



UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y RELACIONES HUMANAS

TESIS DE GRADO

**“Perfeccionismo e intolerancia a la frustración en coreutas
profesionales”**

Apellido y nombre del tesista: Santiago Marcelo Bo

Legajo: 13280

Tutor: Elgier, Ángel

Localización: Lomas de Zamora

Turno: Mañana

Título a obtener: Licenciatura en Psicología

1 AGRADECIMIENTOS

Los correspondientes agradecimientos son fundamentalmente para mi familia que siempre apoyaron todos los proyectos que tuve a lo largo de mi vida, a pesar que a la mitad de este último proyecto tuve que afrontar la pérdida de papa, a quien le hubiese encantado acompañarme hasta el final de este proceso, tengo el consuelo que mi mamá está para observar este nuevo logro, a quién, demás está aclarar el amor que le siento y su incansable paciencia, y, por estar con mis hijos cuando los tiempos son complicados. A mis hijos, que siempre están conmigo y a todas esas personas que tuve la suerte de conocer en esta hermosa carrera, con quienes empezamos y concluimos juntos todo este camino. A esos profesores que fueron una fuente de inspiración para seguir adelante, y darme ideas certeras para encarar este último proyecto.

Fundamentalmente a la música, que fue la compañera de toda mi vida y a quien hago una humilde observación con este trabajo, me gratifica el hecho de saber que he sido protagonista desde ambos puntos de vista, como artista y hoy como observador, ambos roles me han dejado amistades y ejemplos a seguir.

Por todo esto, estoy agradecido por seguir sintiéndome afortunado, por todas las cosas que siguen sucediendo en mi vida. A todos aquellos que acompañaron con paciencia a la mente inconformista que tenemos todos los artistas.

2 RESUMEN

En la presente investigación descriptivo correlacional de diseño cuantitativo de corte transversal no experimental, se utilizó para las mediciones, Almost Perfect Scale revised Arana, F. G., Keegan, E., & Rutzstein, G. (2009) y las Escala de intolerancia a la frustración (Harrington, 2005, p. 12) se adjuntó un cuestionario socio demográfico con consentimiento informado explicando los detalles de la investigación. Se midieron los resultados aplicando una correlación de ambas escalas sobre la muestra total, y se replicó el procedimiento dividiendo la muestra en sexo femenino y masculino. Se observaron múltiples diferencias a tener en cuenta para mejorar el rendimiento de los cantantes a futuro

Palabras Claves:

“perfeccionismo” “intolerancia a la frustración” “Coreutas Profesionales”

3 ABSTRACT

In the present descriptive correlational investigation of quantitative non-experimental cross-sectional design, a revised Almost Perfect Scale (ASP-R) Arana, F. G., Keegan, E., & Rutzstein, G. (2009) and the Frustration Intolerance Scale (Harrington, 2005, p. 15) were used for the measurements. socio-demographic questionnaire with informed consent explaining the details of the research. The results were measured by applying a correlation of both scales to the total sample, and the procedure was replicated by dividing the sample into female and male sex. Multiple differences were observed to take into account to improve the performance of singers in the future

Keywords:

"perfectionism" "frustration intolerance" "Professional choristers"

ÍNDICE

1	Agradecimientos	1
2	Resumen	2
3	Abstract	3
5	Introducción	7
5.1	Planteamiento del problema	10
5.2	Hipótesis	10
5.3	Justificación	10
5.4	Objetivos	11
5.4.1	General:	11
5.4.2	Específicos	11
6	MARCO TEÓRICO	13
6.1	Perfeccionismo	13
6.2	Intolerancia a la frustración	15
6.3	Coreutas profesionales	17
6.4	Estado del Arte	20
6.4.1	Una investigación neuropsicología del perfeccionismo	20

6.4.2	Relación entre ansiedad escénica, perfeccionismo y calificaciones en estudiantes del título superior de música	21
6.4.3	Los rasgos y las cogniciones del perfeccionismo y la relación con estilos de afrontamiento, esfuerzo, rendimiento y ansiedad de interpretación en Músicos Japoneses	22
6.4.4	Miedo a la evaluación negativa de la autoestima y el perfeccionismo: un estudio comparativo en población general y población clínica	22
6.4.5	Intolerancia a la frustración como creencia y predictores de problemas emocionales en estudiantes universitarios	23
6.4.6	Ansiedad por la interpretación musical, el perfeccionismo y su manifestación en las experiencias vividas de los profesores de canto	24
6.4.7	Intolerancia a la frustración y bienestar psicológico: ¿Qué relación?	25
6.4.8	Trastornos alimenticios en músicos: Un cuestionario que investiga los auto informes de trastornos alimenticios en músicos	26
6.4.9	Estrés psicológico, burnout, perfeccionismo, optimismo, pesimismo y habilidades de recuperación en cantantes profesionales	27
6.4.10	La relación entre la intolerancia a la frustración, emociones poco saludables y comportamiento asertivo en estudiantes italianos	27
6.4.11	Relación de la intolerancia a la frustración con la disfuncional emocional en estudiantes	28

6.4.12	El perfeccionismo su relación con el bienestar psicológico y la disposición de fluir en el trabajo en enfermeras	29
6.4.13	El perfeccionismo y los esquemas desadaptativos prematuros: en estudiantes universitarios	30
6.4.14	La intolerancia a la frustración y estrategias cognitivas de regulación emocional con predictores de la agresividad	31
6.4.15	Los efectos del perfeccionismo, la auto eficacia y género como influyentes en la ansiedad de a interpretación musical en niños y adolescentes	32
6.4.16	Control parental psicológico percibido y la sensación de indefensión aprendida en la escuela: el papel de la intolerancia a la frustración como factor mediador	33
7	Metodología	34
7.1	Tipo de estudio	34
7.2	Tipo de diseño	34
7.3	Criterios de inclusión y exclusión	35
7.4	Instrumentos	35
7.4.1	Escala de intolerancia a la frustración	35
7.4.2	APS-R “Almost perfect scale”	37
7.4.3	Cuestionario socio demográfico	38
7.5	Procedimientos	39
8	Resultados	40
		6

8.1	Caracterización de la muestra	40
8.1.1	Gráfico 1	40
8.1.2	Gráfico 2	40
8.1.3	Gráfico 3	41
8.1.4	Gráfico 4	42
8.1.5	Gráfico 5	43
8.1.6	Gráfico 6	44
8.1.7	Gráfico 7	45
8.2	Estadísticos descriptivos de las escalas	46
8.2.1	Análisis de relación	48
9	Discusión y conclusión	53
10	Bibliografía	58
11	Anexos	65

5 INTRODUCCIÓN

En la presente investigación se utilizaron instrumentos para medir dos constructos diferentes, el perfeccionismo y la intolerancia a la frustración, para medir el primero se utilizó el instrumento fue APS-R almost perfect scale, en su versión adaptada al español (Arana et al., 2009, p. 3) y, para la intolerancia a la frustración se utilizó, Escala de Intolerancia a la Frustración (Medrano et al., 2018).

La muestra que se utilizó para la aplicación de dichos instrumentos fueron cantantes profesionales líricos que trabajan en coros profesionales de la CABA y del Gran Buenos Aires, dichos coros son, Teatro Colón, Teatro Argentino de la Plata, y El Coro Polifónico Nacional, estos coros, no fueron seleccionados al azar, el motivo fundamental es que son tres instituciones, que dependen del Gobierno nacional y del gobiernos de la ciudad de Buenos Aires. Son coros que tienen una demanda de excelencia para su admisión y porque el aspirante al formar parte de alguno de ellos, debe cumplir con los requisitos naturales, técnicos y teórico musicales (Regido Arribas, 1977) . Un cantante de esta naturaleza tiene un registro vocal que se define por el timbre de la voz y el registro de la misma (Jackson-Menaldi, 1992), en el caso de las mujeres los registros son, partiendo por el más agudo, la Soprano, el registro medio con un color más oscuro se llama Mezzosoprano, finalmente el más grave de todos los registros femeninos es de Contralto. (Jackson-Menaldi, 1992) En el caso de los hombres el registro más agudo, es el de tenor, el registro de tesitura media se llama barítono y el de tesitura más grave es el bajo.

La investigación se fundamentó en la hipótesis que afirma la existencia de la correlación entre el perfeccionismo y la intolerancia a la frustración en coreutas profesionales.

En cuanto al perfeccionismo, siguiendo la perspectiva de Robert Slaney (2001), estaríamos hablando de un perfeccionismo positivo adaptativo y otro desadaptativo. Por lo tanto a priori estaríamos frente a resultado que discriminan perfeccionistas de ambas naturalezas y finalmente el no perfeccionista (Frost, 1990). En cuanto a la otra variable de medición que fue intolerancia a la frustración, (Harrington N. , 2005) quien habla de la relación que existe entre la intolerancia a la frustración y problemas relacionados con la ansiedad

5.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Perfeccionismo e intolerancia a la frustración en coreutas profesionales de CABA y Gran Buenos Aires

5.2 HIPÓTESIS

H1: Existe relación entre el perfeccionismo y la intolerancia a la frustración en coreutas profesionales

HN: No existe relación entre el perfeccionismo y la intolerancia a la frustración en coreutas profesionales

H2: Existe relación entre el perfeccionismo desadaptativo y la intolerancia a la frustración en voces femeninas

H2N: No Existe relación entre el perfeccionismo desadaptativo y la intolerancia a la frustración en voces femeninas

5.3 JUSTIFICACIÓN

Teórica: Esta investigación posibilita aportar datos precisos y científicos. Así mismo expandir la información acerca de cómo se relacionan el Perfeccionismo y la intolerancia a la frustración en los ambientes profesionales de los coros.

Práctica: Conocer los resultados permitirá realizar intervenciones que ayuden a prevenir. Los sentimientos de frustración y saber identificar cuando los profesionales se están sobreexigiendo, y ser conseguir más armonía con sus resultados

Social: A partir de los datos recabados, se puede conocer mejor cuales son los grupos que con los que hay que tener especial cuidado con las exigencias que promueven aspectos negativos que hacen de la profesión una preocupación constante

5.4 OBJETIVOS

5.4.1 *GENERAL:*

- Analizar si existe relación entre Perfeccionismo y la intolerancia a la frustración

5.4.2 *ESPECÍFICOS*

1. Establecer una correlación entre el Perfeccionismo y la intolerancia a la frustración en ambos sexos por separado
2. Analizar cómo se relacionan las sub dimensiones de la intolerancia a la frustración en ambos sexos
3. Identificar cuales son los ítems de los aspectos sociodemograficos mas significativos en cada una de las variables de medición y como se manifiestan según el sexo

4. Evaluar si el sexo o los registros tienen influencia en los resultados de las correlaciones de las variables de medición
5. Identificar los casos de perfeccionismo desadaptativo, podrían ser casos depresión y estrés

6 MARCO TEÓRICO

6.1 PERFECCIONISMO

Partiendo con la definición de perfeccionismo que propone la Real academia Española. “Tendencia a mejorar indefinidamente un trabajo sin decidirse a considerarlo acabado” (REAL ACADEMIA ESPAÑOLA, 2014), en su versión vigesimotercera.

Durante las últimas dos décadas el constructo psicológico del perfeccionismo ha tomado un lugar frente al concepto de excelencia. Los especialistas lo ubican como multidimensional, (Frost, 1990) es decir, un continuo de pensamientos y conductas relacionados con altas expectativas y a comprometidos niveles de responsabilidad, donde el alto rendimiento y temor a no conseguir lo que uno quiere, desarrolla un estilo cognitivo y se comporta la necesidad de pretender ser perfecto, o evitar la imagen de imperfección ante otros. (Riba, 2012)

El perfeccionismo es un concepto con una tendencia a plantearse metas muy altas e irreales, y adherirse rígidamente a ellas, con el fin de valorarse a sí mismos en función de los logros realizados (Frost, 1990). Se han considerado dos tipos de perfeccionismo, el perfeccionismo normal o adaptativo y por otro lado el perfeccionismo Neurótico o desadaptativo. En el caso del perfeccionismo normal o adaptativo, tiene la cualidad característica, por el establecer metas elevadas, manteniendo una actitud de tolerancia a los errores (Flett, 1995). En cuanto al perfeccionismo desadaptativo se determina por el mismo anhelo que el perfeccionismo normal, con la salvedad que no se considera la posibilidad del fracaso, le preocupan las críticas,

porque le hacen sentir vulnerabilidad y en pocos casos de acepta el logro satisfactorio de estas metas (Hamachek, 1978). Las personas que conviven con el perfeccionismo de naturaleza normal o adaptativa, persiguen objetivos con metas altas y sienten optimismo sobre el éxito futuro. No es lo mismo en caso de las personas que padecen el perfeccionismo desadaptativo porque tienen una fuerte tendencia a centrarse en sus errores, muchas veces insignificantes, y tienen un impedimento en experimentar satisfacción por una tarea bien realizada. (Stoeber, 2006).

