



UNIVERSIDAD ABIERTA INTERAMERICANA

Facultad de Psicología y Relaciones Humanas

Trabajo Integrador Final

**Perfeccionismo y Ansiedad Escénica en bailarines del
Área Metropolitana de Buenos Aires, 2024**

Alumna: Marilina Da Silva Conceicao

Legajo: 12409

Tutor: Lic. Maximiliano Preuss

Cotutora: Lic. María Florencia Barcz

Carrera: Lic. En Psicología

Título a obtener: Lic. En Psicología

Fecha: febrero 2025

Correos de contacto: marilina.dasilva@alumnos.uai.edu.ar - marilina.dsc@live.com

RESUMEN

La presente investigación tuvo como objetivo principal analizar la relación entre los niveles de perfeccionismo y ansiedad escénica en bailarines del Área Metropolitana de Buenos Aires. Para ello se trabajó con una muestra conformada por 124 bailarines, de los cuales el 36,3% eran profesionales y el 67,3% restante no profesionales, a quienes se les administraron tres escalas: un cuestionario sociodemográfico confeccionado ad hoc, la Escala de Perfeccionismo Revisada [APS-R] (Slaney et al., 1996; adaptación argentina: Arana et al., 2009) y, finalmente, el Cuestionario de Ansiedad Escénica [KMPAI-E] (Kenny, 2009; adaptación al español: Arnáiz, 2015). La metodología llevada a cabo siguió un diseño de tipo no experimental, de enfoque cuantitativo, de alcance descriptivo correlacional y temporalidad transversal. Los resultados hallados evidenciaron una relación positiva entre Ansiedad Escénica y Perfeccionismo, especialmente en su componente desadaptativo. A su vez, en lo que concierne a las variables sociodemográficas, se halló que la Ansiedad Escénica es superior en mujeres y en bailarines no profesionales y ésta se vincula de manera inversa con la cantidad de años de práctica de la disciplina y la edad de los participantes. Finalmente, en lo que atañe a Perfeccionismo, éste se asoció negativamente con edad, pero hubo ausencia de datos aseguibles empíricamente con el resto de las variables sociodemográficas. Se concluye, a partir de los datos obtenidos, que la Ansiedad Escénica, en rasgos generales, se asocia a los aspectos menos adaptativos del perfeccionismo y este último no varía entre profesionales y amateurs.

Palabras clave: Perfeccionismo – Ansiedad Escénica – Bailarines – AMBA

ABSTRACT

The main objective of this research was to analyze the relationship between perfectionism levels and performance anxiety in dancers from the Metropolitan Area of Buenos Aires. To do so, a sample of 124 dancers was used, of which 36,3% were professionals and the remaining 67,3% non-professionals. Three scales were administered to them: a sociodemographic questionnaire prepared ad hoc, the Revised Perfectionism Scale [APS-R] (Slaney et al., 1996; Argentine adaptation: Arana et al., 2009) and, finally, the Musical Performance Anxiety Questionnaire [KMPAI-E] (Kenny, 2009; Spanish adaptation: Arnáiz, 2015). The methodology followed a non-experimental design, with a quantitative approach, a descriptive correlational scope and a cross-temporal approach. The results found showed a positive relationship between Performance Anxiety and Perfectionism, especially in its maladaptive component. In turn, regarding sociodemographic variables, it was found that Performance Anxiety is higher in women and in non-professional dancers and it is inversely linked to the number of years of practice of the discipline and the age of the participants. Finally, regarding Perfectionism, it was negatively associated with age, but there was a lack of empirically available data with the rest of the sociodemographic variables. It is concluded, from the data obtained, that Performance Anxiety, in general terms, is associated with the less adaptive aspects of perfectionism and the latter does not vary between professionals and amateurs.

Keywords: Perfectionism – Stage Anxiety – Dancers – AMBA

INTRODUCCIÓN

La danza es un constructo que ha ido adoptando diferentes definiciones a lo largo del tiempo, dependiendo del momento y contexto cultural. Esto incluye desde su acepción más pragmática, como relacionada a una técnica o coreografía específica, hasta el extremo expresivo del concepto, como ser creación o lenguaje corporal. Sin embargo, aparece con frecuencia asociado con la palabra baile, teniendo como ejes esenciales lo motriz y lo expresivo (Nicolás et al., 2010). En este sentido, el baile es considerado desde una forma de terapia que es practicada de manera recreativa a fin de estimular los vínculos sociales o contribuir con un envejecimiento más saludable (Predovan et al., 2019) hasta una profesión, definida por la Real Academia Española (s.f., definición 2) como un empleo, facultad u oficio ejercido por alguien que recibe a cambio una retribución. Asimismo, De Castro Fernández (2019) plantea que el baile profesional es equiparable con el deporte de alto rendimiento, motivo por el cual es factible extrapolar principios hallados en el ámbito científico de la psicología del deporte a la danza profesional.

