

# El modelo de perfeccionismo disposicional 2x2 en la adolescencia: una comprobación en el contexto de la Educación Física\*

## The 2x2 Dispositional Perfectionism Model in Adolescence: An Assessment in the Physical Education Context

Recibido: junio 17 de 2013 | Revisado: abril 18 de 2014 | Aceptado: abril 18 de 2014

ANTONIO MÉNDEZ-GIMÉNEZ \*\*  
JOSÉ-ANTONIO CECCHINI-ESTRADA \*\*\*  
JAVIER FERNÁNDEZ-RÍO \*\*\*\*

Universidad de Oviedo, Asturias, España

doi:10.11144/Javeriana.UPSY13-4.mpd

Para citar este artículo: Méndez-Giménez, A., Cecchini-Estrada, J. -A., & Fernández-Río, J. (2014). El modelo de perfeccionismo disposicional 2x2 en la adolescencia: una comprobación en el contexto de la Educación Física. *Universitas Psychologica*, 13(4), 1333-1344. <http://dx.doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-4.mpd>

\* Este estudio se ha realizado en el marco del proyecto de I+D+I número DEP2012-31997, subvencionado por el Ministerio de Economía y Competitividad (España).

\*\* Profesor Titular de Universidad Interino, Departamento Ciencias de la Educación. Facultad de Formación de Profesorado y Educación. Correo electrónico: mendezantonio@uniovi.es

\*\*\* Catedrático de Universidad. Departamento Ciencias de la Educación. Facultad de Formación de Profesorado y Educación. Correo electrónico: cecchini@uniovi.es

\*\*\*\* Profesor Titular de Universidad. Departamento Ciencias de la Educación. Facultad de Formación de Profesorado y Educación. Correo electrónico: javier.rio@uniovi.es

### RESUMEN

Se examinó el modelo de perfeccionismo 2x2 en la adolescencia, en el contexto de la Educación Física, empleando diversas variables dependientes: autoconcepto, afectividad y satisfacción con la vida. Un total de 331 estudiantes de educación secundaria (58.9 % varones y 41.1 % mujeres;  $M = 14.29$ ,  $DE = 1.43$ ) tomó parte en el estudio. Los análisis de regresión jerárquica moderada mostraron que el tipo de Auto-exigencia Puro se asoció a resultados más adaptativos en comparación con el No-perfeccionismo. El de Presión Externa Puro se relacionó con resultados más negativos en comparación con los otros tipos de perfeccionismo. Finalmente, el Perfeccionismo Mixto se asoció a una mejor adaptación psicológica que el tipo Presión Externa Puro, y a una adaptación más débil con respecto al Perfeccionismo Autoexigente Puro.

### Palabras clave

Perfeccionismo; adolescencia; satisfacción con la vida; afectividad; autoconcepto

### ABSTRACT

The 2x2 dispositional perfectionism model in adolescence was assessed in physical education using several dependent variables: self-concept, affectivity and life satisfaction. A total of 331 secondary education students (58.9% males and 41.1% females;  $M = 14.29$ ,  $SD = 1.43$ ) agreed to participate. Moderate hierarchical regression analyses showed that the Self-Imposed group was linked to more adaptive results compared to the Non-Perfectionism one. The External Pressure group was linked to more negative results compared to the other types of perfectionism. Finally, the Mixed Perfectionism group was linked to a better psychological adjustment than the External Pressure group and a weaker adaptation than the Self-Imposed group.

### Keywords

Perfectionism; adolescence; life satisfaction; affectivity; self-concept

## Introducción

El perfeccionismo es una disposición multidimensional de la personalidad caracterizada por esfuerzos de impecabilidad y el establecimiento de altos estándares de rendimiento, acompañados por una tendencia a excesivas evaluaciones críticas (Frost, Marten, Lahart, & Rosenblate, 1990; Hewitt & Flett, 2004). Varios autores (e. g., Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993; Stoeber & Otto, 2006) diferenciaron dos dimensiones principales de perfeccionismo. La primera, *esfuerzos perfeccionistas*, capta los aspectos del perfeccionismo asociados a la búsqueda de perfección y al establecimiento de estándares de rendimiento excesivamente altos. La segunda, *preocupaciones perfeccionistas*, capta los aspectos relacionados con las preocupaciones por cometer errores, el miedo a la evaluación negativa de los demás, los sentimientos de discrepancia entre las propias expectativas y el rendimiento y las reacciones negativas a la imperfección. Estas dimensiones han sido equiparadas, respectivamente, con el Perfeccionismo Auto-orientado y al Perfeccionismo Prescrito Socialmente descritos por Hewitt y Flett (1991).

Las preocupaciones perfeccionistas muestran relaciones positivas con características, procesos y resultados negativos (e. g., neuroticismo,

afrontamiento desadaptativo, afecto negativo), así como con indicadores de desajuste psicológico y trastorno mental (e. g., depresión). En contraste, los esfuerzos perfeccionistas se han relacionado positivamente con características, procesos y resultados positivos (e. g., afrontamiento adaptativo, afecto positivo), junto con indicadores de bienestar subjetivo y un buen ajuste psicológico (e. g., satisfacción con la vida) (Stoeber & Otto, 2006, para una revisión). Sin embargo, a menudo se suprimen las asociaciones positivas de los esfuerzos perfeccionistas debido a interacción con las asociaciones negativas de las preocupaciones perfeccionistas (Stoeber, 2011; Stoeber & Otto, 2006). Por lo tanto, ha emergido investigación basada en grupos o *clusters* para examinar las diferentes asociaciones de los esfuerzos y preocupaciones perfeccionistas. Stoeber y Otto (2006) propusieron el modelo tripartito que diferencia tres tipos de perfeccionismo: *Perfeccionismo saludable* o adaptativo (personas con altos estándares personales/bajas preocupaciones perfeccionistas), *Perfeccionismo no saludable* o desadaptativo (altos estándares personales/altas preocupaciones perfeccionistas) y *No perfeccionismo* que comprende a personas con niveles bajos de esfuerzos perfeccionistas, incluyendo a los que cuentan con altas preocupaciones perfeccionistas (Figura 1).