Dentro de los primeros estudios empíricos que evaluaron el perfeccionismo, lo definen como “tendencia a establecer altos estándares de desempeño en combinación con una evaluación excesivamente crítica de los mismos y una creciente preocupación por cometer errores” (Frost, 1990). Es un estado de malestar subjetivo e interpersonal, y es determinante en la tendencia a la autoevaluación negativa (Lee, 2007). Al día de la fecha el perfeccionismo es definido como un constructo multidimensional, el cual se puede medir mediante instrumentos psicométricos que evalúan al mismo es sus distintas dimensiones (Ellis, Rational Living, 14 (2) 3-8 1979). Dichas dimensiones están vinculadas a diferentes constructos clínicos, como la depresión, trastornos de la personalidad y la alimentación (Egan, 2011). El perfeccionismo se encuentra vinculado a la psicopatología de manera directa (Flett, 1995). Los autores aseveran que no son los elevados estándares, los que hacen a un perfeccionista, tampoco su desempeño real, sino la discrepancia que existe entre ambos (Arana I. C., 2015). Medir la discrepancia mediante la APS-R, es un índice clave para identificar a un perfeccionista que necesita de ayuda profesional (Almost perfect scale-revised). (Arana, Scappatura, Lago, & Keegan, 2006).

Los estudios del perfeccionismo han abarcado también estudios en el ámbito laboral, por la razón que la labor a cumplir y el ámbito donde se despliega dicha labor, puede convertirse en un lugar donde las presiones y las demandas a los trabajadores hace que estos se encuentren preparados y capacitados para poder enfrentar las responsabilidades a realizar. Esto deriva en que los trabajadores apelan a la perfección y establezcan metas realistas. En otras palabras, un objetivo alcanzable. (Franchi, 2010) Teniendo en cuenta las habilidades, los recursos y el tiempo que les demande la tarea, en las medidas de su esfuerzo personal, invocando a su mejor performance en situaciones de competencia. (Flett, 1995) Las presiones sociales no representan un clima de adversidad para los perfeccionistas, dependiendo del enfoque que tengan con el perfeccionismo van a depender las relaciones con sus compañeros de trabajo y a los factores en la labor que puedan manifestar tensión y preocupación (Frost, 1990)

6.2 INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN

Según la Real academia española en su vigesimotercera edición define

Intolerancia como “Falta de tolerancia, especialmente religiosa” y la frustración la define como “Acción y efecto de frustrar” (REAL ACADEMIA ESPAÑOLA, 2014).

La frustración se define como un estado negativo, inducido por lo inesperado y súbito, reduciendo la magnitud o inaccesibilidad de los reforzadores (Amsel, 1992) , asociado con la angustia emocional, agresión y baja motivación (Berkowitz, 1989) . Las diferencias individuales con la intolerancia a la frustración están relacionadas con la vulnerabilidad a la psicopatología, el rendimiento académico, el control cognitivo y las estrategias de afrontamiento

(Chand, 2015).

Hay estudios evidenciando que determinadas personas tienen creencias que la realidad, debería estar de acuerdo y alineada con nuestras expectativas. Cuando esto no sucede, se genera una sensación de un fuerte rechazo (DiGiuseppe, 2014) . Lo previamente mencionado corresponde a un estudio de investigación utilizando como instrumento de medición, la escala de intolerancia a la frustración (Harrington, 2005).

Los filósofos estoicos creían que la perturbación emocional, era tratar de hacer calzar la realidad, para adaptarla a nuestros deseos, como una forma de dar tranquilidad, y una sensación de paz en la mente, deberíamos aprender a vivir en armonía con la realidad y no tratar de controlarla, ya que es incontrolable (Ellis, Reason and emotion in psychotherapy. Revised and updated, 1994). Normalmente la búsqueda de la gratificación instantánea, pone en segundo lugar el hedonismo a largo plazo, convirtiéndose en hedonistas a corto plazo, generando sentimientos perturbadores y conductas de naturaleza disfuncional. El sentirse frustrados, se genera porque quieren tener el control total de sí mismos y sobre el ambiente, y esto no ocurre (Ellis, 1979).

La evitación a la confrontación de los problemas en la vida cotidiana, es un rasgo claro de baja tolerancia a la frustración, ante la incapacidad de tolerar el malestar, escapamos de él. Se manifiesta ante la incapacidad de esperar a que las situaciones de la vida, tomen el tiempo para que se concreten (Contreras, 2017)

Sin dejar de lado estas conclusiones la REBT (Rational emotive behavior therapy) fueron pioneros en hacer una descripción de la intolerancia a la frustración e incomodidad,

incorporándose al modelo cognitivo sistemático (Ellis, Discomfort anxiety: A new cognitive behavior construct Part 1. Rational Living, 14 (2) 3-8, 1979)

La intolerancia a la frustración solía conceptualizarse como un constructo de una sola dimensión (Dryden, 1999). A posteriori se hizo la revisión de las investigaciones de la REBT (Rational emotive behavior therapy) demuestra que la intolerancia a la frustración, contempla una extensa variedad de contenido de creencias. Dichas creencias son características que incluyen, las molestias, la dificultad, la incomodidad cotidiana, la gratificación tardía, el esfuerzo, intolerancia a las emociones y objetivos frustrados (Dryden W. &. 1993), la relación que hay con dichas características se encuentran más cercanamente relacionadas unas que otras, por ejemplo en el caso del trastorno por estrés postraumático, la intolerancia a la frustración cumple un rol central. (Ellis, Post traumatic stress disorder in rape victim: A rational emotive theory, 1994). La escala de intolerancia a la frustración (FDS), tuvo un diseño inicial para medir un constructo multidimensional, mediante diferentes investigaciones la intolerancia se puede describir mejor mediante cuatro factores: Intolerancia al malestar (IM), Derechos (D), Intolerancia Emocional (IE) y frustración de logros (FL) (Harrington, 2005). Estudios posteriores mostraron que este instrumento habilitó una evaluación más compleja de la intolerancia a la frustración, la evidencia empírica indicó que la asociación de diferentes subescalas de intolerancia a la frustración tenía relación con la ansiedad, depresión e ira. (Harrington N. , 2006)

6.3 COREUTAS PROFESIONALES

Según la Real Academia Española en su versión vigesimotercera, define la palabra coreuta como “en la tragedia griega, integrante del coro” (REAL ACADEMIA ESPAÑOLA, 2014).

El tema de mayor relevancia para poder abordar la polifonía que caracteriza a los coros es la clasificación de las voces cantadas. En un principio el orador Quintiliano en sus oratorias clasificó a la voz en cuanto a cualidades como el volumen, el tamaño, el color de la voz, si es clara, sombría o dulce (Regido Arribas, 1977). En la actualidad las voces son consideradas desde sus aspectos cualitativos de la voz como intensidad en relación a la impedancia y su característico timbre. En el siglo XVI comienzan a adoptar la clasificación de la voces en los coros polifónicos, en ese entonces se reconocían como graves y agudas, en el caso de las mujeres soprano y contralto, y en los hombres como tenor y bajo (Baño, 1977), en este punto histórico las voces no eran tan extensas de registro como en la posteridad, fue hasta el surgimiento de la ópera y la música de cámara y sus exigencias que la clasificación tanto como la extensión de las voces fueron estableciéndose y la propuesta polifónica fue incrementándose dando lugar a nuevos registros dentro de la clasificación (Lacabe, 2006). A mediados del siglo XVIII se dio lugar a las voces de intermedias denominadas mezzosoprano y barítono (Regido Arribas, 1977).

Las características de la voz humana presenta dos formas distinguibles, la voz hablada y la voz cantada, ambas forman parte del mismo fenómeno (Jackson-Menaldi, 1992) la diferencia fundamental entre ambas voces, es que el la voz cantada debe tener una posición determinada para que pueda tener un mejor rendimiento, esta colocación de la voz cantada de da cuando el aparato fonatorio alcanza los resonadores naturales, generando la máxima resonancia posible, haciendo la diferencia notoria (Jackson-Menaldi, 1992). El canto lírico o bien puede llamarse artístico es un desarrollo de la voz que junto a sus cualidades naturales, debería ser apta para la ópera o música de cámara. Otro aspecto del canto lírico a diferencia de otros estilos de canto, consta en ser percibido con naturalidad, sin esfuerzo y que pueda ser practicado como cualquier

otro instrumento (Morrison M, 2006). Para un desempeño efectivo de la voz cantada debe haber una sólida técnica vocal, esta es un conjunto de prácticas y procedimientos utilizados para lograr en cada voz que los atributos se desarrollen en su máxima expresión , emisión, impostación, proyección, elasticidad, el conjunto de estas propiedades permiten definir su timbre, personalidad extensión y volumen (Sobreira, 2003). Hay diferentes escuelas de canto que poseen una postura muy marcada referente a la técnica vocal en canto lírico, avalada por conocimiento interdisciplinar que abarca el área médica, física, teórica y música. Pero en definitiva todas esas escuelas coinciden en la respiración y proyección de la voz a la hora de ser ejecutada (Jackson-Menaldi, 1992).

6.4 ESTADO DEL ARTE

6.4.1 *UNA INVESTIGACIÓN NEUROPSICOLOGÍA DEL PERFECCIONISMO*

El perfeccionismo conlleva una preocupación onerosa por la autoevaluación de uno en el contexto de los resultados del desempeño. Aunque el perfeccionismo ha sido objeto de una extensa investigación, la literatura escasa sobre su efecto en la cognición el funcionamiento está disponible, y mucho menos en poblaciones no clínicas. El objetivo del presente estudio es utilizar una batería neuropsicológica integral para evaluar las funciones cognitivas entre estudiantes universitarios con alta y baja niveles de perfeccionismo. Los participantes eran 98 universitarios estudiantes que fueron evaluados por estado clínico, completaron una batería neuropsicológica, y se evaluó el perfeccionismo y la sintomatología relacionada. Los resultados revelaron que grupo de perfeccionismo negativo alto tuvo significativamente mayor niveles de depresión y estrés en comparación con el bajo nivel negativo grupo de perfeccionismo. Sin embargo, no hubo diferencias de grupo encontrado en los resultados neuropsicológicos. Se encontraron diferencias de gradiente en las medidas de resultado clínico cuando

Se compararon tres grupos caracterizados por un perfeccionismo muy adaptativo, y desadaptativo y mixto. Sin embargo, no se encontraron diferencias en neuropsicología.

pruebas. Estos hallazgos sugieren que niveles más altos del perfeccionismo están asociados con una carga psicopatológica significativa, pero con una prueba neuropsicológica intacta de actuación. Estos resultados son importantes, particularmente en

el contexto de la necesidad de identificar y tratar a los estudiantes que luchan con altos niveles de perfeccionismo y relacionados con la carga psicopatológica, que puede pasarse por alto dado que presentan con intactos cognitivos y académicos actuación. (Robinson & Abramovitch, 2020, p. 493)

6.4.2 RELACIÓN ENTRE ANSIEDAD ESCÉNICA, PERFECCIONISMO Y CALIFICACIONES EN ESTUDIANTES DEL TÍTULO SUPERIOR DE MÚSICA

Uno de los principales inconvenientes que padecen los músicos, aspirantes y profesionales, es la ansiedad escénica. La ansiedad escénica podría ser considerada como una combinación de perfeccionismo y fobia social. La relación entre el perfeccionismo y la ansiedad escénica no tuvo mucha atención en el ámbito de la investigación en España. Los objetivos consistieron en medir los niveles de ansiedad escénica tomando la muestra del conservatorio superior de alicante y como se relaciona con el perfeccionismo y las calificaciones. La metodología implementada fue de tipo cuantitativa teniendo en cuenta el muestreo por disponibilidad. Los instrumentos para medir la ansiedad escénica y el perfeccionismo fue administrada a 87 estudiantes del conservatorio de alicante. Los resultados obtenidos registraron niveles de ansiedad escénica superiores a la media. La relación entre la ansiedad escénica y el perfeccionismo es significativa, y sobre todo este último en las calificaciones. Las conclusiones dieron con que el perfeccionismo es muy significativo con la ansiedad escénica tanto como las notas conseguidas por los estudiantes.