En tal sentido, la danza puede estimular, ejecutada profesionalmente, los aspectos más perfeccionistas de quienes la practican, siendo una característica inherente a los profesionales de las artes escénicas el esfuerzo por superarse y conquistar niveles de rendimiento cada vez más altos, buscando alcanzar la excelencia (Nordin Bates & Kuytser, 2020). Esta búsqueda de alcanzar la exigencia puede estimular aspectos tanto positivos como negativos en los bailarines, fijando estándares personales excesivamente altos y persiguiendo una perfección que, cuando no es alcanzada, puede volver al sujeto altamente autocrítico y no dar lugar a la mínima imperfección, pudiendo esto afectarlo tanto en lo personal como en el ámbito profesional (Min, 2021).

La labor de los bailarines implica un complejo arte en el cual, muchas veces, se requiere sacrificar tiempo de vida personal y otras actividades a fin de lograr el perfeccionismo en su desempeño. Es por ello que esta población presenta altos niveles de perfeccionismo, en especial en lo atinente a lograr sus cometidos relativos a esta disciplina (Fostervold Mathisen et al., 2022), así como también el gran esfuerzo físico que conlleva mejorar la ejecución de los movimientos (De Castro Fernández, 2019).

Ahora bien, ¿qué se entiende por perfeccionismo? La Real Academia Española (s.f., definición 1) propone definirlo como la tendencia a modificar de manera indefinida un trabajo, sin decidirse a considerarlo finalizado. En tanto, Frost et al. (1990) plantean que su núcleo radica en una preocupación excesiva por cometer errores, vinculando también, los altos niveles de perfeccionismo con la psicopatología en general, lo cual también está en consonancia con los planteos de Hill et al. (2020) quienes también han hallado al perfeccionismo en todas sus dimensiones como asociado a la psicopatología.

Slaney et al. (2001), por su parte, proponen para la definición del perfeccionismo, no centrarse únicamente en los aspectos asociados a la psicopatología o, como lo mencionan, en los aspectos más negativos del constructo, sino dividirlo en tres subescalas diferenciando aspectos más positivos y negativos. En cuanto a los más positivos están: (1) Orden, que plantea la preferencia por el orden y la pulcritud de la persona y (2) Altos Estándares, que abarca la presencia de altos parámetros de desempeño en el sujeto, vinculados de manera positiva con estilos de afrontamiento adaptativos, como así también a medidas de autoestima. En cuanto al aspecto más negativo, (3) Discrepancia, ésta mide el grado en que los entrevistados se sienten capaces o no de alcanzar sus estándares de desempeño, evaluando la discrepancia/distancia entre los elevados estándares de una

persona y su desempeño real; por lo que destaca el aspecto más disfuncional del constructo. Esta última escala está vinculada, en su generalidad, a la ansiedad o la depresión (Arana et al., 2009), y es la misma que también ayuda a discriminar al perfeccionismo adaptativo del desadaptativo. En cuanto a esto, autores como Olmedilla et al. (2022) agregan que el perfeccionismo adaptativo es inversamente proporcional con la ansiedad, mientras que ésta es directamente proporcional con el perfeccionismo desadaptativo, es decir que aquellas personas que presentan altos niveles de perfeccionismo desadaptativo evidencian mayores niveles de ansiedad.

En tal sentido, la ansiedad es definida por American Psychiatric Association (s.f., definición 1) como una emoción caracterizada por síntomas de tensión, preocupación y cambios físicos como el aumento de la presión sanguínea. Es una señal de alerta sobre un peligro que es percibido por la persona como inminente (Herrera-Torres y Campoy-Barreiro, 2020).