<i>Esfuerzos perfeccionistas</i> <b>P: Estándares personales (PEP)</b>	Alto	<i>P. Saludable</i> <b>Perfeccionismo Estándares Personales Puro</b> Cuadrante III	<i>P. no Saludable</i> Perfeccionismo Mixto Cuadrante IV
	Bajo	<i>No Perfeccionismo</i> <b>No-Perfeccionismo</b> Cuadrante I	<i>No Perfeccionismo</i> <b>Perfeccionismo Preocupaciones Evaluativas Puro</b> Cuadrante II
		Bajo	Alto
		Perfeccionismo Preocupaciones Evaluativas (PPE)	
		Preocupaciones perfeccionistas	

Figura 1. Modelo de Perfeccionismo tripartito (Stoeber & Otto, 2006, en cursiva) y Modelo de Perfeccionismo 2x2 (Graudeau & Thompson, 2010, en negrita).

Fuente: elaboración propia

Recientemente, Gaudreau y Thompson (2010) han propuesto y comprobado el modelo de perfeccionismo disposicional 2x2 en población adulta. En su opinión, las diversas facetas del perfeccionismo se pueden agrupar en dos dimensiones más amplias en función de su origen (e. g., yo vs. social) y sus manifestaciones cognitivas (e. g., altos estándares, dudas sobre las acciones). Por un lado, el *perfeccionismo de preocupaciones evaluativas* (PPE), que implica la tendencia socialmente prescrita a percibir que otros están ejerciendo presión para ser perfecto, combinada con una propensión a autoevaluarse con dureza y a dudar de la propia capacidad para progresar hacia estándares elevados. Por otro lado, el *perfeccionismo de estándares personales* (PEP), que representa la tendencia auto-orientada a establecer altos estándares exigentes y a esforzarse concienzudamente para lograrlos.

El modelo de perfeccionismo 2x2 postula que, en lugar de las propias dimensiones de perfeccionismo, la interacción entre ellas (PEP y PPE) permite diferenciar más claramente los tipos de perfeccionismo (igualmente, representados en cuatro cuadrantes en la Figura 1):

*No perfeccionismo* (Cuadrante I). Comprende a aquellas personas que conviven con bajos niveles de PEP y PPE, que no están orientadas a realizar esfuerzos perfeccionistas y no perciben que otros significativos estén ejerciendo presión sobre ellos para perseguir estándares perfeccionistas. Según el modelo 2x2, el no perfeccionismo debería relacionarse con resultados más positivos en comparación con el subtipo de PPE puro.

*Perfeccionismo de preocupaciones evaluativas puro* (Cuadrante II). En lugar de ser clasificados como no perfeccionistas (según el modelo tripartito de Stoeber & Otto, 2006), el modelo 2x2 bifurcaría en este tipo de perfeccionismo a los individuos con alto PPE y bajo PEP. Estos individuos persiguen estándares perfeccionistas que se derivan de la presión externa percibida (alto PPE), sin valorar personalmente o interiorizar estos estándares (bajo PPE). Desde la óptica del modelo 2x2, este tipo de perfeccionismo debería referir resultados más negativos en comparación con otros tipos de perfeccionismo.

*Perfeccionismo de estándares personales puro* (Cuadrante III). Esta categoría identifica a los individuos con alto PEP y bajo PPE, es decir, a los individuos que mantienen estándares perfeccionistas derivados únicamente de sí mismos, y se asociaría con una mejor adaptación psicológica en comparación con el no perfeccionismo.

*Perfeccionismo mixto* (Cuadrante IV). En el modelo 2x2, los individuos con altos niveles tanto de PPE como PEP son caracterizados como perfeccionistas mixtos en lugar del tipo de perfeccionismo no saludable anunciado por el modelo tripartito (Stoeber & Otto, 2006). En este caso, el individuo percibe presión de los otros significativos para luchar por la perfección y, al mismo tiempo, asume personalmente estándares perfeccionistas. El modelo 2x2 considera a este perfil como más adaptativo que el tipo de PPE puro (alto PPE/bajo PEP) y menos adaptativo que el tipo de PEP puro (bajo PPE/alto PEP).

Recientemente, Lozano, García, Martín y Lozano (2012) han desarrollado y validado el Inventario de Perfeccionismo Infantil (IPI), que permite superar la limitada existencia de instrumentos de medida en castellano para valorar los diferentes aspectos que conforman el perfeccionismo infantil. Tres factores emergieron en el proceso de validación del IPI: Autoexigencia, que se refiere a la actitud perfeccionista con que el niño afronta sus tareas; Presión Externa, que se refiere a la percepción de un entorno que demanda conductas perfeccionistas y, Autovaloración, factor que agrupa los ítems de sensibilidad a los errores, necesidad de admiración y autoestima contingente. Esta herramienta podría permitir la exploración del perfeccionismo en la infancia y adolescencia, y abordar el objetivo principal de esta investigación; la comprobación del modelo de perfeccionismo 2x2 en el contexto de la Educación Física con una muestra de estudiantes hispanoparlantes (Figura 2).