6.4.3 LOS RASGOS Y LAS COGNICIONES DEL PERFECCIONISMO Y LA RELACIÓN CON ESTILOS DE AFRONTAMIENTO, ESFUERZO, RENDIMIENTO Y ANSIEDAD DE INTERPRETACIÓN EN MÚSICOS JAPONESES

Los datos que arrojó la investigación en relación al perfeccionismo, consta de dos facetas principales: por un lado los esfuerzos de los perfeccionistas y las preocupaciones de los perfeccionistas. El fin de este estudio es investigar la relación la relación de las facetas del perfeccionismo y cómo se vinculan con el afrontamiento, el esfuerzo, el logro y la ansiedad en la ejecución de los músicos, los encuestados fueron doscientos setenta y cinco profesionales y músicos aficionados de la república de Japón para completar medidas de los rasgos del perfeccionismo, aspectos cognitivos, y estilo de afrontamiento, esfuerzo, logro, y la ansiedad generada por el desempeño. Los resultados en relación a la jerarquía mostraron la validez incremental de las cogniciones del perfeccionismo para poder explicar la variedad en los estados de ansiedad por la performance previamente explicada por otras variables, como por ejemplo el perfeccionismo de rasgos. Las investigaciones demuestran que el perfeccionismo en músicos tiene elementos tanto positivos como negativos.

6.4.4 MIEDO A LA EVALUACIÓN NEGATIVA DE LA AUTOESTIMA Y EL PERFECCIONISMO: UN ESTUDIO COMPARATIVO EN POBLACIÓN GENERAL Y POBLACIÓN CLÍNICA

El fin de esa investigación es analizar si hay una vinculación significativa entre la autoestima, miedo a la evaluación negativa y el perfeccionismo, la medición de dichas variables será aplicada en población clínica como no clínica formada con personas diagnosticadas con trastornos de ansiedad según el DSM IV. Las características de la investigación fueron de tipo correlacional-descriptivo, de tipo trasversal, el rango etario fue para una población general

mayores de dieciocho años de ambos sexo, oriundos de la provincia de Buenos Aires. La muestra total estuvo compuesta por 25 personas diagnosticadas con trastorno de ansiedad y otros 25 de población normal que formaron parte de la agrupación designada a la comparación. Los instrumentos que se utilizaron para la investigación fueron la escala de autoestima de Rosenberg, La escala de evaluación negativa (BF NES) y la escala de medición de perfeccionismo (APS-R). Los resultados estadísticos corroboraron una correlación significativa entre las variables propuestas, corroborando la hipótesis y alcanzando los objetivos previamente pactados.

6.4.5 INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN COMO CREENCIA Y PREDICTORES DE PROBLEMAS EMOCIONALES EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

Las sugerencias de la terapia conductual racional emotiva en relación a su marco teórico, fue la fuente y motivo de comienzo para esta investigación, que se ocupó de estudiar las creencias y la relación de la intolerancia a la frustración y los problemas emocionales. Los datos recolectados fueron obtenidos de 332 universidades con estudiantes de pregrado con un rango etario que oscila entre los diecinueve y los veintiséis años de edad. La escala de frustración y malestar con un anexo que incluye a tres subescalas del inventario breve de síntomas que incluyen depresión, ansiedad y hostilidad fueron los instrumentos utilizados en la investigación. Los resultados confirmaron la relación que existe entre la intolerancia a la frustración y las creencias irracionales y cómo influyen en la angustia psicológica entre la población no clínica. Las subescalas FDS se relacionan de manera diferente con las emociones específicas, estas subescalas de derecho e intolerancia emocional se relacionaron significativamente de manera

positiva con la depresión, la ansiedad y la hostilidad, a su vez el logro fue asociado negativamente con la hostilidad. El alcance del estudio es de interés para consejeros, psicólogos educacionales y para la formulación de leyes, puesto que se destaca la jerarquía del asesoramiento grupal e individual con el objetivo de apalear los problemas emocionales de los estudiantes que se obstaculizan en su propio crecimiento personal y educativo.

6.4.6 ANSIEDAD POR LA INTERPRETACIÓN MUSICAL, EL PERFECCIONISMO Y SU MANIFESTACIÓN EN LAS EXPERIENCIAS VIVIDAS DE LOS PROFESORES DE CANTO

No es inusual que la interpretación musical genere ansiedad en los músicos (MPA). Los argumentos que impulsaron esta investigación está fundada en las enseñanzas de los profesores en instituciones terciarias y la experimentación de (MPA) debido al ambiente laboral y se ve agravado por la constante búsqueda de la perfección. El propósito de este estudio es comprender la manifestación de MPA y la relación que tiene en las experiencias vividas en profesores de canto. El autor desarrolló la fenomenología trascendental para este fenómeno. La investigación de (Frost, 1990), sirve como marco estructural para este estudio. Los profesores de canto se ponen mucha presión sobre sí mismo debido a su profesión. La presión es autoinducida porque la búsqueda de la técnica y la preocupación por la salud de las voces de sus alumnos y el éxito son los principales causantes de MPA. El perfeccionismo se ve reflejado en los estándares personales que incluyen en su enseñanza, así como las expectativas y críticas de los colegas y la preocupación por cometer errores frente a sus colegas y alumnos. La MPA se ve comprometida negativamente debido a la duda y deseo de los profesores de canto de aprobación, tranquilidad y aceptación de los colegas y mismos estudiantes. (Cupido, 2018, p. 24)

6.4.7 *INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN Y BIENESTAR PSICOLÓGICO: ¿QUÉ RELACIÓN?*

El objetivo del estudio es establecer si existe una relación entre las dimensiones de intolerancia a la frustración y el bienestar psicológico. Se partió de la hipótesis de que los mayores niveles de intolerancia a la frustración (intolerancia emocional, reclamos, derechos, intolerancia al malestar, perfeccionismo/realización) corresponden a un bajo índice de bienestar psicológico y de las dimensiones que lo componen. Por otro lado también se tuvieron en cuenta las diferencias de género y una posible relación con la edad, en las variables consideradas, con el fin de ampliar el conocimiento científico. La muestra que se tuvo en cuenta fueron 200 estudiantes universitarios de la universidad de Messina y Reggio Calabria. Los instrumentos utilizados fueron la Escala de Bienestar Psicológico (PWB) y la escala de incomodidad por la frustración de (Harrington, 2005) ambas adaptadas al idioma italiano. En un principio se confirmaron las hipótesis iniciales. En relación a las diferencias de género, en el caso de las mujeres se noto un menor bienestar y una mayor intolerancia a la frustración que los hombres. En cuanto a las edades, se observó una correlación negativa con las creencias de intolerancia emocional, reclamos/derechos e intolerancia al malestar. Concluyentemente , los resultados mediante el análisis de regresión destacó que ciertas dimensión de la intolerancia a la frustración, puntualmente IE (intolerancia emocional) e IM (intolerancia al malestar) son predictores negativos de bienestar psicológico, y a su vez las creencias perfeccionistas influyeron positivamente en el.

6.4.8 *TRASTORNOS ALIMENTICIOS EN MÚSICOS: UN CUESTIONARIO QUE INVESTIGA LOS AUTO INFORMES DE TRASTORNOS ALIMENTICIOS EN MÚSICOS*

El motivo que impulsó el comienzo de este estudio fue estudiar la prevalencia de los trastornos alimenticios (TCA) en músicos y evaluar la significación que tiene con el perfeccionismo, el estrés, la ansiedad y la depresión. Los instrumentos para medir cada uno de los constructos fueron: para la prevalencia de TCA se utilizó el cuestionario de trastornos alimenticios (EDE-Q), el que mide el índice de masa corporal (IMC), los factores psicológicos de riesgo fueron medidos utilizando la escala de estrés, ansiedad, y depresión (DASS-21) y el inventario del perfeccionismo (MPS); Los datos sociodemográficos, información sobre música, estilo de vida, hábitos alimenticios y salud. El cuestionario tuvo un alcance mundial y participaron la totalidad de 302 músicos de habla inglesa de 18 años en adelante. Los resultados obtenidos demostraron que existe una alta prevalencia de TCA en músicos: EDE-Q arrojó valores patológicos en el 18.66% de los músicos y cuando se les preguntó sobre la prevalencia de por vida, el porcentaje aumentó significativamente aumentando al 32,3% con una respuesta positiva. En cuanto al IMC el rango estaba dentro de la media. En cuanto a salud mental, el DASS-21 demostró que la depresión y el estrés tenían índices severos, la ansiedad era extremadamente aguda y la puntuación que dio en el cuestionario de perfeccionismo fue de 26,53%. No hubo una discrepancia significativa entre el EDE-QGS entre músicos que interpretan música en general, pero los estudiantes, profesionales, solistas y músicos que viven viajando por el extranjero, el porcentaje aumentó entre EDE-QGS patológico. Los índices de perfeccionismo fueron mayor en músicos clásicos y la correlación con EDE-QGS fue baja y positiva. La conclusión es que los trastornos de la alimentación son frecuentes en músicos y posiblemente los mayores índices se concentren en los factores de riesgo como el perfeccionismo, depresión,

ansiedad, estrés, presión grupal, y aislamiento social. Todos estos índices y correlaciones de naturaleza negativa puede tener relación con las exigencias de su trabajo.

6.4.9 ESTRÉS PSICOLÓGICO, BURNOUT, PERFECCIONISMO, OPTIMISMO, PESIMISMO Y HABILIDADES DE RECUPERACIÓN EN CANTANTES PROFESIONALES

Hasta el momento es muy escasa la información que hay acerca de estudios psicológicos (musicales) que tomen a los cantantes profesionales como centro de atención. La muestra obtenida cuenta con 313 participantes, hasta el momento es uno de los estudios más grandes que se realizaron hasta la fecha teniendo en cuenta los aspectos de la salud mental de los cantantes profesionales. A pesar del alto estrés que demanda la profesión los valores son inferiores que las personas del grupo que hizo la comparación, fue representativa en 16 de 27 parámetros de burnout. No hubo diferencias estadísticamente significativas en los otros once parámetros. Las variables como competencia de recuperación, optimismo y pesimismo, fueron las variables más significativas, que pueden explicar hasta un 40% del criterio de burnout, teniendo en cuenta los predictores en los análisis de regresión. Para generar medidas preventivas y de rehabilitación con cantantes profesionales, la recomendación puede derivarse de los hallazgos con vistas a una potencial enfermedad de burnout, para concentrarse más en los recursos de los músicos y en menor medida los déficit aparentes como el perfeccionismo.

6.4.10 LA RELACIÓN ENTRE LA INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN, EMOCIONES POCO SALUDABLES Y COMPORTAMIENTO ASERTIVO EN ESTUDIANTES ITALIANOS

El objetivo de la investigación que se desarrollará a continuación estuvo fundamentada en establecer una relación entre la intolerancia a la frustración y problemas de naturaleza emocionales y conductuales. Explícitamente el estudio apuntaba a comprobar la asociación entre la intolerancia a la frustración y las dificultades en el comportamiento asertivo, la ansiedad, la depresión y la ira en entornos no clínicos. La muestra con la se contó para la investigación consta de 250 estudiantes. El instrumento de medición de la escala de malestar de frustración (FDS) que se desarrolló la adaptación al idioma italiano. La intolerancia a la frustración, a partir de los hallazgos conseguidos apoyaron un enfoque multidimensional y la relación entre la misma y las creencias de intolerancia con los problemas emocionales de índole conductual. Respecto a las emociones insalubres, el análisis de los modelos de ecuaciones estructurales (SEM) , concluyeron que la intolerancia al malestar y la intolerancia emocional tienen una vinculación de significancia con el estado de ansiedad, rasgos de ansiedad y depresión. Las escalas suplementarias de intolerancia a la incomodidad y derecho tenían una relación significativa con el estado de ira y el rasgo de la ira, mientras que el derecho predijo claramente el rasgo de ira. En cuanto a la asertividad, SEM. Otras características de la investigación denotaron que la intolerancia emocional tenía una relación significativa con la angustia al ser asertivo. En rasgos generales la escala de FDS se relacionaba significativamente con emociones no saludables y comportamiento de inseguridad (angustia). La conclusión es que la escala FDS tiene una aplicabilidad transcultural.