Barlow (2000) profundiza sobre el constructo y describe un triple factor de vulnerabilidad que da lugar a la ansiedad, a saber: (1) la heredable, relacionada con lo biológico; (2) la general, referente a los hechos cotidianos; y (3) la específica, concerniente a una tarea o momento puntual. Posteriormente, Kenny et al. (2004) operacionalizan las variables para evidenciar que la ansiedad escénica es el resultado de la interacción de estos tres factores de vulnerabilidad planteados anteriormente por Barlow y se desarrolla al exponerse la persona a un público; planteando así al concepto como una experiencia ansiosa persistente que se relaciona con la actuación musical, devenida de vulnerabilidades subyacentes o experiencias específicas condicionadas.

La ansiedad escénica puede ser focalizada sólo en la performance musical o bien asociada a otros desórdenes ansiógenos como ser la fobia social (Kenny, 2011), por lo que la autora propone tres categorías para delimitar el constructo de Ansiedad Escénica siendo: (1) Vulnerabilidad Psicológica General, entendida como una escasez de autocontrol por parte del sujeto, así como falta de confianza, imprevisibilidad o temor al momento de la exposición escénica; (2) Ansiedad Próxima Frente a la Actuación, enfocada en la preocupación por la proximidad de la interpretación, es decir, los síntomas cognitivos o somáticos que pueda provocar la incertidumbre por los resultados de la presentación; y, por último (3) Relación Temprana con el Contexto, entendida como el tipo de vínculos y sostén que pueda tener el performante por parte de sus familiares más cercanos, como así también, la predisposición a una ansiedad heredada.

A los efectos de buscar cómo se interrelacionan los constructos perfeccionismo y ansiedad escénica, es que Nordin-Bates et al. (2011) encuentran en bailarines de élite procedentes de Australia, Canadá e Inglaterra una relación positiva entre ambas variables. Posteriormente, Zarza-Alzugaray et al. (2016) junto con Dobos et al. (2018) plantean su análisis en estudiantes de música, en Europa, hallando resultados similares a los mencionados previamente para bailarines; una correlación positiva entre los niveles de perfeccionismo y ansiedad escénica. No obstante, Olmedilla et al. (2022), en España, encontraron, en un estudio realizado en deportistas, que el perfeccionismo en su dimensión desadaptativa se relaciona de manera directa con la ansiedad, en tanto la relación de ésta con el perfeccionismo adaptativo es negativa e inversamente proporcional, así como Frost et al. (1990) habían, previamente, señalado a la ansiedad vinculada al perfeccionismo en todas sus dimensiones. Sin embargo, Butković et al. (2021) concluyen que el

perfeccionismo en su dimensión desadaptativa es directamente proporcional con la ansiedad escénica en músicos croatas, como así también Aguilar Duran y Arias Odón (2023) quienes, sobre una muestra de estudiantes universitarios en Venezuela, encontraron un vínculo negativo entre perfeccionismo y edad, así como Robinson et al. (2020) llegaron a la misma conclusión en un estudio comparativo entre adultos jóvenes y mayores en Estados Unidos.

En otras investigaciones realizadas sobre la variable perfeccionismo, concretamente en deportistas y bailarines, se encontró mayor presencia de la misma en mujeres que en hombres (Arbinaga, 2023; Nordin-Bates et al., 2011). Asimismo, Arana et al. (2009) hallaron en su adaptación a la escala multidimensional de Perfeccionismo (ASP-R) en estudiantes argentinos que, si bien las mujeres puntúan más alto en las subescalas de Orden y Altos Estándares, no ocurre así en Discrepancia, informando esta última como independiente del género. Por el contrario, Jara Moreno et al. (2020) encontraron en deportistas venezolanos puntuaciones más elevadas de perfeccionismo en hombres que en mujeres, siendo, por otra parte, inverso en lo que atañe a la dimensión ansiedad, encontrando valores más altos de la misma en mujeres que en sus pares masculinos.

Relacionado con el grupo de bailarines profesionales, existen diferentes autores (Hill et al., 2020; Nordin-Bates & Jowett, 2022) quienes han encontrado que éstos poseen mayores niveles de perfeccionismo con respecto a los no profesionales.

Ahora bien, en lo que atañe al estudio de la ansiedad escénica se halló que, con respecto a la edad, ésta se asocia negativamente con la ansiedad según Talice (2023) quien realizó su investigación en Buenos Aires, Argentina, sobre una población de bailarines, así como Butković et al. (2021), quienes llegaron a similares conclusiones en una muestra de

músicos croatas, encontrando mayores niveles de ansiedad escénica en músicos más jóvenes. Dichos resultados, no obstante, presentan discrepancias con otros autores como Dempsey y Comeau (2019) y Sokoli et al. (2022) quienes, en músicos de Canadá y Suiza respectivamente, encontraron que la ansiedad escénica aumentaba con la edad. Finalmente, por su parte, Spahn et al. (2021) no hallaron diferencias significativas entre las variables.