Gaudreau y Verner-Filion (2012) apuntaron que, aunque las dimensiones y sus subyacentes facetas no deben considerarse como constructos sinónimos o intercambiables, los modelos jerárquicos de la personalidad se basan en la suposición de “homogeneidad funcional”, lo que implica que las

Perfeccionismo Autoexigente	Alto	<b>Perfeccionismo Autoexigente Puro</b> Cuadrante III	<b>Perfeccionismo Mixto</b> Cuadrante IV
	Bajo	<b>No-Perfeccionismo</b> Cuadrante I	<b>Perfeccionismo por Presión Externa Puro</b> Cuadrante II
		Bajo	Alto
		Perfeccionismo por Presión Externa	

Figura 2. Modelo de Perfeccionismo 2x2 en la adolescencia. Cuatro tipos de perfeccionismo en la adolescencia en función de la predominancia del Perfeccionismo Autoexigente y Perfeccionismo por Presión Externa.

Fuente: elaboración propia

facetas incorporadas en una dimensión más amplia deberían correlacionar de manera similar con los resultados de vida consecuentes. Por lo tanto, desde el modelo 2x2, se exhorta a los investigadores a investigar la aplicabilidad del modelo 2x2, usando tanto las facetas impulsadas teóricamente (e. g., Perfeccionismo auto-orientado vs. Perfeccionismo socialmente prescrito) como las dimensiones más amplias de perfeccionismo (PEP vs. PPE).

Dado que hasta la actualidad la mayor parte de la investigación sobre perfeccionismo adolescente ha sido realizada con individuos de otras culturas (Gilman, Ashby, Sverko, Florell, & Varjas, 2005; Öngen, 2009; Stoeber & Rambow, 2007) y que el modelo 2x2 solo se ha comprobado con jóvenes universitarios (Gaudreau, 2012; Gaudreau & Thompson, 2012), el objetivo principal de este estudio fue examinar las cuatro hipótesis del modelo de perfeccionismo 2x2 entre adolescentes españoles en el contexto de la Educación Física. Se pusieron a prueba dichas hipótesis, utilizando tanto medidas generales (e.g., satisfacción con la vida), medidas de bienestar psicológico (como medidas de auto-concepto, por ejemplo, habilidad física y condición física) como medidas más específicas (e. g., afectividad positiva en el contexto de la Educación Física).

Considerando las premisas y postulados del modelo 2x2 (Gaudreau & Thomson, 2012), se formularon las siguientes hipótesis:

**Hipótesis 1a.** El tipo de Perfeccionismo Autoexigente Puro se asociaría a una mejor adaptación psicológica en comparación con el No perfeccionismo. La corroboración de esta hipótesis apoyaría la naturaleza saludable del Perfeccionismo Autoexigente Puro (e. g., Stoeber & Otto, 2006).

**Hipótesis 1b.** El tipo de Perfeccionismo Autoexigente Puro se asociaría a una peor adaptación psicológica en comparación con el No perfeccionismo. La corroboración de esta hipótesis apoyaría la naturaleza no saludable del Perfeccionismo Autoexigente Puro (e. g., Flett & Hewitt, 2006).

**Hipótesis 1c.** Estos dos tipos de perfeccionismo no difieren significativamente en términos de adaptación psicológica. La corroboración de esta hipótesis podría apoyar el papel neutro del Perfeccionismo Autoexigente Puro (Bieling, Israelí, & Antony, 2004).

**Hipótesis 2.** El tipo de Presión Externa Puro debería relacionarse con resultados más negativos en comparación con el No perfeccionismo y los otros tipos de perfeccionismo.

**Hipótesis 3.** El tipo de Perfeccionismo Mixto debería asociarse a niveles de mejor adaptación psicológica en comparación con un subtipo Presión Externa Puro.

**Hipótesis 4.** El tipo de Perfeccionismo Mixto debería relacionarse con niveles más bajos de adaptación psicológica en comparación con el Perfeccionismo Autoexigente Puro.

## Método y materiales

### Participantes

La muestra estuvo formada por 331 estudiantes de educación secundaria de cuatro centros educativos de dos ciudades diferentes del norte de España (58.9 % varones y 41.1 % mujeres), con edades comprendidas entre los 12 y los 16 años ( $M = 14.29$ ,  $DE = 1.43$ ). El nivel socioeconómico de las familias era medio-alto.

### Instrumentos

#### Perfeccionismo

Se emplearon dos subescalas del IPI de Lozano et al. (2012). Se incluyó la raíz "Piensa en cómo te comportas y en lo que sientes en relación con las clases de Educación Física y elige una respuesta", para contextualizarlo a las clases de esta materia. La primera escala, la Autoexigencia (AUX, 8 ítems), informa de la actitud perfeccionista con la que el niño se enfrenta a sus tareas (e. g., "No me gusta ser ni el segundo, quiero ser el primero"). La segunda, Presión Externa (PEX, 8 ítems) hace referencia a que el niño percibe su medio ambiente próximo como demandante de conductas perfectas (e.g., "Mis padres o profesores me castigan o riñen cuando no hago las cosas perfectamente"). Los coeficientes alfa de Cronbach para cada una de las subescalas en la versión original fueron de 0.82 para Autoexigencia, y 0.9 para Presión Externa.