6.4.11 RELACIÓN DE LA INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN CON LA DISFUNCIONAL EMOCIONAL EN ESTUDIANTES

El motivo de este estudio fue formar un equipo para ampliar la investigación anterior (Harrington, 2006), sobre la relación de la frustración multidimensional y la escala de malestar (FDS), con estándares de estado de ánimo depresivo, ansiedad e ira, al margen de la autoestima. La muestra contempló a 323 estudiantes no clínicos, y medidas del estado, rasgo de ira y ansiedad. La herramienta utilizada fue el cuestionario de auto aceptación incondicional (USAQ), además se tuvieron en cuenta para evaluar las creencias de auto aceptación (TREC) con respecto a la autoestima. Se desarrolló una versión de (FDS) en serbio. De acuerdo con la investigación anterior, se registraron relaciones predictivas y significativas, mientras se controla la autoestima, entre la ira y el derecho, la ansiedad y la intolerancia emocional, la intolerancia a la incomodidad con el estado de ánimo deprimido. La intolerancia emocional demostró ser un predictor positivo significativo en la depresión, y a su vez la frustración en relación a los logros obtenidos tuvo una relación negativa con la depresión. En líneas generales, las dimensiones de FDS tenían una relación más débil con los estados emocionales que con los rasgos en sí. Los resultados se discuten con respecto a la relación entre las dimensiones de FDS y emociones disfuncionales en una muestra no clínica.

6.4.12 EL PERFECCIONISMO SU RELACIÓN CON EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y LA DISPOSICIÓN DE FLUIR EN EL TRABAJO EN ENFERMERAS

El objetivo principal de la corriente investigación se fundamentó en describir y evaluar la relación que existe entre el perfeccionismo, el bienestar psicológico y la disposición a fluir en el trabajo en enfermeras de Gran caracas, y la poca literatura que existe en grupos profesionales. La investigación es de tipo correlacional y de diseño transversal. La muestra fue

conformada por 150 enfermeras con un rango etario promedio de 22 a 66 años, que trabajan en instituciones públicas y privadas del Gran Caracas. La muestra respondió voluntariamente a la escala multidimensionales del perfeccionismo en su forma abreviada (EMP-A), la escala de disposición a fluir en el trabajo (EDFT-3) y la escala de bienestar psicológico (EBT) validada en Venezuela por Millan y D'aubeterre, 2011). Los resultados conseguidos en la investigación muestra que el personal de enfermería mostraron niveles moderados de perfeccionismo, lo que denota un desempeño adecuado en relación a la atención que brindan a sus pacientes, a su vez niveles moderados con tendencia a altos a fluir en el trabajo, habilitándolas a realizar adecuadamente su rol laboral debido a su experiencia y control de las situaciones que enfrentan. En cuanto a los altos niveles de bienestar psicológico, lo que denota una baja discrepancia con las metas obtenidas y el sentido que le han otorgado a la vida. Las asociaciones estadísticas fueron positivamente significativas ($p < 0.05$) entre el perfeccionismo, el bienestar psicológico y la disposición a fluir en el trabajo.

6.4.13 EL PERFECCIONISMO Y LOS ESQUEMAS DESADAPTATIVOS PREMATUROS: EN ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS

El motivo que impulsó la siguiente investigación fue evaluar la asociación de las dimensiones adaptativas y desadaptativas del perfeccionismo junto con los esquemas desadaptativos (EDT) de Young (1999), la muestra consta de 307 adultos jóvenes universitarios de psicología. Otro de los puntos importantes fue la revisión del rol predictivo de los esquemas desadaptativos y dominios de esquemas sobre las dimensiones del perfeccionismo. Los instrumentos de medición que se utilizaron fueron: La almost perfect scale-revised (APS-R) (Arana, Scappatura, Lago, & Keegan, 2006) y el Schema Questionnaire (SQ-SF). Las

correlaciones mostraron que la discrepancia del APS-R tiene una alta asociación significativa con todos los esquemas desadaptativos y todos los dominios de los esquemas de Young. Las escalas que miden el perfeccionismo adaptativo, también demostraron tener altas congruencias con las creencias disfuncionales, aunque en un grado inferior, en algunos casos puntuales la relación fue inversa. En los análisis de la regresión múltiple se alinean con varios dominios de esquemas y los esquemas desadaptativos tienen una alta significación con el perfeccionismo desadaptativo, mientras que el adaptativo solo tuvo una relación con la hipervigilancia e inhibición y estándares inflexibles.

6.4.14 LA INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN Y ESTRATEGIAS COGNITIVAS DE REGULACIÓN EMOCIONAL CON PREDICTORES DE LA AGRESIVIDAD

La agresividad es un rasgo caracteriza a algunos individuos y genera problemas con otros individuos y con la sociedad. La regulación emocional y la frustración, son dos variables que podrían ser influyentes al momento de desencadenar una conducta agresiva, esta combinación conforma el modelo de agresión general. La investigación busca evaluar qué efectos tiene la combinación de la regulación emocional cognitiva y la intolerancia a la frustración. Se administró la escala de intolerancia a la frustración, el cuestionario de agresión y la escala de regulación emocional a 419 personas adultas. Los resultados demostraron que hay relaciones positivas entre las estrategias desadaptativas cognitivas en regulación emocional y un índice de relaciones negativas entre la mayoría de las estrategias cognitivas adaptativas de regulación emocional con la conducta agresiva, y entre las dimensiones de la intolerancia a la frustración y la conducta agresiva si hallaron relaciones positivas. La catastrofización y culpar a los otros

generan un cambio significativo en la agresividad, demostrado por el análisis de regresión múltiple, de la misma manera con intolerancia a la frustración en relación con los derechos. Un gran porcentaje en la variabilidad de agresividad (41%), pueden ser verificadas mediante el path análisis.

6.4.15 LOS EFECTOS DEL PERFECCIONISMO, LA AUTO EFICACIA Y GÉNERO COMO INFLUYENTES EN LA ANSIEDAD DE A INTERPRETACIÓN MUSICAL EN NIÑOS Y ADOLESCENTES

La interpretación musical en relación con la ansiedad es una combinación que ha afectado a numerosos músicos, de todos los géneros. Se partió realizando estudios de la ansiedad en la interpretación en músicos adultos, pero se halló que es muy escasa la información que se pudo encontrar en relación a niños y adolescentes. En el caso de los niveles de ansiedad en relación al desempeño, se examinaron los signos y síntomas en niños y adolescentes. En los estudios se examinaron los niveles de perfeccionismo auto eficacia y género como predictores de ansiedad y se hizo la comparación correspondiente. La muestra fue de 65 participantes que completaron tres cuestionarios juntos con los datos sociodemográficos. Los primeros datos arrojan una relación tentativa creciente entre la interpretación musical, la ansiedad y la edad, a su vez no se encontró relación entre el género y la ansiedad. Entre el perfeccionismo y la auto eficacia se hallaron relaciones fuertes que indicaron que los estudiantes con altos niveles de perfeccionismo y bajos niveles de autoeficacia tienen más probabilidades de tener altos niveles de ansiedad por el desempeño. Como se comprobó con adultos, los hallazgos en niños y adolescentes sugieren que el perfeccionismo puede hacer que las personas sean vulnerables a la

ansiedad por el desempeño, mientras que la auto eficacia puede ser un importante amortiguador para regular la ansiedad.

6.4.16 CONTROL PARENTAL PSICOLÓGICO PERCIBIDO Y LA SENSACIÓN DE INDEFENSIÓN APRENDIDA EN LA ESCUELA: EL PAPEL DE LA INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN COMO FACTOR MEDIADOR

El corriente estudio tiene como objetivo investigar la relación entre el control psicológico parental percibido, y la indefensión aprendida en la escuela y la orientación al dominio, y también evaluar la intolerancia a la frustración como mediador entre la percepción psicológica, el control, y la indefensión. La muestra estuvo compuesta por 86 varones y 128 mujeres haciendo un total de 214 personas, todos estudiantes de secundaria con un rango etario de 17 a 19 años. Los resultados indicaron que el control psicológico materno predice positivamente la intolerancia a la frustración, y que también a misma predice positivamente la indefensión que la persona padece en la escuela. Además hubo un efecto indirecto significativo de la intolerancia a la frustración en el vínculo entre el control psicológico materno y la indefensión aprendida señalando un importante papel mediador de la intolerancia la frustración. Todavía existe una discusión en las implicaciones teóricas y prácticas.

7 METODOLOGÍA

7.1 TIPO DE ESTUDIO

Tipo de estudio descriptivo correlacional “...Para evaluar el grado de asociación entre dos o más variables, en los estudios correlacionales primero se mide cada una de éstas, y después se cuantifican, analizan y establecen las vinculaciones. Tales correlaciones se sustentan en hipótesis sometidas a prueba...” (Sampieri, 2014) Pág 93

“...Estudios descriptivos Buscan especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población...” (Sampieri, 2014) Pág 2

7.2 TIPO DE DISEÑO

Es una investigación cuantitativa-corte-transversal no experimental “...Diseños transaccionales (transversales) Investigaciones que recopilan datos en un momento único..” page 154 (Sampieri, 2014)

MUESTRA: Consta de 111, 60 sexo femenino, 51 sexo masculino, 35 pertenecen a la CABA, 76 al gran Buenos Aires

MUESTREO: no probabilístico “la elección de los casos no depende de que todos tengan la misma posibilidad de ser elegidos, sino de la decisión de un investigador o grupo de personas que recolectan los datos” (Sampieri, 2014) pág 190 Intencional.

Fuente primaria “...las fuentes primarias más consultadas y utilizadas para elaborar marcos teóricos son libros, artículos de revistas científicas y ponencias o trabajos presentados en congresos, simposios y eventos similares..” (Sampieri, 2014) Pág. 65

7.3 CRITERIOS DE INCLUSIÓN Y EXCLUSIÓN

Criterios de inclusión: Ser cantante profesional contratado en el Teatro Colón, Polifónico Nacional o Teatro Argentino de La Plata

Criterios de Exclusión: No pertenecer al cuerpo estable del Teatro Colón, Polifónico Nacional o Teatro Argentino de La Plata

7.4 INSTRUMENTOS

7.4.1 *ESCALA DE INTOLERANCIA A LA FRUSTRACIÓN*

Los instrumentos utilizado para la medición, fueron escala de Intolerancia a la Frustración y el APS-R, Almost perfect Questionnaire.

La escala de intolerancia a la frustración es un instrumento propuesto por (Harrington N. , 2005), tiene la característica de ser autoadministrable, y mide 4 factores de la Intolerancia a la frustración.

- Intolerancia a la Incomodidad: considera a la vida como cómoda, libre de problemas y de carácter fácil. Uno de los reactivos que mide esta característica es “ No soporto hacer tareas que parecen demasiado difíciles”.
- Demanda de derechos: apunta a las creencias en que los deseos que uno tiene deben ser cumplidos, y que los otros deben asentir y no frustrar esos anhelos. Por ejemplo “ no soporto que otra persona actúe en contra de mis deseos
- Intolerancia emocional: hace referencia al bajo nivel de tolerancia al malestar emocional, o a la intransigencia a la angustia, por ejemplo “ no tolero sentir que me estoy volviendo loco”
- Intolerancia al alcance de logros: en referencia a los sentimientos de decepción frente al cumplimiento de una tarea o también al rendimiento óptimo. Ejemplo “ No tolero bajar mis estándares, aun cuando sé que sería más útil hacerlo.