También existen investigaciones previas que profundizaron en la interacción del género y la ansiedad escénica evidenciando, en la mayoría de la bibliografía hallada, tanto en Europa como en Latinoamérica, en poblaciones de músicos, deportistas y bailarines, que la ansiedad escénica es mayor en mujeres (Bermúdez Vázquez & Chaves Montero, 2022; Butković et al., 2021; Herrera Torres & Campoy Barreiro, 2020; Montiel Guirado & Clares-Clares, 2023; Rodríguez Mora & López Díaz, 2020; Sokoli et al., 2022), mientras que Valencia Arias (2020) encontró, en Colombia, que los hombres presentan mayores niveles de ansiedad escénica que las mujeres. Asimismo, existen otros autores que no hallaron diferencias significativas entre los grupos (Dempsey & Comeau, 2019; Marko, 2019; Spahn et al., 2021; Talice, 2023).

El constructo de Ansiedad Escénica fue indagado también por Bermúdez Vázquez y Chaves Montero (2022) quienes han encontrado que conforme los músicos españoles se profesionalizan, descienden sus niveles de ansiedad escénica. En este sentido, Arias Gonzáles y Cáceres Chávez (2021), en una muestra de estudiantes de música en Perú, han hallado que la ansiedad escénica musical es inversamente proporcional al año de formación, siendo los estudiantes de los primeros años quienes mayores niveles de ansiedad escénica mostraron. En cambio, Montiel Guirado y Clares-Clares (2023) encontraron que los estudiantes de música españoles en niveles más avanzados de su etapa de formación

profesional incrementan los niveles de ansiedad musical, mientras que, Talice (2023) contribuye a la investigación del constructo, hallando, en bailarines argentinos tanto profesionales como amateurs, una correlación negativa entre ansiedad escénica y la cantidad de años de práctica de la disciplina.

Referido al estilo de danza que practica el sujeto, autores como Talice (2023) no hallaron diferencias estadísticamente significativas con la ansiedad escénica, como así tampoco para la cantidad de horas semanales de práctica de la disciplina, mientras que, en los estudios realizados sobre músicos, en su mayoría, mostraron diferencias significativas entre la ansiedad escénica y el instrumento que se toca (Cohen & Bodner, 2019; Sokoli et al., 2022).

Con base en lo antedicho, esta investigación partió de la pregunta ¿Cómo es la relación entre el perfeccionismo y la ansiedad escénica en bailarines del Área Metropolitana de Buenos Aires? A tal fin, el objetivo principal consistió en analizar la relación entre perfeccionismo y ansiedad escénica en bailarines del Área Metropolitana de Buenos Aires. Los objetivos específicos fueron (1) identificar los niveles de perfeccionismo de los sujetos encuestados; (2) indagar acerca del grado de ansiedad escénica manifestado por los participantes y (3) describir los constructos estudiados en función de variables sociodemográficas tales como género, edad, estilo de danza, horas semanales dedicadas a la disciplina, cantidad de años de práctica y, finalmente, poder comparar los resultados hallados entre bailarines profesionales y amateurs.

Por último, se plantearon las siguientes hipótesis (H1) Existe una relación directa entre la ansiedad escénica y el perfeccionismo en bailarines (H2) las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad escénica y de perfeccionismo que los hombres; (H3) la

ansiedad escénica y el perfeccionismo se asocian negativamente con la edad de los participantes; (H4) la ansiedad escénica es inversamente proporcional a los años de práctica de la disciplina, pero no existen asociaciones significativas con el estilo de danza practicado y la cantidad de horas semanales dedicadas a la danza; (H5) los bailarines amateurs presentan mayores niveles de ansiedad escénica que los profesionales; (H6) el perfeccionismo es mayor en bailarines profesionales que no profesionales.

Se considera que la presente investigación será de relevancia, en primera instancia, para contribuir a aumentar la cantidad de evidencia científica en América Latina sobre el perfeccionismo relacionado con la ansiedad escénica en bailarines, como así también para que, a futuro, los profesionales del campo de la salud mental puedan implementar estrategias de afrontamiento ante estas situaciones con evidencia sólida sobre el comportamiento ante estos constructos y que, a su vez, esto contribuya a la comunidad en general.