#### Afectividad

Se utilizó la subescala específica de la versión del PANAS (Positive and Negative Affect Schedule) validada en castellano para su uso con niños y adolescentes ([PANASN]; Sandín, 2003). Esta herramienta se compone de 10 ítems (e. g., "Me intereso por la gente o las cosas"). Se incluyó la raíz "Indica cómo te sueles sentir en clase de Educación Física...". En ese trabajo, el coeficiente alfa de Cronbach para esta subescala fue 0.73 para el afecto positivo.

### Satisfacción con la vida

Se utilizó la Escala de Satisfacción con la Vida, validada al castellano por Cabañero et al. (2004). El cuestionario mide un único factor y se compone de 5 ítems (e. g., "Las condiciones de mi vida son excelentes"). El alfa de Cronbach fue 0.82.

### Autoconcepto Físico

Se utilizaron las subescalas Habilidad Física (e. g., "Soy bueno en los deportes"), Condición Física (e. g., "Tengo mucha resistencia física"), Atractivo Físico (e. g., "Me siento contento con mi imagen corporal"), Autoconcepto Físico General (e. g., "Físicamente me siento bien") y Autoconcepto General (e. g., "Estoy haciendo bien las cosas") del Cuestionario de Autoconcepto Físico de Goñi, Ruiz y Liberal (2004). Cada una de estas escalas se compone de 6 ítems. La fiabilidad de las subescalas fue de 0.8 para Habilidad, 0.84 para Condición Física, 0.88 para Atractivo Físico, 0.88 para Autoconcepto Físico General y 0.79 para Autoconcepto General.

En todas las medidas se utilizó una escala Likert de 5 puntos, siendo 1= *Nada cierto para mí* a 5 = *Totalmente cierto para mí*.

### Procedimiento

Se obtuvo el permiso del Comité Ético de la Universidad, de los centros educativos y el consentimiento paterno de los participantes donde se realizó el estudio. Los estudiantes completaron los cuestionarios anónimos, empleando aproximadamente unos 25 minutos. Los investigadores aseguraron a los estudiantes que sus respuestas no afectarían a sus notas.

### Análisis de datos

Se realizaron siete regresiones jerárquicas moderadas para determinar los efectos principales y la interacción sobre cada una de las variables dependientes. En presencia de interacción significativa, se siguió el procedimiento recomendado por Cohen, Cohen, West y Aiken (2003), ya aplicado en los estudios preliminares (Gaudreau

& Thompson, 2010; Gaudreau & Verner-Filion, 2012). Se centraron las variables independientes y se introdujeron en las ecuaciones de regresión en dos pasos sucesivos: en el primero, las puntuaciones del perfeccionismo y, en el segundo, su término multiplicativo. En ausencia de interacción significativa, Gaudreau (2012) aconseja eliminar el término interactivo antes de ejecutar la regresión múltiple. De lo contrario, el efecto de la variable independiente (e. g., autoexigencia) quedaría condicionado al valor medio de los demás predictores (e. g., presión externa) incluyendo el término interactivo no significativo entre una y otra. Por lo tanto, se suprimió la interacción en el primer paso para aumentar la parsimonia, asegurando así que el efecto de las dimensiones del perfeccionismo no estaba condicionado al valor medio del término interactivo no significativo.

Se calcularon los valores predichos de las variables dependientes, utilizando cuatro análisis de pendientes simples para  $-1 DE$  y  $+1 DE$  de autoexigencia y presión externa, respectivamente. Siguiendo a Douilliez y Lefèvre (2011) y también a Gaudreau (2012), se incluyeron todas las variables en el análisis, incluso aquellas cuya interacción no resultó significativa. La primera pendiente simple fue utilizada como contraste para comparar los valores predichos del No perfeccionismo (bajo AUX/bajo PEX) y del Perfeccionismo Autoexigente Puro (bajo PEX/alto AUX). La segunda pendiente simple comparó los valores predichos del Perfeccionismo por Presión Externa Puro (alto PEX/bajo AUX) y del Perfeccionismo Mixto (alto PEX/alto AUX). La tercera pendiente sencilla contrastó los valores predichos de No perfeccionamiento (bajo PEX/bajo AUX) y del Perfeccionismo de Presión Externa Puro (alto PEX/bajo AUX). La última pendiente simple comparó los valores predichos del Perfeccionamiento Autoexigente Puro (bajo PEX/alto AUX) y del perfeccionismo mixto (alto PEX/alto AUX). Ambas pendientes simples, no estandarizada ( $B$ ) y estandarizada ( $\beta$ ), se informan junto con sus intervalos de confianza (IC) al 95 %.

## Resultados

La interacción entre AUX y PEX fue significativa por encima de sus efectos principales en la predicción de cuatro variables dependientes (Tabla 1). En la Tabla 2 se informan los valores predichos de cada variable dependiente para los cuatro tipos de perfeccionamiento con sus intervalos de confianza (IC) al 95 %. Estos valores se calcularon utilizando la ecuación de pendiente simple presentada en Cohen et al. (2003). Los valores predichos se compararon mediante el test de significación de las cuatro pendientes simples. Se puede inferir una diferencia significativa entre los valores predichos de dos tipos cuando no se superponen los IC al 95 %.