También posee una puntuación total (IF total). Consta de 17 reactivos que se contestan con una escala Likert con 5 dimensiones que van desde la 1 (nada característico de mí), 2 (algo característico de mí), 3 (bastante característico de mí), 4 (muy característico de mí) hasta la 5 (completamente característico de mí). Los puntajes más altos representan una mayor intolerancia a la frustración o a los estados de frustración. Los factores están conformados por los siguientes reactivos: para Intolerancia a la incomodidad 3 reactivos (ítems 3,9,12) para Demanda de

Derechos 6 reactivos (ítems 1,4,6,10,13,15) para Intolerancia Emocional 5 reactivos (ítems 2,5,7,11,16) y para Intolerancia al alcance de Logros 3 reactivos (ítems 8,14,17). La consistencia interna del instrumento medido con el coeficiente de Cronbach es: $\alpha = 0,61$ para Intolerancia a la incomodidad, $\alpha = 0,76$ para Demanda de Derechos, $\alpha = 0,78$ para Intolerancia Emocional y $\alpha = 0,55$ para Intolerancia al alcance de Logros y $\alpha = 0,84$ para la IF total. Con respecto a la fiabilidad de la muestra se obtuvo sobre los distintos factores y el IF total una confiabilidad de $\alpha = 0,83$ para el factor intolerancia emocional, $\alpha = 0,73$ para intolerancia al alcance de logro, $\alpha = 0,82$ para derechos, $\alpha = 0,70$ para el factor intolerancia a la incomodidad y $\alpha = 0,90$ para IF total.

7.4.2 APS-R “ALMOST PERFECT SCALE”

Es un instrumento que consta de 23 ítems, con un formato de respuesta de tipo Likert con una puntuación de 1 a 7 (1=fuertemente en desacuerdo a 7=fuertemente de acuerdo). La escala se compone de 3 subescalas: AE (Altos estándares con 7 ítems), O (orden con 4 ítems) y D (Discrepancia con 12 ítems).

Como se mencionó anteriormente, la escala presenta tres subescalas: AE, O y D. La primera subescalas (7 ítems) evalúa la presencia de estándares elevados de desempeño. La 38 Arana, F.G.; Keegan, E.G. & Rutzstein, G. - Evaluar, 9 (2009), 35 – 53 segunda subescala (4 ítems) mide la preferencia por el orden y la pulcritud. La última subescalas Discrepancia (12 ítems), evalúa el grado en que los entrevistados se perciben a sí mismos como incapaces para alcanzar sus propios estándares de desempeño. El instrumento resulta a su vez de una reformulación sustancial del instrumento original APS (Slaney & Johnson, 1992) de 32 reactivos organizados en cuatro subescalas. Tras sucesivas revisiones (Slaney et al. 1996, 2001) los autores

cuestionaron la utilidad de la escala APS para definir lo particularmente negativo del perfeccionismo ya que muchas veces se indicaba como lo negativo a las consecuencias de ser perfeccionista. El mencionado concepto de discrepancia, propuesto para esta nueva escala revisada, capturaba de forma mucho más precisa el aspecto disfuncional del concepto. Los datos referentes a la validez y confiabilidad de la nueva escala resultaron prometedores: análisis factoriales exploratorios y confirmatorios apoyaron la estructura interna de la escala representando una solución de tres factores. Los coeficientes de estructura de todos los reactivos oscilaron entre .42 y .88 (Slaney et al. 2001). Los coeficientes alfa de Cronbach fueron .91 para Discrepancia, .85 para Altos Estándares, y .82 para Orden, indicando niveles aceptables de consistencia interna (Slaney et al. 2001). La confiabilidad test-retest osciló entre puntajes de .72 y .87 en intervalos de tres a diez semanas (Grzegorek, Slaney, Franze, & Rice, 2004; Rice & Aldea, 2006). Por otra parte, la intercorrelación entre factores fue muy débil, sólo obteniendo una correlación modesta entre AE y O, sugiriendo así que las dimensiones son virtualmente independientes (Slaney et al. 2001). Otros estudios (Rice & Slaney, 2002; Wang, Yuen, & Slaney, 2008; Ashby, Kottman, & Schoen, 1998; Rice, Ashby, & Slaney, 1998; Suddarth & Slaney, 2001; Wang, Slaney, & Rice, 2007) brindaron información adicional confirmando la estructura factorial del APS-R. La validez predictiva del instrumento fue superior a otras medidas de perfeccionismo (Slaney et al., 2001)

7.4.3 CUESTIONARIO SOCIO DEMOGRÁFICO

El cuestionario socio demográfico estuvo compuesto por los siguientes ítems, por un lado tenemos el estado civil que se divide en soltero, casado, divorciado, viudo y en pareja. El teatro

donde traba se refiere a si pertenece al Teatro Colon, Teatro Argentino de La Plata, o polifónico Nacional, la variable sexo está dividido en femenino y masculino, el registro vocal comprende los 6 registros Soprano, Mezzosoprano, contralto, tenor, barítono, y bajo, el lugar de residencia es si es de la CABA o Gran Buenos Aires, finalmente el nivel de educación comprende primaria completa o incompleta, secundaria completa o incompleta, terciario completo o incompleto y universitario completo o incompleto

7.5 PROCEDIMIENTOS

La recolección de datos se realizó con la entrega personalizada a cada uno de los integrantes de las correspondientes instituciones, incluyendo preguntas de consentimiento informado y solicitud de datos socio demográficos, en un segundo apartado el cuestionario ASP-R (Almost perfect revised Scale) finalmente en un tercer apartado el cuestionario de Intolerancia a la frustración.

El procesamiento de los datos estadísticos fue realizado con el programa de IBM SPSS versión 25.

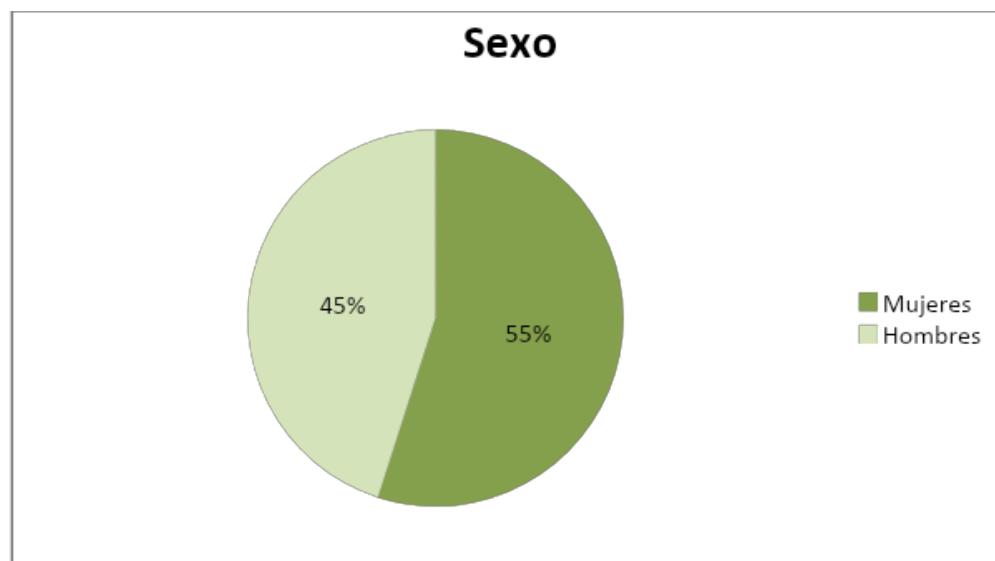
En relación a la pandemia COVID-19 no fue incluida en la corriente investigación por la razón que los datos fueron recolectados previamente a la declaración del confinamiento

8 RESULTADOS

8.1 CARACTERIZACIÓN DE LA MUESTRA

8.1.1 GRÁFICO 1

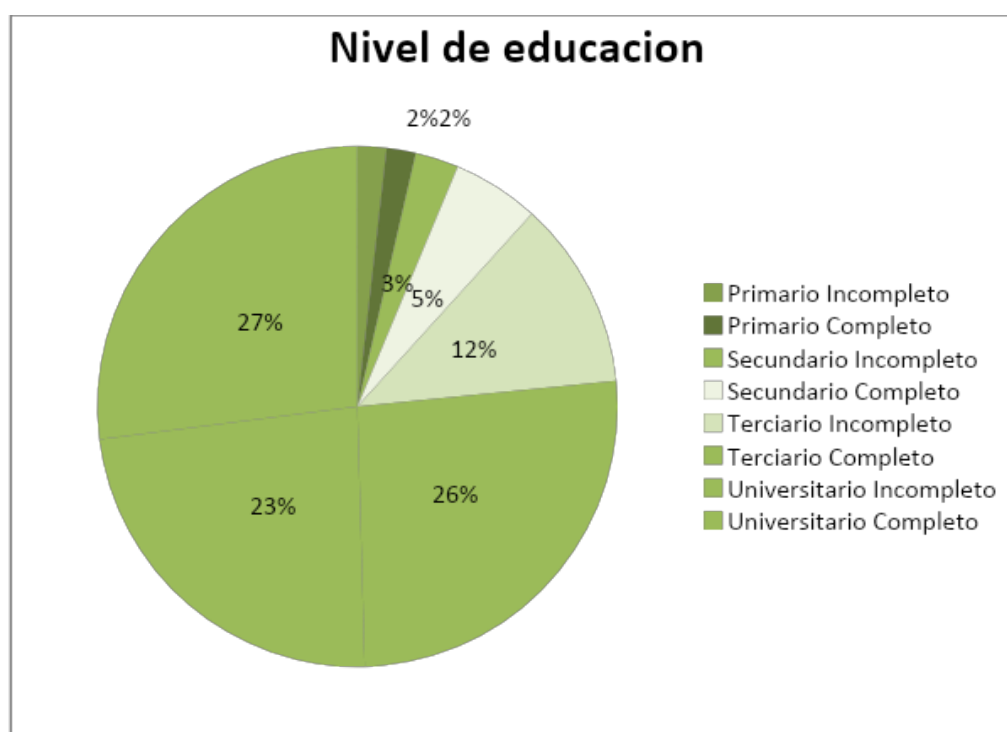
En total participaron 111 personas, 61 y 50 hombres que corresponden a la muestra total.



8.1.2 GRÁFICO 2

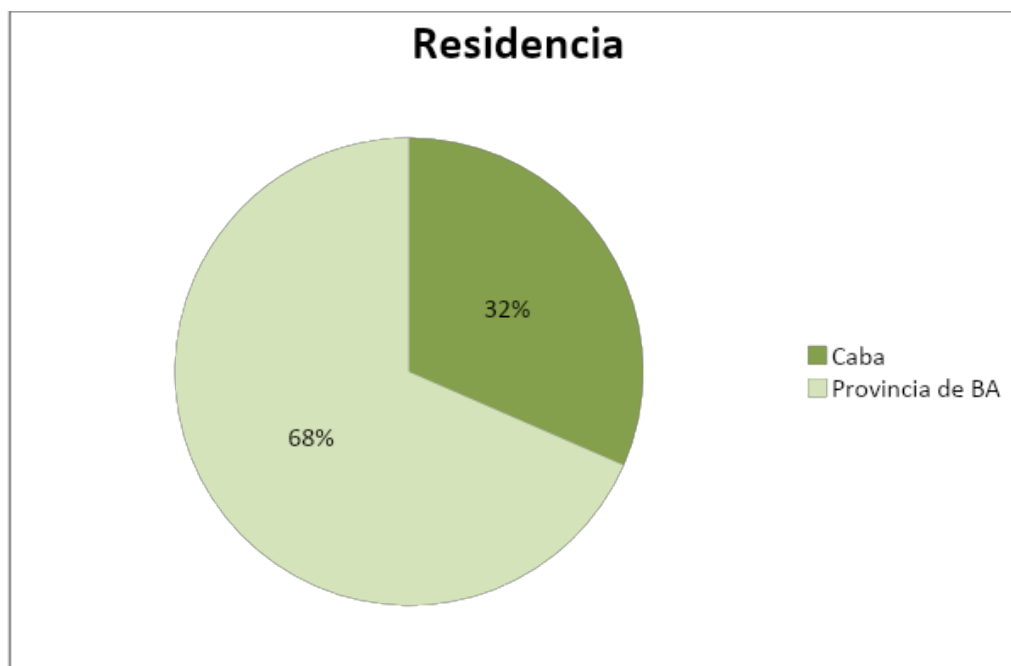
En cuanto al nivel de educación, 2 encuestados con el primario incompleto, 2 encuestados con el primario completo, 3 encuestados con el secundario incompleto, 6 encuestados con el secundario completo, 13 encuestados con terciario incompleto, 29

encuestados con el terciario completo, 26 personas con el universitario incompleto y 30 encuestados con el universitario completo.