METODOLOGÍA

Diseño

Esta investigación fue de enfoque cuantitativo, de tipo no experimental, de alcance descriptivo correlacional y temporalidad transversal (Hernández Sampieri et al., 2014).

Participantes

Se tomó una muestra no probabilística siguiendo un muestreo subjetivo por decisión razonada (Corbetta, 2007). La muestra estuvo conformada por 124 bailarines del Área Metropolitana de Buenos Aires, cuyas edades oscilaban entre los 18 y los 60 años ($M=34,37$; $DT=9,57$). Asimismo, vale mencionar que los participantes encuestados tenían en promedio casi 14 años de práctica de danza, siendo el mínimo 1 año y, por el contrario, llegando algunos casos incluso a los 41. Por otra parte, el promedio de horas semanales de práctica de danza fue 7,19 horas, siendo el mínimo 1 hora y el máximo 35 horas.

Los criterios de inclusión fueron ser mayor de 18 años, ser bailarín tanto profesional como amateur y residir en el Área Metropolitana de Buenos Aires. En tanto se excluyeron aquellos sujetos que fuesen menores de 18 años, no hubieren prestado el consentimiento informado o hubiesen dejado algún ítem sin responder. Cabe referir que se excluyeron un total de 9 sujetos que eran menores de edad, quienes no brindaron su consentimiento informado, dejaron ítems sin responder o, por el contrario, informaron respuestas yuxtapuestas.

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico confeccionado ad hoc para la presente investigación.

Se relevaron variables sociodemográficas tales como género, edad, estilo de danza que practica el bailarín, horas semanales dedicadas a la práctica de la disciplina, cantidad de años de práctica y si, en cada caso, se trataba de un bailarín profesional o amateur.

Almost Perfect Scale-Revised [APS-R] (Slaney et al. 1996); adaptación argentina: Arana et al., 2009)

Dicha escala es un cuestionario autoadministrado compuesto por 23 ítems con respuesta de tipo Likert que oscila entre 1= fuertemente en desacuerdo y 7= fuertemente de acuerdo. Este instrumento evalúa el perfeccionismo adaptativo y desadaptativo a partir del estudio de tres dimensiones: Altos Estándares Personales (ítems 1, 5, 8, 12, 14, 18, 22) que evalúa la presencia de estándares elevados de desempeño; Orden (ítems 2, 4, 7, 10) cuya subescala mide la preferencia por el orden y la pulcritud y, por último, Discrepancia (ítems 3, 6, 9, 11, 13, 15, 16, 17, 19, 20, 21, 23) que evalúa el grado en que los entrevistados se perciben a sí mismos como incapaces para alcanzar sus propios estándares de desempeño. Esta última subescala es la que indica el aspecto negativo del perfeccionismo. Todos los ítems puntúan de manera directa, de 1 a 7, con una puntuación mínima de 23 y máxima de 161. En cuanto a la consistencia interna, la escala en esta adaptación presentó un alto índice de fiabilidad, siendo su coeficiente Alpha de Cronbach de 0,887.

Kenny Music Performance Anxiety Inventory – español [KMPAI-E] (Kenny, 2009; adaptación al español: Arnáiz, 2015).

Es un cuestionario autoadministrado compuesto por 40 ítems diseñados para medir el nivel de ansiedad escénica. Evalúa aspectos relacionados con la ansiedad psicológica general, las respuestas cognitivas y somáticas frente a situaciones de actuación y las influencias del contexto familiar. Los ítems se califican mediante una escala Likert que varía de 0= totalmente en desacuerdo a 6= totalmente de acuerdo. El instrumento se organiza en tres dimensiones: Relación Temprana con el Contexto (ítems 5, 9, 23, 29 y 33), Vulnerabilidad Psicológica General (ítems 1, 2, 3, 4, 6, 8, 13, 18, 19, 21, 27, 31 y 32) y Ansiedad Próxima Frente a la Actuación (ítems 7, 10, 11, 12, 14, 15, 16, 17, 20, 22, 24, 25, 26, 28, 30, 34, 35, 36, 37, 38, 39 y 40). La puntuación total se calcula sumando los valores asignados a cada ítem, con un puntaje mínimo de 0 y un máximo de 240. Un puntaje más alto refleja un nivel mayor de ansiedad. Además, la escala incluye ítems inversos (1, 2, 9, 17, 23, 33, 35 y 37). En esta adaptación, el cuestionario presentó un alto índice de fiabilidad, con un alfa de Cronbach de 0,912.