Los resultados de la primera pendiente simple corroboraron la Hipótesis 1a para seis variables dependientes. El tipo de Perfeccionismo Autoexigente Puro, en comparación con el No perfeccionismo, se asoció a mayor Condición Física ( $B = 0.18$ , IC al 95 % = 0.10-0.25,  $p < 0.001$ ,  $\beta = 0.32$ ), Habilidad Física ( $B = 0.12$ , IC al 95 % = 0.05-0.19,  $p < 0.01$ ,  $\beta = 0.24$ ), Satisfacción con la vida ( $B = 0.09$ , IC al 95 % = 0.01-0.17,  $p < 0.01$ ,  $\beta = 0.16$ ), Afecto positivo ( $B = 0.12$ , IC al 95 % = 0.06-0.18,  $p < 0.001$ ,  $\beta = 0.27$ ), Atractivo físico ( $B = 0.09$ , IC al 95 % = 0.02-0.16,  $p < 0.05$ ,  $\beta = 0.18$ ), y Auto-concepto físico general ( $B = 0.91$ , IC al 95 % = 0.23-0.16,  $p < 0.01$ ,  $\beta = 0.19$ ). No se confirmó la hipótesis ni para el Auto-concepto general ( $B = 0.02$ , IC al 95 % = -0.04 a 0.07,  $p = 0.578$ ,  $\beta = 0.04$ ).

Los resultados del segundo análisis de pendiente simple apoyaron las Hipótesis 2 y 3 en seis variables. El tipo PEX Puro, en comparación con el perfeccionamiento mixto, se asoció a menor Condición Física ( $B = -0.7$ , IC al 95 % = -0.99 a -0.42,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.38$ ), Habilidad Física ( $B = -0.58$ , IC al 95 % = -0.88 a -0.28,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.3$ ), Satisfacción con la vida ( $B = -0.71$ , IC al 95 % = -1.07 a -0.33,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.31$ ), Afecto positivo ( $B = -0.56$ , IC al 95 % = -0.81 a -0.31,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.35$ ), Atractivo físico ( $B = -0.46$ , IC al 95 % = -0.78 a -0.14,  $p < 0.01$ ,  $\beta = -0.23$ ), Auto-concepto general ( $B = -0.28$ , IC al 95 % = -0.54 a -0.15,  $p < 0.05$ ,  $\beta = -0.17$ ). No se confirmó la hipótesis ni para el

**TABLA 1**  
Resultados de las regresiones jerárquicas moderadas

Efectos	t	β
<b>Condición física</b>		
Paso 1 $\Delta R^2 = 0.132, \Delta F (2, 329) = 24.92, p < 0.001$		
PEX	-3.68	-0.21***
AUX	7.01	0.4***
Paso 2 $\Delta R^2 = 0.015, \Delta F (1, 328) = 5.45, p < 0.05$		
PEX x AUX	2.18	0.12*
<b>Habilidad física</b>		
Paso 1 $\Delta R^2 = 0.105, \Delta F (2, 329) = 19.38, p < 0.001$		
PEX	-4.58	-0.26***
AUX	5.72	0.33***
Paso 2 $\Delta R^2 = 0.013, \Delta F (1, 328) = 4.15, p < 0.05$		
PEX x AUX	2.15	0.11*
<b>Atractivo físico</b>		
Paso 1 $\Delta R^2 = 0.088, \Delta F (2, 329) = 15.96, p < 0.001$		
PEX	-5.35	-0.31***
AUX	3.87	0.22***
Paso 2 $\Delta R^2 = 0.007, \Delta F (1, 328) = 2.46, p = 0.117$		
PEX x AUX	1.57	0.08
<b>Auto-concepto físico general</b>		
Paso 1 $\Delta R^2 = 0.109, \Delta F (2, 329) = 20.02, p < 0.001$		
PEX	-6.24	-0.36***
AUX	3.54	0.2***
Paso 2 $\Delta R^2 = 0.001, \Delta F (1, 328) = 0.16, p = 0.690$		
PEX x AUX	0.4	0.02
Auto-concepto general		
Paso 1 $\Delta R^2 = 0.144, \Delta F (2, 329) = 27.72, p < 0.001$		
PEX	-7.40	-0.41***
AUX	2.29	0.13*
Paso 2 $\Delta R^2 = 0.009, \Delta F (1, 328) = 3.48, p = 0.063$		
PEX x AUX	1.86	0.1
<b>Satisfacción con la vida</b>		
Paso 1 $\Delta R^2 = 0.220, \Delta F (2, 329) = 46.3, p < 0.001$		
PEX	-9.22	-0.49***
AUX	6.33	0.34***
Paso 2 $\Delta R^2 = 0.023, \Delta F (1, 328) = 10.17, p < 0.001$		
PEX x AUX	3.18	0.17**
<b>Afecto positivo</b>		
Paso 1 $\Delta R^2 = 0.117, \Delta F (2, 329) = 21.81, p < 0.001$		
PEX	-4.43	-0.25***
AUX	6.29	0.36***
Paso 2 $\Delta R^2 = 0.012, \Delta F (1, 328) = 4.54, p < 0.05$		
PEX x AUX	2.07	0.12*

Nota. PEX = Presión Externa, AUX = Autoexigencia. \* $p < 0.05$ . \*\* $p < 0.01$ . \*\*\* $p < 0.001$ .