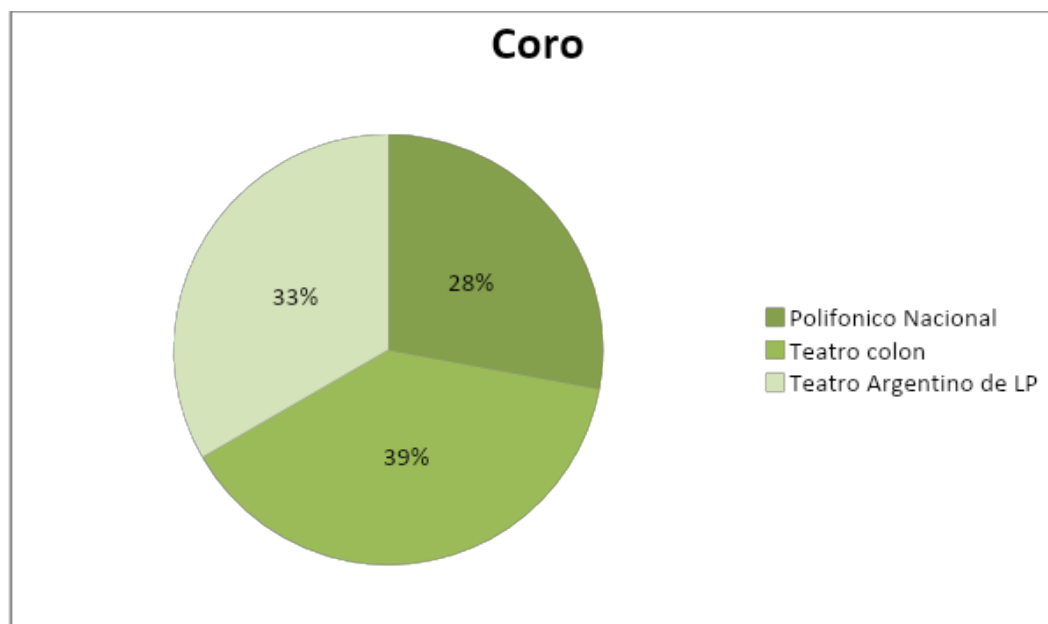
8.1.3 GRÁFICO 3

En cuanto al lugar de residencia 76 personas pertenecen al Gran Buenos Aires y 35 personas pertenecen a la CABA.



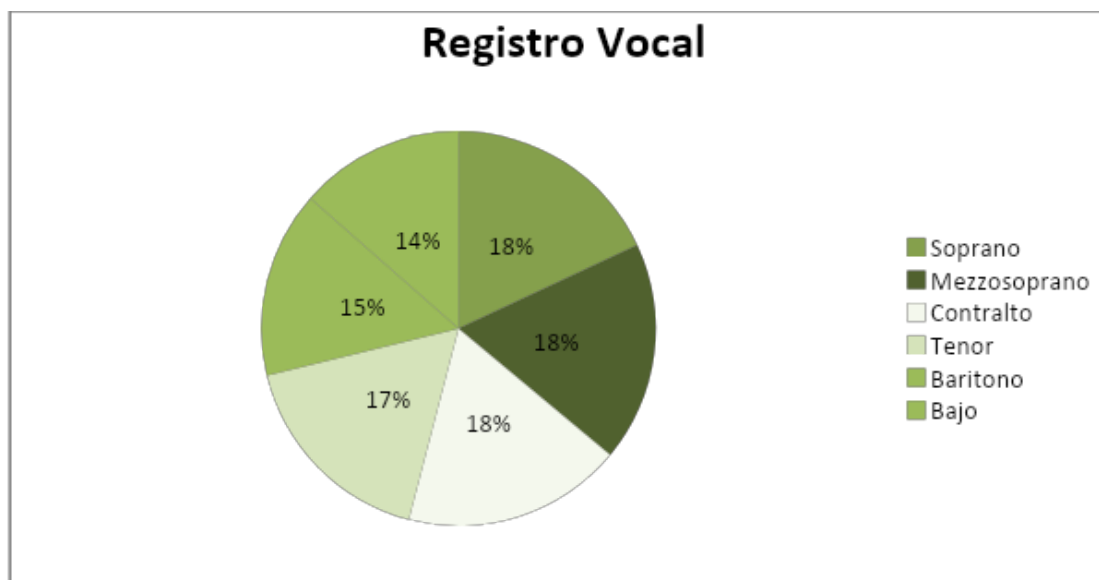
8.1.4 GRÁFICO 4

Las instituciones de donde provienen las muestras de los coreutas profesionales son, del El Polifónico Nacional son 31 coreutas, el Teatro Colón 43 coreutas y del Teatro Argentino de La Plata con 37 coreutas.



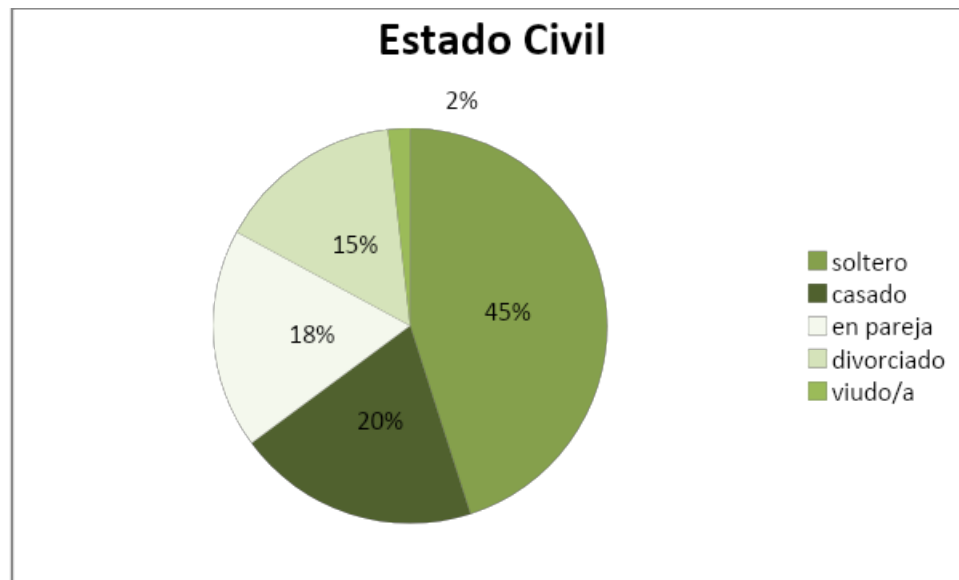
8.1.5 GRÁFICO 5

Los registros vocales de ambos sexos están conformados por 20 Sopranos, 20 Mezzosopranos , 20 Contraltos, 19 Tenores , los Barítonos son 17 y 15 Bajos con el 13, constituyen la muestra total.



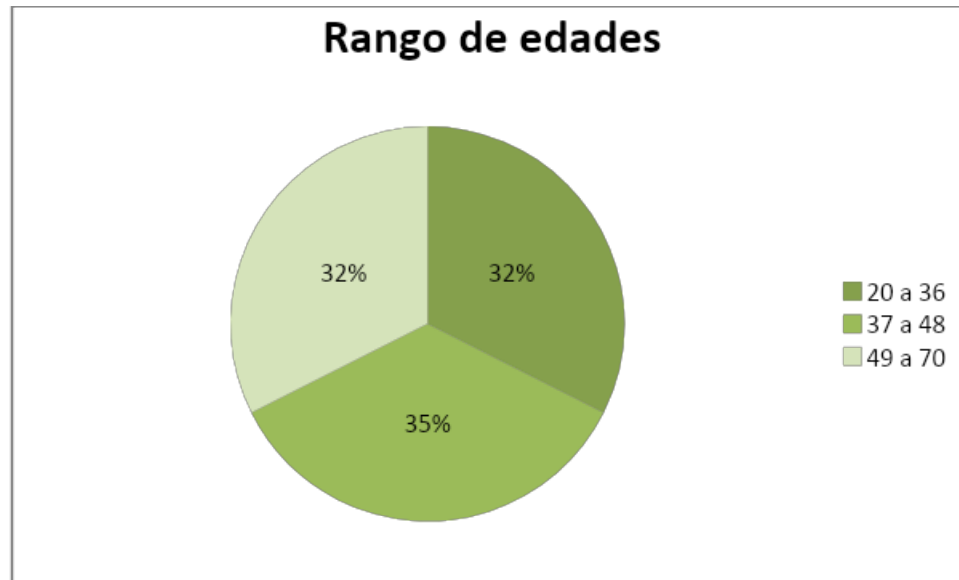
8.1.6 GRÁFICO 6

En cuanto al estado civil de los coreutas encuestados hay, 50 personas son solteras, 22 son casados, en pareja 20 personas encuestadas, divorciados 17 personas encuestadas y viudo/a siendo 2 personas.



8.1.7 *GRÁFICO 7*

Las edades fueron establecidas en 3 rangos que tienen un porcentaje similar, pero al mismo tiempo la elección por escoger 3 rangos tiene que ver con “Etapas de maduración de los cantantes”, el primer rango comprende edades de 20 a 36 años con un porcentaje del 32,43% y con un total de 36 encuestados. El segundo rango incluye edades de 37 a 48 con un 35,14%, y un total de 39 encuestados. El tercer rango comprende edades desde los 49 a 70 años con un 32,43% con un total de 36 personas encuestadas. La edad que corresponde a la “media “ es de 42,71 años.



8.2 ESTADÍSTICOS DESCRIPTIVOS DE LAS ESCALAS

En la tabla 1 se puede apreciar que la escala de ASP-R arroja 3 escalas, una de ellas es “Altos estándares”, Orden y Discrepancia

Tabla 1

Estadísticos Descriptivos de las variables :

Altos estándares, Orden, Discrepancia

Desviación			
Media	Típica	Mínimo	Máximo

Altos				
estándares	39,51	5,665	18	48
Orden	22,17	4,39	7	28
Discrepancia	46,84	17,152	12	83

La tabla 2 describe el cuestionario de Intolerancia a la frustración que consta de 4 subescalas, Intolerancia a la incomodidad, Demanda de derechos, Intolerancia emocional e intolerancia al alcance de logros. La escala intolerancia a la frustración corresponde al total del puntaje de dicha escala.

Tabla 2

Estadísticos Descriptivos De las variables:

Intolerancia a la incomodidad, Demanda de derechos, Intolerancia a la emocional,

Intolerancia al alcance de logros, Intolerancia a la frustración

Desviación				
Media	típica	Mínimo	Máximo	

Intolerancia a la				
incomodidad	6,53	3,252	3	15
Demanda de derechos	15,96	6,78	6	30
	1			
Intolerancia Emocional	2,87	5,925	5	25
	7			
Intolerancia al alcance de logros	,57	3,533	3	15
Intolerancia a la		16,73		8
frustración	42,94	8	17	5

Para la utilización del instrumento del perfeccionismo ASP-R hubo que hacer cálculos previos entre las sub-escalas para definir los perfiles de Perfeccionismo Adaptativo, perfeccionismo desadaptativo y el no perfeccionista. Para medir el perfeccionismo adaptativo los resultado de la escala de altos estándares, deben ser superior al percentil 67 e inferiores a la mediana de discrepancia. En el caso de Perfeccionismo desadaptativo, se calcula igual con la diferencia que los resultados deben ser superiores en discrepancia. En el caso que los resultados sean inferiores al percentil 67 en “Altos estándares” el perfil será No perfeccionista

Tabla 3

Estadísticos descriptivos: Percentil 67 y Mediana

de Altos estándares y Discrepancia (APS-R)

	Percentil 67	Mediana
Altos Estándares	42	40
Discrepancia	57,37	47,5

8.2.1 ANÁLISIS DE RELACIÓN

De acuerdo a la hipótesis establecida se procedió a establecer las correlaciones correspondientes a las dimensiones de intolerancia a la frustración y perfeccionismo.