Procedimiento

Los datos de esta investigación fueron obtenidos a través de Google Forms. Se garantizó la confidencialidad y el anonimato de los participantes a partir de un consentimiento informado completado al inicio del protocolo. El acceso a la muestra se realizó a partir de redes sociales, principalmente WhatsApp e Instagram y redes de contactos personales. Se brindó primero el consentimiento informado. A posteriori, se

administró el Cuestionario Sociodemográfico, el Cuestionario de Perfeccionismo y el de Ansiedad Escénica respectivamente. La administración tuvo lugar entre los meses de noviembre y diciembre de 2024.

Aspectos éticos

Se tuvo en cuenta para la presente investigación, el Decreto de Helsinki (2000) para investigación médica en seres humanos, en el cual se encuentra incluida la investigación del material humano y de información identificables.

ANÁLISIS DE DATOS

En primer lugar, se realizó un análisis descriptivo de las variables sociodemográficas abordadas en la investigación, razón por la cual se calculó una distribución de frecuencias en la que se dio cuenta de los valores absolutos y porcentuales correspondientes a cada una de las variables y valores implicados con el fin de poder establecer la caracterización de la muestra.

En segundo lugar, se procedió a la caracterización de los principales constructos, Ansiedad Escénica y Perfeccionismo, para lo cual se procedió a calcular las medidas de tendencia central y dispersión que permitiesen su mejor descripción.

En tercer lugar, se prosiguió con la correlación de variables, comenzando por las asociaciones entre los constructos principales de esta investigación y sus respectivas dimensiones, lo cual fue seguido de las correlaciones entre estas variables y las sociodemográficas Edad, Nivel Educativo, Cantidad de Horas Semanales de Práctica, Cantidad de años de Práctica y Cantidad de Años de Práctica Profesional de la Danza. Dichas correlaciones fueron realizadas con el estadístico R de Pearson cuando las asociaciones se realizaron entre variables de distribución normal y Rho de Spearman para aquellos casos en los que la prueba de normalidad arrojó resultados no paramétricos.

Finalmente, en cuarto lugar, se procedió a realizar las comparaciones de grupo requeridas en este trabajo. En tal sentido, vale mencionar que las variables Género y Profesionalismo eran bivalentes, mientras que Estilos de Danza era polivalente, razón por la cual se empleó T de Student o U de Mann Whitney en los dos primeros casos (según la distribución presentada por la variable cuantitativa) y F de Anova o H de Kruskal Wallis en el último caso por las mismas razones antedichas.

RESULTADOS

Descripción de variables

Tabla I

Análisis descriptivo de las variables sociodemográficas

Variables	Frecuencias	Porcentaje
Lugar de residencia		
Ciudad Autónoma de Buenos Aires	42	33,9%
Gran Buenos Aires	82	66,1%
Género		
Femenino	88	71%
Masculino	36	29%
Nivel Educativo		
Primario Incompleto	-	-
Primario Completo	-	-
Secundario Incompleto	4	3,2%
Secundario Completo	26	21%
Terciario Incompleto	11	8,9%
Terciario Completo	17	13,7%
Universitario Incompleto	35	28,2%
Universitario Completo	25	20,2%
Posgrado Incompleto	4	3,2%
Posgrado Completo	2	1,6%
Estilo de danza más practicado		
Ritmos Caribeños	55	44,4%
Contemporáneo	12	9,7%
Danza clásica	10	8,1%
Folklore	13	10,5%
Estilos urbanos	16	12,9%
Danza jazz	6	4,8%
Otro	12	9,7%

¿Bailarín profesional?		
Sí	45	36,3%
No	79	63,7%
Años de práctica profesional		
Menos de 1 año	4	3,2%
De 1 a 2 años	2	1,6%
De 3 a 4 años	5	4%
De 5 a 6 años	2	1,6%
7 años o más	32	25,8%
No aplica, no soy profesional	79	63,7%

Como se puede observar en la caracterización de la muestra, dos tercios de los participantes encuestados eran de Gran Buenos Aires, la mayoría de ellos de género femenino, siendo el nivel educativo predominante universitario incompleto. Por otro lado, vale decir que un tercio de la muestra eran bailarines profesionales, de los cuales la mayoría de ellos llevaban 7 o más años de práctica profesional. Finalmente, vale mencionar que el estilo de danza practicado con más asiduidad eran ritmos caribeños.