Fuente: elaboración propia

Autoconcepto físico general ( $B = -0.27$ , IC al 95 % =  $-0.58$  a  $-0.05$ ,  $p = 0.97$ ,  $\beta = -0.14$ ).

Los análisis de la tercera pendiente confirmaron la Hipótesis 2 en las ocho variables. Los resultados indicaron que el PEX puro, en comparación con el subtipo no perfeccionismo, estaba asociado con menor Condición Física ( $B = -0.23$ , IC al 95 % =  $-0.36$  a  $-0.09$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.25$ ), Habilidad Física ( $B = -0.26$ , IC al 95 % =  $-0.4$  a  $-0.12$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.3$ ), Satisfacción con la vida ( $B = -0.55$ , IC al 95 % =  $-0.71$  a  $-0.39$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.48$ ), Afecto positivo ( $B = -0.2$ , IC al 95 % =  $-0.33$  a  $-0.07$ ,  $p < 0.01$ ,  $\beta = -0.25$ ), Atractivo físico ( $B = -0.29$ , IC al 95 % =  $-0.44$  a  $-0.14$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.3$ ), Autoconcepto físico general ( $B = -0.22$ , IC al 95 % =  $-0.36$  a  $-0.09$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.26$ ), y Autoconcepto general ( $B = -0.35$ , IC al 95 % =  $-0.48$  a  $-0.22$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.39$ ).

Finalmente, los resultados del análisis del cuarto análisis de pendiente simple apoyaron la Hipótesis 4 en las ocho variables. El perfeccionismo AUX puro se asoció, en comparación con el perfeccionismo mixto, con mayor Condición Física ( $B = 0.14$ , IC al 95 % =  $0.02$ - $0.26$ ,  $p < 0.05$ ,  $\beta = 0.18$ ), Habilidad Física ( $B = 0.14$ , IC al 95 % =  $0.02$ - $0.26$ ,  $p < 0.05$ ,  $\beta = 0.18$ ), Satisfacción con la vida ( $B = 0.33$ , IC

al 95 % =  $0.19$ - $0.47$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = 0.33$ ), Afecto positivo ( $B = 0.11$ , IC al 95 % =  $0.01$ - $0.2$ ,  $p < 0.05$ ,  $\beta = 0.17$ ), Atractivo físico ( $B = 0.2$ , IC al 95 % =  $0.08$ - $0.31$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = 0.25$ ), Autoconcepto físico general ( $B = 0.22$ , IC al 95 % =  $-0.11$ - $0.34$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = -0.27$ ), Autoconcepto general ( $B = 0.24$ , IC al 95 % =  $0.15$ - $0.33$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = 0.36$ ) y A. negativo ( $B = -0.2$ , IC al 95 % =  $-0.31$  a  $-0.08$ ,  $p < 0.001$ ,  $\beta = 0.24$ ).

### Discusión

El objetivo principal de este estudio fue examinar las cuatro hipótesis del modelo de perfeccionismo 2x2 con adolescentes españoles en el contexto de la Educación Física. Para ello, se pusieron a prueba tanto medidas de resultado generales (e. g., satisfacción con la vida), como medidas de bienestar psicológico más específicas (e. g., subescalas de autoconcepto físico y de afectividad en el contexto de la Educación Física).

Los resultados de las regresiones jerárquicas moderadas indicaron que el Perfeccionismo Autoexigente y el de Presión Externa no siempre interaccionaron de manera significativa para predecir todas las variables a estudio. Sin embargo, como Douilliez

**TABLA 2**  
Valores predichos de las variables de resultado y sus IC al 95 % para los cuatro tipos de perfeccionismo

	No perfeccionismo	2. PEX puro	3. AUX puro	4. Perfeccionismo mixto	Contrastes significativos
	Bajo PEX Bajo AUX	Alto PEX Bajo AUX	Alto AUX Bajo PEX	Alto PEX Alto AUX	
Condición Física	3.4(3.26-3.54)	2.95(2.69-3.2)	3.94(3.74-4.13)	3.65(3.5-3.8)	1 < 3; 1 > 2; 2 < 4; 3 > 4
Habilidad Física	3.67(3.53-3.79)	3.15(2.87-3.44)	4.03(3.85-4.21)	3.74(3.58-3.91)	1 < 3; 1 > 2; 2 < 4; 3 > 4
Satisfacción con vida	3.74(3.57-3.91)	2.63(2.34-2.93)	4.01(3.83-4.19)	3.34(3.15-3.73)	1 < 3; 1 > 2; 2 < 4; 3 > 4
Afecto Positivo	3.44(3.31-3.57)	3.04(2.79-3.29)	3.81(3.67-3.94)	3.59(3.46-3.73)	1 < 3; 1 > 2; 2 < 4; 3 > 4
Atractivo Físico	3.68(3.38-3.98)	3.1(2.7-3.5)	3.95(3.76-4.14)	3.57(3.22-3.92)	1 < 3; 1 > 2; 2 < 4; 3 > 4
Autoconcepto Físico	3.98(3.73-4.23)	3.53(3.22-3.84)	4.25(4.01-4.58)	3.81(3.52-4.1)	1 < 3; 1 > 2; ; 3 > 4
Autoconcepto General	4.33(4.11-4.55)	3.62(3.31-3.93)	4.38(4.24-4.52)	3.91(3.7-4.02)	;1 > 2; 2 < 4; 3 > 4

Nota. Contraste 1 vs. 3 = Hipótesis 1. Contraste 1 vs. 2 = Hipótesis 2. Contraste 2 vs. 4 = Hipótesis 2 y 3. Contraste 3 vs. 4 = Hipótesis 4. Entre paréntesis se informa del IC al 95 %.