En la tabla 4 se puede apreciar que los resultados obtenidos en la prueba de normalidad de PD,PA,NP, fueron inferior a 0,05 por lo tanto son no paramétricas, por lo tanto se utilizó la fórmula de Rho de Spearman para proceder con los siguientes cálculos

Tabla 4
Pruebas de normalidad (APS-R) e Intolerancia a la frustración

	Sig.
Perfeccionismo Desadaptativo	0,00
Perfeccionismo Adaptativo	0,00
No perfeccionista	0,00
Orden	0,01
Intolerancia a la incomodidad	0,00
Demanda de Derechos	0,01
Intolerancia Emocional	0,00
Intolerancia al alcance de logros	0,00
Intolerancia a la frustración	0,02

* Los resultados corresponden a Kolmogorov-Smirnov

En la Tabla 5 se hizo la prueba de normalidad para las subescalas del cuestionario de intolerancia a la frustración, se obtuvieron resultado inferiores a 0,05, por lo tanto los resultados son no paramétricos, por lo tanto los cálculos se realizaron con la fórmula de Rho de Spearman

Tabla 5
Correlación entre intolerancia a la frustración y perfeccionismo y sus subdivisiones en la muestra total

1 Intolerancia a la incomodidad	678**	585**	519**	764**	,079	,194*	0,001
2 Demanda de derechos		647**	575**	901**	223*	0,040	,207*
3 Intolerancia Emocional			645**	872**	337**	,000	,319**
4 Intolerancia al alcance de logros				770**	325**	0,034	,255**

5 Intolerancia a la frustración	308**	0,046	,269**
6 Perfeccionismo Desadaptativo		0,161	,631**
7 Perfeccionismo Adaptativo			,388**
8 No perfeccionista			
** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).			
* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).			

Tabla 6
Correlación entre intolerancia a la frustración y subescalas y perfeccionismo
en Sexo Femenino

1 Intolerancia a la incomodidad	719**	653**	608**	832**	,203	0,043	,272*
2 Demanda de derechos		675**	585**	898**	315*	,067	,407**
3 Intolerancia Emocional			677**	880**	349**	,250	,419**
4 Intolerancia al alcance de logros				790**	400**	,032	,399**
5 Intolerancia a la frustración					352**	,145	,452**
6 Perfeccionismo Desadaptativo						0,117	,797**
7 Perfeccionismo Adaptativo							0,236
8 No perfeccionista							
** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).							
* . La correlación es significativa en el nivel 0,05 (bilateral).							

Tabla 7
Correlación entre intolerancia a la frustración y subescalas y
perfeccionismo
En Sexo masculino

	1	2	3	4	5	6
--	---	---	---	---	---	---

1 Intolerancia a la incomodidad	617**	518**	403**	661**	0,111	-,287*	289*
2 Demanda de derechos		600**	570**	900**	,101	0,092	,034
3 Intolerancia Emocional			599**	838**	313*	0,103	0,212
4 Intolerancia al alcance de logros				741**	,142	,030	0,082
5 Intolerancia a la frustración					,219	0,112	0,081
6 Perfeccionismo Desadaptativo						0,157	-,436**
7 Perfeccionismo Adaptativo							-,516**
8 No perfeccionista							

** . La correlación es significativa en el nivel 0,01 (bilateral).

*. La correlación es significativa en el nivel 0,05
(bilateral).

Tabla 8

	Intolerancia al alcance de logros	Perfeccionismo Desadaptativo
Sig. asintótica	0,04 9	0,034

a. Prueba de Kruskal Wallis

b. Variable de agrupación: Diferentes edades

Diferentes Edades			
Diferentes edades		N	Rango promedio
Intolerancia al alcance de logros	20 a 36	36	66,68
	37 a 48	39	51,96
	49 a 70	36	49,69
Perfeccionismo Desadaptativo	20 a 36	36	63,00
	37 a 48	39	55,88
	49 a 70	36	49,13
Total		111	

Tabla 10

	Perfeccionism o Desadaptativo	Perfeccionism o Adaptativo
Z	-2,137	-2,255
Sig. asintótica(bilateral)	0,033	0,024

a. Variable de agrupación: Sexo nota: U de Mann-Whitney

Rangos

Sexo		N	Rango promedio	Suma de rangos
Perfeccionism o Desadaptativo	Mujer	60	60,23	36 13,50
	Hombre	51	51,03	26 02,50
	Total	111		
Perfeccionism o Adaptativo	Mujer	60	52,85	31 71,00
	Hombre	51	59,71	30 45,00
	Total	111		

Tabla 11

*Análisis de Fiabilidad de ASP-R y Escala de
intolerancia a la frustración*

	Alfa de Cronbach
ASR-R	0,89 5

Altos estándares	0,70 8
Orden	0,74 6
Discrepancia	0,93 1
Escala de intolerancia a la frustración	0,92 8
Intolerancia a la incomodidad	0,71 9
Demanda de derechos	0,87 1
Intolerancia al alcance de logros	0,71 3

9 DISCUSIÓN Y CONCLUSIÓN

Una vez concluidos y analizados los resultados de la presente investigación se concluye a los siguientes resultados

Se tuvieron en cuenta los objetivos y las hipótesis de la investigación para seguir estrictamente los aspectos de la muestra a analizar, en el caso que algún ítem se encuentra ausente se lo descarto por falta de relevancia en los números obtenidos.

El objetivo fundamental de la investigación fue comprobar si existe relación entre el perfeccionismo y la intolerancia a la frustración, dicho objetivo fue confirmado, los detalles de dicha correlación serán expuestos a continuación.

La hipótesis Uno se ve confirmada “ Existe relación entre el perfeccionismo y la intolerancia a la frustración”, a continuación se darán los detalles acerca de la confirmación de la hipótesis

Por lo tanto la Hipótesis uno nula se vio descartada

En la muestra total se procedió primero con la correlación que cruza la las subescalas de intolerancia a la frustración y a continuación con el perfeccionismo, se pueden ver fuertes relaciones entre las subescalas de intolerancia a la frustración, por ejemplo intolerancia a la incomodidad tiene un índice de correlación de 0,678 con la demanda de derechos, y de 0,585 con intolerancia emocional.

La demanda de derechos con la intolerancia emocional arrojan 0,647 con intolerancia al alcance de logros 0,575. En el caso de la intolerancia emocional y la intolerancia al alcance de logros da 0,770.

En el caso del perfeccionismo desadaptativo se encuentran correlaciones de 0,223 con demanda de derechos, de 0,337 con intolerancia emocional, 0,325 con intolerancia al alcance de logros y de 0,308 con intolerancia a la frustración que incluye la suma de todas las subdivisiones, en el caso de perfiles perfeccionistas no tienen relevancia los datos, pero en los datos de no perfeccionista las correlaciones arrojaron números negativos, por ejemplo -,207 con demanda de derechos-,319 con intolerancia emocional-,255 con intolerancia al alcance de logros y -,269 con intolerancia a la frustración.

Se procedió a establecer el mismo procedimiento que con la muestra total pero en este caso separado por sexo.

A continuación se darán detalles acerca de porqué la hipótesis dos se ve confirmada “ hay relación entre el perfeccionismo desadaptativo y la intolerancia a la frustración”

En el caso del sexo femenino la intolerancia a la incomodidad junto a demanda de derechos registro un numero de 0,719, con intolerancia emocional se registro 0,653 e intolerancia al alcance de logros con ,608.

La demanda de derechos con la intolerancia emocional arrojan 0,675 y junto a la intolerancia al alcance de logros 0,585. En el caso de la intolerancia emocional y la intolerancia al alcance de logros da 0,790

En cuanto a la relación con el perfeccionismo en sexo femenino. El perfeccionismo desadaptativo y los números de las correlaciones con intolerancia a la frustración fueron. Perfeccionismo Desadaptativo y demanda de derechos 0,315, con intolerancia emocional 0,349, con intolerancia al alcance de logros 0,400 y con la escala de intolerancia a la frustración 0,352. En el caso de perfeccionismo adaptativo no se registran números relevantes, pero en el caso de los perfiles no perfeccionistas con intolerancia a la incomodidad -0,272, con demanda de derechos -0,407 con intolerancia emocional -0,419 y con intolerancia a la frustración -0,452.

En el caso del sexo masculino las correlaciones fueron, intolerancia a la incomodidad y demandad de derechos arrojó 0,617, con intolerancia emociona de 0,518 y 0,403 con intolerancia al alcance de logros.

La demanda de derechos con la intolerancia emocional arrojan 0,600 y junto a la intolerancia al alcance de logros 0,570. En el caso de la intolerancia emocional y la intolerancia al alcance de logros da 0,599.

En el caso del sexo masculino, el perfeccionismo desadaptativo no registra números relevantes con la intolerancia a la frustración, el cuanto al perfeccionismo adaptativo se puede identificar una correlación con intolerancia a la incomodidad $-0,287$ y con el el perfil no perfeccionista también con intolerancia a la incomodidad $0,289$

Para seguir con el análisis planteado se procedió con el cálculo de kruskal wallis la escala de intolerancia a la frustración y los diferentes perfiles del perfeccionismo en rango de edades dividiendo a la muestra en números equitativos en cada grupo, los rangos fueron de 20 a 36, de 37 a 48 y de 49 a 70.

De la escala de intolerancia a la frustración con sus sub dimensiones la única con una significación asintótica fue Intolerancia al alcance de logros con $0,049$. Se destacaron las edades de 20 a 36 años, con un rango promedio de $66,68$ por encima del las edades de 37 a 48 con un rango promedio de $51,96$ y las edades de 49 a 70 con un rango promedio de $49,69$

En el caso del perfeccionismo, de los tres perfiles, el único que se tuvo en cuenta fue el perfeccionismo desadaptativo con una significación asintótica de $0,034$. Las edades significativas fueron las de 20 a 36 tuvieron un rango promedio de $63,00$, las edades de 37 a 48 un rango promedio de $55,88$ y las edades de 49 a 70 el rango promedio fue de $49,13$

Se analizaron todas las variantes posibles basándose en el objetivo del trabajo y se aplico el cálculo de U de Mann-Whitney en la variable sexo junto con todas las escalas y sub escalas de intolerancia a la frustración y perfeccionismo y la significación asintótica de $0,0033$ en el perfeccionismo desadaptativo destacándose el sexo femenino rango promedio de $60,23$ sobre el masculino con un rango promedio de $51,03$ y en el caso del perfeccionismo adaptativo con una

significación asintótica de 0,024 destacándose en el sexo masculino con un 59,71 sobre el sexo femenino con un rango promedio de 52,85.

Según el estudio de (Robinson & Abramovitch, 2020, p. 493) “A Neuropsychological Investigation of Perfectionism “ las personas con índices de perfeccionismo desadaptativo tienen una aproximación con la depresión, más que otros tipos de perfeccionismo. Por otro lado en el caso de las edades más jóvenes se registraron índices de intolerancia al alcance de logros y perfeccionismo desadaptativo, la literatura consultada al respecto confirma que con el paso de los años se incrementa el dominio sobre el funcionamiento emocional y tienden a reducirse las emociones negativas (Lambert, 2007, p. 1805). Así mismo la búsqueda de la perfección en lo maestros de canto, podría ser un factor influyente en la propagación de la intolerancia a la frustración y el perfeccionismo desadaptativo “ debido al ambiente laboral y se ve agravado por la constante búsqueda de la perfección” (Cupido, 2018, p. 24)

10 BIBLIOGRAFÍA

Arana, F., Scappatura, M. L., Lago, A., & Keegan, E. (2006). Traducción y adaptación de una medida multidimensional de perfeccionismo: la Escala APS-R (Almost Perfect Scale

Revised). *Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado*, 12(2006), 22-24. <https://www.aacademica.org/000-039/543>

Caputto, I., Cordero, S., Keegan, E., & Arana, F. (2015, noviembre). *PERFECCIONISMO Y ESQUEMAS DESADAPTATIVOS TEMPRANOS: UN ESTUDIO CON ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS* (Ciencias Psicológicas ed., Vol. 9). versión impresa ISSN 1688-4094.