Tabla II

Análisis descriptivo de las variables Ansiedad Escénica y Perfeccionismo

Variabes	Media	D.T.	Min.	Max.
Ansiedad Escénica	116,17	37,85	39	215
Perfeccionismo	115,02	19,10	62	151

Las puntuaciones obtenidas tanto en Ansiedad Escénica como en Perfeccionismo por parte de los participantes fueron moderadas, oscilando en el primer caso entre los 39 y

los 215 puntos (M=116,17; DT=37,85), mientras que en Perfeccionismo fluctuaron entre 62 y 151 puntos (M=115,02; DT=19,10).

Correlación de variables

Tabla III

Análisis de la relación entre Perfeccionismo (y sus dimensiones) y Ansiedad Escénica (y sus subescalas) en los sujetos de la muestra. Correlaciones entre variables de distribución normal.

Variable	1	2	3	4	5	6
1. RTC	-	,420**	,401**	,560**	,295**	,251**
2. VPG		-	,785**	,905**	,589**	,556**
3. APFA			-	,957**	,523**	,496**
4. AE				-	,578**	,543**
5. D					-	,916**
6. P						-

Prueba utilizada: R de Pearson, **p<,01; siendo 1. RTC=Relación Temprana con el Contexto, 2. VPG= Vulnerabilidad Psicológica General, 3. APFA= Ansiedad Próxima Frente a la Actuación, 4. AE= Ansiedad Escénica, 5. D= Discrepancia, 6. P= Perfeccionismo.

Tabla IV

Análisis de la relación entre Perfeccionismo (y sus dimensiones) y Ansiedad Escénica (y sus subescalas) en los sujetos de la muestra. Correlaciones entre variables de distribución no normal o mixta.

Variable	1	2	3	4	5	6
1. RTC	-	,385**	,372**	,526**	,078	-,088
2. VPG		-	,772**	,896**	,162	-,017
3. APFA			-	,954**	,165	-,014
4. AE				-	,169	-,023
5. AS					-	,412**
6. O						-

Prueba utilizada: Rho de Spearman, *p<,05 y **p<,01; siendo 1. RTC=Relación Temprana con el Contexto, 2. VPG= Vulnerabilidad Psicológica General, 3. APFA= Ansiedad Próxima Frente a la Actuación, 4. AE= Ansiedad Escénica, 5. AS= Altos Estándares, 6. O= Orden.

Como se pudo evidenciar en la Tabla III, la Ansiedad Escénica (escala global) y cada una de sus dimensiones se relacionaron de manera positiva con Perfeccionismo y Discrepancia (subescala de Perfeccionismo). Sin embargo, tal como se visibiliza en la Tabla IV, no se hallaron vínculos significativos entre Ansiedad Escénica, Orden y Altos Estándares.

Tabla V

Análisis de las variables Ansiedad Escénica (y sus dimensiones) y Perfeccionismo (y sus dimensiones) en función de las variables sociodemográficas Edad, Nivel Educativo, Cantidad de Horas Semanales de Práctica, Cantidad de años de Práctica y Cantidad de Años de Práctica Profesional de la Danza.

Variables	AP	HSP	APP	Edad
RTC	-,269**	-,103	,279**	,016
VPG	-,347**	,003	,100	-,380**
APFA	-,342**	-,149	,200*	-,221*
AE	-,385**	-,097	,206*	-,280**
AS	,002	-,034	-,079	-,104
O	,032	-,048	-,057	,072
D	-,211*	,109	,064	-,267**
P	-,175	,079	,038	-,251**

Prueba utilizada: Rho de Spearman, * $p < ,05$ y ** $p < ,01$; siendo HSP= Horas Semanales de Práctica, AP= Años de Práctica, APP= Años de Práctica Profesional, RTC=Relación Temprana con el Contexto, VPG= Vulnerabilidad Psicológica General, APFA= Ansiedad Próxima Frente a la Actuación, AE= Ansiedad Escénica, AS= Altos Estándares, O= Orden, D= Discrepancia, P= Perfeccionismo.

Tal como se observa en la Tabla V, los años de práctica de la disciplina se vinculan de manera inversa tanto con Ansiedad Escénica (escala global y dimensiones) así como también con Discrepancia. Asimismo, se encontraron relaciones positivas entre años de práctica profesional y la variable Ansiedad Escénica, así como con sus respectivas dimensiones Relación Temprana con el Contexto y Ansiedad Próxima Frente a la Actuación. En lo que respecta a la edad de los participantes, se encontraron asociaciones

negativas con Ansiedad Escénica, Ansiedad Próxima Frente a la Actuación, Vulnerabilidad Psicológica, Discrepancia y Perfeccionismo. Finalmente, vale hacer mención que no se encontraron relaciones significativas entre los constructos estudiados y la variable sociodemográfica horas semanales de práctica de la disciplina.