Fuente: elaboración propia



y Lefèvre (2011) y Gaudreau (2012) mostraron, aunque es metodológicamente encomiable el uso de análisis de pendientes simples como contrastes planificados, la presencia de dos efectos principales significativos es suficiente para apoyar las cuatro hipótesis del modelo 2x2. En general, los resultados confirmaron el modelo de perfeccionismo 2x2 en la adolescencia en el contexto de la Educación Física (Figura 2) y dieron un apoyo casi total a las hipótesis en las variables de resultado abordadas.

Los análisis de la primera pendiente ratificaron la Hipótesis 1a, confirmando así la naturaleza saludable del Perfeccionismo Autoexigente Puro al comparar sus resultados asociados con el No perfeccionismo. En concreto, el Perfeccionismo Autoexigente Puro se asoció con un mayor nivel de autoconcepto físico, condición física, atractivo físico, habilidad física, satisfacción con la vida y afecto positivo. Estos resultados son congruentes con los obtenidos por Chang, Watkins y Banks (2004) que encontraron correlaciones positivas entre el perfeccionismo adaptativo y el afecto positivo y la satisfacción con la vida. También son convergentes con los obtenidos por Gaudreau y Thompson (2010), que relacionaron el PEP a mayor autodeterminación, satisfacción académica, afecto positivo general y progreso de meta académica, en comparación con el No perfeccionismo. El Perfeccionismo Autoexigente Puro se caracteriza por un mayor nivel de internalización, mediante el cual el adolescente persigue actividades de manera más estrechamente alineadas con sus valores, intereses y metas personales. Asimismo, estos resultados son consistentes con el modelo dualista de Slade y Owens (1998), que argumenta que las formas de perfeccionismo auto-orientadas están asociadas a un sistema motivacional de aproximación que promueve la búsqueda del éxito y la internalización de los estándares perfeccionistas, lo que aumenta el autoconcepto (Gaudreau & Thompson, 2010; Méndez-Giménez, Fernández-Río, & Cecchini, 2012). Sin embargo, los presentes hallazgos divergen de los encontrados en el trabajo de Gaudreau y Verner-Filion (2012) con deportistas, que confirmó la Hipótesis 1c. Los deportistas con Perfeccionismo Auto-orientado no difirieron significativamente de los no perfeccionistas en indicadores claves de bien-

estar (satisfacción con la vida y afecto positivo). Estas divergencias, podrían ser atribuibles a efectos contextuales (e. g., escuela vs. deporte) o a las diferentes organizaciones conceptuales del perfeccionismo (e. g., dimensiones amplias vs. facetas específicas).

La segunda hipótesis del modelo 2x2 también recibió un apoyo total puesto que el tipo de Perfeccionismo por Presión Externa Puro se relacionó con los resultados más negativos en comparación, específicamente, con el No perfeccionismo. Más aún, como se discutirá a continuación, obtuvo los niveles más bajos en comparación con los demás tipos de perfeccionismo. Este resultado diverge del planteamiento del modelo tripartito de perfeccionismo (Stoeber & Otto, 2006), que enmarca a esta categoría específica dentro del no perfeccionismo. Sin embargo, en el presente estudio, el Perfeccionismo por Presión Externa Puro se asoció a niveles más bajos de autoconcepto físico, condición física, atractivo físico, habilidad física, autoconcepto general, satisfacción con la vida y afecto positivo. Como apuntaron Gaudreau y Thompson (2010), este resultado también es consistente con el modelo dualista de Slade y Owens (1998), que argumenta que las formas de perfeccionismo prescrito socialmente están relacionadas con un sistema motivacional de miedo al fracaso que promueve la evitación de resultados no deseados, y la búsqueda de formas de motivación extrínseca. No obstante, el estudio de Méndez-Giménez, Cecchini y Fernández-Río (en prensa) no confirmó la mediación de las metas de evitación y encontró una relación positiva distal entre el Perfeccionismo por Presión Externa y la motivación controlada y la desmotivación.

Los resultados también prestaron credibilidad a la tercera y a la cuarta hipótesis. El modelo 2x2 considera que el Perfeccionismo Mixto deriva tanto de uno mismo como de los demás, lo que representa una forma de perfeccionismo parcialmente interiorizada que probablemente se relacione, por un lado, con mejores resultados que el Perfeccionismo por Presión Externa Puro (Hipótesis 3) y, por otro lado, con resultados más desadaptativos que los del Perfeccionismo Autoexigente Puro (Hipótesis 4). Respecto a la primera asunción, el Perfeccionismo

Mixto se asoció a un mayor nivel de autoconcepto general, condición física, atractivo físico, habilidad física, satisfacción con la vida y afecto positivo, que el Perfeccionismo por Presión Externa Puro. Respecto a la segunda, el Perfeccionismo Mixto se asoció a un menor nivel de autoconcepto general, autoconcepto físico, condición física, atractivo físico, habilidad física, satisfacción con la vida y afecto positivo que el Perfeccionismo Autoexigente Puro. Estos resultados apoyan los supuestos del modelo 2x2, y ponen en duda las premisas del modelo tripartito de que el Perfeccionismo Mixto pueda asimilarse con la forma menos saludable de perfeccionismo.