Baño, F. (2003). *La antitécnica, la impostación vocal en la ópera, teatro musical, jazz y agrupaciones corales*. (Alpuerto Madrid 2003 ed., Vol. 1). Alpuerto.

Filippello, P., Harrington, N., Buzzai, C., Sorrenti, L., & Costa, S. (2014). The Relationship Between Frustration Intolerance, Unhealthy Emotions, and Assertive Behaviour in Italian Students. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 32(4), 257-278. <https://doi.org/10.1007/s10942-014-0193-4>

Colmenares, D. J., & Aguilar, L. A. (2020). Perfeccionismo, bienestar psicológico y disposición a fluir en enfermeras. *Revista Interamericana de Psicología/Interamericana Journal of Psychology*, 54(2), e1016. <https://doi.org/10.30849/ripijp.v54i2.1016>

Contreras, P. L. (2017). Tolerancia a la frustración y distorsiones cognitivas en estudiantes con consumo de alcohol. *REVISTA EUGENIO ESPEJO*, 10(2), 13-22. <https://doi.org/10.37135/ee.004.01.01>

- Cupido, C. (2018). Music Performance Anxiety, Perfectionism and Its Manifestation in the Lived Experiences of Singer-Teachers. *Muziki*, 15(1), 14-36.
<https://doi.org/10.1080/18125980.2018.1467367>
- Matweychuk, W. J. (2014). Raymond A. Diguiuseppe, Kristene A. Doyle, Windy Dryden, Wouter Backx: A Practitioner's Guide to Rational Emotive Behavior Therapy. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 32(2), 181-182.
<https://doi.org/10.1007/s10942-014-0188-1>
- Dryden, M. W., & Broce, A. B. (1993). Development of a Trap for Collecting Newly Emerged *Ctenocephalides felis* (Siphonaptera: Pulicidae) in Homes. *Journal of Medical Entomology*, 30(5), 901-906. <https://doi.org/10.1093/jmedent/30.5.901>
- Dryden, W. (1999). Beyond LFT and discomfort disturbance: The case for the term Non-ego. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 17(3), 165-200.
<https://doi.org/10.1023/a:1023062311270>
- Egan, S. J., Wade, T. D., & Shafran, R. (2011). Perfectionism as a transdiagnostic process: A clinical review. *Clinical Psychology Review*, 31(2), 203-212.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.04.009>
- Ellis, A. (1979). Discomfort anxiety: A new cognitive behavior construct part 1. Rational living. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 22(2), 85-92.
<https://doi.org/10.1023/b:jore.0000025439.78389.52>

- Dryden, W., & Bond, F. W. (1994). Reason and Emotion in Psychotherapy: Albert Ellis. *British Journal of Psychiatry*, 165(1), 131-135. <https://doi.org/10.1192/bjp.165.1.131>
- Filippello, P., Harrington, N., Costa, S., Buzzai, C., & Sorrenti, L. (2018). Perceived parental psychological control and school learned helplessness: The role of frustration intolerance as a mediator factor. *School Psychology International*, 39(4), 360-377. <https://doi.org/10.1177/0143034318775140>
- Flett, G. L., Endler, N. S., Tassone, C., & Hewitt, P. L. (1995). Perfectionism and components of state Developmental, Learning, Personality, Social. *Current Psychology*, 13(4), 326-350. <https://doi.org/10.1007/bf02686891>
- Franchi, S., & Serrano Zárate, B. (2010). Estilo de personalidad perfeccionista y depresión. Perspectivas en psicología. *Ágora de salud*, 5, 109-118. <https://doi.org/10.6035/agorasalut.2018.5.12>
- 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. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90181-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90181-2)
- Fernández García, M. G. (2008). Estudio de la proporcionalidad corporal en cantantes de ópera. *Biomecánica*, 227-229. <https://doi.org/10.5821/sibb.v16i1.1772>
- Hamachek, D. E. (1978). For Your Sanity's Sake. *Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism*, 27(11), 871-873. <https://doi.org/10.1037/020759>

- Harrington, N. (2005). DIMENSIONS OF FRUSTRATION INTOLERANCE AND THEIR RELATIONSHIP TO SELF-CONTROL PROBLEMS. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 23(1), 1-20. <https://doi.org/10.1007/s10942-005-0001-2>
- Harrington, N. (2006). Frustration Intolerance Beliefs: Their Relationship with Depression, Anxiety, and Anger, in a Clinical Population. *Cognitive Therapy and Research*, 30(6), 699-709. <https://doi.org/10.1007/s10608-006-9061-6>
- Hodapp, B. (2018). Psychische belastung, burnout, perfektionismus, optimismus, pessimismus und erholungskompetenz bei professionellen sängerinnen und sängern. *Jahrbuch Musikpsychologie*, 28, 1-22. <https://doi.org/10.5964/jbdgm.2018v28.21>
- Jackson-Menaldi. (1992). La voz normal. Buenos Aires: Médica panamericana. *Médica panamericana*, 20, 275-277. <https://doi.org/10.19137/la-2016-v2021>
- Jibeen, T. (2012). Frustration Intolerance Beliefs as Predictors of Emotional Problems in University Undergraduates. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 31(1), 16-26. <https://doi.org/10.1007/s10942-012-0154-8>
- Kapsetaki, M. E., & Easmon, C. (2017). Eating disorders in musicians: a survey investigating self-reported eating disorders of musicians. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 24(3), 541-549. <https://doi.org/10.1007/s40519-017-0414-9>

- Lacabe, M. (1989). Lacabe, M. (2006). Voz Cantada. Revista médica universal navarra. *Revista de Musicología*, 13(1), 49-55. <https://doi.org/10.2307/20795384>
- Lee, D., & Kelly, F. D. (2011). Cognitive Schemas as Mediators in the Relationship Between Perfectionism and Psychological Distress. *Journal of Asia Pacific Counseling*, 1(1), 77-92. <https://doi.org/10.18401/2011.1.1.6>
- Medrano, L. A., Franco, P., Flores-Kanter, P. E., & Mustaca, A. E. (2019). Intolerancia a la frustración y estrategias cognitivas de regulación emocional en la predicción de la agresividad. *Suma Psicológica*, 26(1), 12-59. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2019.v26.n1.3>
- Buzzai, C., Costa, S., Filippello, P., & Sorrenti, L. (2015). Tolleranza alla frustrazione e benessere psicologico: quale relazione? *PSICOLOGÍA DELLA SALUTE*, (3), 65-86. <https://doi.org/10.3280/pds2015-003004>
- Morrison, M., Rachyla, I., Molés Amposta, M., & Quero Castellano, S. (2006). Tratamiento de los trastornos de la voz. *Barcelona: Masson., IV*, 365-375. <https://doi.org/10.6035/agorasalut.2017.4.38>
- Kobori, O., Yoshie, M., Kudo, K., & Ohtsuki, T. (2011). Traits and cognitions of perfectionism and their relation with coping style, effort, achievement, and performance anxiety in Japanese musicians. *Journal of Anxiety Disorders*, 25(5), 674-679. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.03.001>

Lee, D., & Kelly, F. D. (2011a). Cognitive Schemas as Mediators in the Relationship Between Perfectionism and Psychological Distress. *Journal of Asia Pacific Counseling*, 1(1), 77-92. <https://doi.org/10.18401/2011.1.1.6>

Morales, C. (2019). Real academia española, diccionario de la lengua española, 23ª edición, versión en CD-ROM, madrid, Espasa-Calpe, 1995. *Revista de Lexicografía*, 2, 157-161. <https://doi.org/10.17979/rlex.1996.2.0.5692>

Arribas, R., & Elorriaga, A. J. (1977). Temas del canto: la clasificación de la voz. *REVISTA INTERNACIONAL DE EDUCACIÓN MUSICAL*, 1, 14-22. <https://doi.org/10.12967/riem-2013-1-p014-022>

Sastre Riba, S. (2012). Alta capacidad intelectual: perfeccionismo y regulación metacognitiva. *Revista de Neurología*, 54(S01), 21. <https://doi.org/10.33588/rn.54s01.2012011>

Lambert, K. G. (2007). Handbook of Emotion Regulation. *JAMA*, 298(15), 1805. <https://doi.org/10.1001/jama.298.15.1808>

Sampieri, H., & Torres, C. P. M. (2018). *Metodología De La Investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (1a ed.). México, México: McGraw-Hill.

Scotti, D. S. (2011). Autoestima, miedo a la evaluación negativa y perfeccionismo: Un estudio comparativo en población clínica y en población general. *Clínica e Investigación en Arteriosclerosis*, 19(6), 308-309. [https://doi.org/10.1016/s0214-9168\(07\)74217-1](https://doi.org/10.1016/s0214-9168(07)74217-1)

Sobreira, H. (2003). Desafinación vocal. *ANZ Journal of Surgery*, 73(10), 84-86.

<https://doi.org/10.1046/j.1445-2197.2003.02799.x>

Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive Conceptions of Perfectionism: Approaches, Evidence, Challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10(4), 295-319.

https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2

Stanković, S., & Vukosavljević-Gvozden, T. (2011). The Relationship of a Measure of Frustration Intolerance with Emotional Dysfunction in a Student Sample. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 29(1), 17-34.

<https://doi.org/10.1007/s10942-011-0128-2>

Robinson, A., & Abramovitch, A. (2020). A Neuropsychological Investigation of Perfectionism. *Behavior Therapy*, 51(3), 488-502. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2019.09.002>

11 ANEXOS

	Tengo altos estándares de desempeño, ya sea en el trabajo o en el estudio.								
	Soy una persona ordenada.								
	A menudo me siento frustrado porque no puedo alcanzar mis metas.								
	Ser pulcro es importante para mí.								
	Si uno no espera mucho de sí mismo, nunca triunfará.								
	Lo mejor de mí nunca parece ser lo suficientemente bueno para mí.								
	Pienso que cada cosa debería estar en su lugar.								
	Tengo altas expectativas para mí mismo.								
	Raramente cumplo con mis elevados estándares.								
0	Me gusta ser siempre organizado y disciplinado.								
1	Dar lo mejor de mí nunca parece ser suficiente.								
2	Me impongo estándares muy elevados.								
3	Nunca estoy satisfecho con mis logros								
4	Espero lo mejor de mí mismo.								
5	A menudo me preocupa no estar a la altura de mis expectativas.								

6	Mi desempeño rara vez esta a la altura de mis estándares.								
7	No estoy satisfecho aún cuando sé que hice lo mejor que pude.								
8	Trato de dar lo mejor de mí en todo lo que hago.								
9	Rara vez soy capaz de alcanzar mis altos estándares de desempeño.								
0	Casi nunca estoy satisfecho con mi desempeño.								
1	Casi nunca siento que lo que he hecho está lo suficientemente bien.								
2	Tengo una fuerte necesidad de esforzarme por la excelencia.								
3	A menudo siento decepción después de completar una tarea porque sé que la podría haber hecho mejor.								

1. No soporto tener que esperar por cosas que quisiera tener ahora					
2. No soporto tener sentimientos perturbadores, necesito librarme de ellos lo más pronto posible					

3. No soporto hacer tareas que me parecen demasiado difíciles					
4. No soporto que otras personas actúen en contra de mis deseos					
5. No soporto sentir que me estoy volviendo loco					
6. No soporto que otras personas se interpongan en lo que quiero hacer					
7. No soporto tener pensamientos perturbadores					
8. No tolero bajar mis estándares, aun cuando sé que sería útil hacerlo					
9. No tolero tener que forzarme a mí mismo para realizar una tarea					
10. No soporto tener que ceder ante las demandas de otras personas					
11. No soporto tener sentimientos que me perturban					
12. No tolero hacer cosas que implican muchos problemas					
13. No soporto tener que cambiar cuando los demás son los equivocados					
14. No soporto la sensación de no estar en el nivel más superior de mi trabajo					
15. No tolero las críticas, sobre todo cuando sé que tengo razón					
16. No soporto perder el control de mis sentimientos					
17. No tolero ninguna falla en mi autodisciplina					