En conclusión, el Perfeccionismo Autoexigente Puro resultó ser el más adaptativo, seguido del Perfeccionismo Mixto y del No perfeccionismo. Por último, el Perfeccionismo por Presión Externa Puro resultó el tipo menos adaptativo. Estos resultados tienen implicaciones para los docentes y los padres. Los adolescentes sensibles a un entorno que les demanda ser perfectos, preocupados por satisfacer los requerimientos de terceros pueden padecer tensiones, sensación de estrés, sentimientos de culpabilidad, enfado, vergüenza o nerviosismo, lo que les lleva a un autoconcepto general y físico más débil y una visión más pesimista de la vida. Los docentes y padres deberían apoyar a los adolescentes para que adopten y mantengan conductas autoexigentes, pero también a evitar ser excesivamente autocríticos en caso de no alcanzar los estándares personales deseados. Asimismo, se debería ayudar a los estudiantes del tipo Presión Externa Pura a internalizar su deseo de perfección y evaluarse de manera más realista, para asumir estándares más acordes a su competencia (Öngen, 2009).

Entre las limitaciones del presente estudio, se destaca la elección del muestreo. Si bien se trata de un muestreo por conveniencia, la representatividad de la muestra en relación con la población podría haber sido mayor, ampliando el número de centros escolares. Futuros trabajos deberían comprobar el modelo disposicional 2x2 en adolescentes en diversos contextos académicos y deportivos, así como en diferentes franjas de edad infanto-juvenil.

## Referencias

- Bieling, P. J., Israeli, A., & Antony, M. M. (2004). Is perfectionism good, bad, or both? Examining models of the perfectionism construct. *Personality and Individual Differences, 36*(6), 1373-1385.
- Cabañero, M. J., Richart, M., Cabrero M., Orts, J., Reig, A., & Tosal, B. (2004). Fiabilidad y validez de la Escala de Satisfacción con la Vida de Diener en una muestra de mujeres embarazadas y puérperas. *Psicothema, 16*(3), 448-455.
- Chang, E. C., Watkins, A. F., & Banks, K. H. (2004). How adaptive and maladaptive perfectionism relate to positive and negative psychological functioning: Testing a stress-mediation model in black and white female college students. *Journal of Counseling Psychology, 51*(1), 93-102.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression/ correlation analysis for the behavioral sciences* (3.a ed.). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Douilliez, C., & Lefèvre, F. (2011). Interactive effect of perfectionism dimensions on depressive symptoms: A reply to Gaudreau and Thompson. *Personality and Individual Differences, 50*(7), 1147-1151.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2006). Positive versus negative perfectionism in psychopathology: A comment on Slade and Owens's dual process model. *Behavior Modification, 30*(4), 472-495.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosemblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research, 14*(5), 449-468.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 14*(1), 119-126.
- Gaudreau, P. (2012). A methodological note on the interactive and main effects of dualistic personality dimensions: An example using the 2x2 model of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 52*(1), 26-31.
- Gaudreau, P., & Thompson, A. (2010). Testing a 2x2 model of dispositional perfectionism. *Personality and Individual Differences, 48*(5), 532-537.
- Gaudreau, P., & Verner-Filion, J. (2010). Dispositional Perfectionism and Well-Being: A test of the 2x2

- model of perfectionism in the sport domain. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 1(1), 29-43.
- Gilman, R., Ashby, J. S., Sverko, D., Florell, D., & Varjas, K. (2005). The relationship between perfectionism and multidimensional life satisfaction among Croatian and American youth. *Personality and Individual Differences*, 39(1), 155-166.
- Goñi, A., Azúa, S. R., & Liberal, I. (2004). Propiedades psicométricas de un nuevo cuestionario para la medida del autoconcepto físico. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(2), 195-213.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(3), 456-470.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2004). *Multidimensional Perfectionism Scale (MPS): Technical manual*. Toronto: Multi-Health Systems.
- Lozano, L. M., García, E., Martín, M., & Lozano, L. (2012). Desarrollo y validación del Inventario de Perfeccionismo Infantil (I.P.I.). *Psicothema*, 24(1), 149-155.
- Méndez-Giménez, A., Fernández-Río, J., & Cecchini, J. A. (2012). Análisis de un modelo multiteórico de metas de logro, metas de amistad y autodeterminación en educación física. *Estudios de Psicología*, 33(3), 325-336.
- Méndez-Giménez, A., Cecchini, J. A., & Fernández-Río, J. (en prensa). Perfeccionismo, metas de logro 2x2 y regulaciones motivacionales en el contexto de la Educación Física. *Aula Abierta*.
- Öngen, D. E. (2009). The relationship between perfectionism and multidimensional life satisfaction among high school adolescents in Turkey. *Journal of Multicultural Counseling and Development*, 37(1), 52-64.
- Sandín, B. (2003). Escalas PANAS de afecto positivo y negativo para niños y adolescentes (PANASN). *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 8(2), 173-182.
- Slade, P. D., & Owens, G. R. (1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22(3), 372-390.
- Stoeber, J. (2011). The dual nature of perfectionism in sports: Relationships with emotion, motivation, and performance. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 4(2), 128-145.
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.
- Stoeber, J., & Rambow, A. (2007). Perfectionism in adolescent school students: Relations with motivation, achievement, and well-being. *Personality and Individual Differences*, 42(7), 1379-1389.