Comparación de grupos

Tabla VI

Análisis de las diferencias entre Perfeccionismo (y sus subescalas) y Ansiedad Escénica (y sus subescalas) según las variables sociodemográficas género y profesionalismo. Comparaciones de grupo con variables de distribución normal.

Variables	Grupo	Media	p.
Relación Temprana con el contexto	Femenino	15,77	,213
	Masculino	14,22	
Vulnerabilidad Psicológica General	Femenino	39,35	,001
	Masculino	29,80	
Ansiedad Próxima Frente a la Actuación	Femenino	69,67	,001
	Masculino	51,05	
Ansiedad Escénica	Femenino	124,79	,001
	Masculino	95,08	
Discrepancia	Femenino	53,45	,129
	Masculino	48,47	
Perfeccionismo	Femenino	116,59	,152
	Masculino	111,16	
Relación Temprana con el Contexto	Profesional Sí	13,02	,002
	Profesional No	16,63	
Vulnerabilidad Psicológica General	Profesional Sí	33,95	,087
	Profesional No	38,07	
Ansiedad Próxima Frente a la Actuación	Profesional Sí	57,93	,016
	Profesional No	67,87	
Ansiedad Escénica	Profesional Sí	104,91	,008
	Profesional No	122,58	
Discrepancia	Profesional Sí	49,97	,331
	Profesional No	53,16	
Perfeccionismo	Profesional Sí	114,13	,699
	Profesional No	115,51	

Prueba utilizada: T de Student

Tabla VII

Análisis de las diferencias entre Perfeccionismo (y sus subescalas) y Ansiedad Escénica (y sus subescalas) según las variables sociodemográficas género y profesionalismo. Comparaciones de grupo con variables de distribución no normal.

Variable	Grupo	Rango Promedio	p.
Altos Estándares	Femenino	62,30	,923
	Masculino	62,99	
Orden	Femenino	64,68	,289
	Masculino	57,17	
Altos Estándares	Profesional Sí	67,23	,267
	Profesional No	59,80	
Orden	Profesional Sí	65,89	,427
	Profesional No	60,57	

Prueba utilizada: U de Mann-Whitney

En lo que concierne al estudio del género, se halló que la Ansiedad Escénica, la Vulnerabilidad Psicológica y la Ansiedad Próxima frente a la Actuación son superiores en mujeres que, en hombres, no hallándose variaciones significativas entre los grupos en el resto de las variables y dimensiones.

Por su parte, en lo que respecta a las comparaciones entre bailarines profesionales y amateurs, se encontró que la Ansiedad Escénica y sus dimensiones Relación Temprana con el Contexto y Ansiedad Próxima Frente a la Actuación resultaron ser superiores en bailarines amateurs con respecto a los profesionales.

Tabla VIII

Análisis de las diferencias entre Perfeccionismo (y sus subescalas) y Ansiedad Escénica (y sus subescalas) según la variable sociodemográfica estilo de danza practicado más asiduamente. Comparaciones de grupo con variables de distribución normal.

Variables	Grupo	Media cuadrática	p.
Relación Temprana con el Contexto	Inter-grupos	68,74	,102
	Intra-grupos	37,90	
Vulnerabilidad Psicológica General	Inter-grupos	308,82	,109
	Intra-grupos	173,28	
Ansiedad Próxima Frente a la Actuación	Inter-grupos	850,58	,145
	Intra-grupos	521,54	
Ansiedad Escénica	Inter-grupos	2479,84	,105
	Intra-grupos	1378,82	
Discrepancia	Inter-grupos	396,01	,192
	Intra-grupos	268,27	
Perfeccionismo	Inter-grupos	398,29	,368
	Intra-grupos	363,10	

Prueba utilizada: F de Anova

Tabla IX

Análisis de las diferencias entre Perfeccionismo (y sus subescalas) y Ansiedad Escénica (y sus subescalas) según la variable sociodemográfica estilo de danza practicado más asiduamente. Comparaciones de grupo con variables de distribución no normal.

Variable	Grupo	Rango Promedio	p.
Altos Estándares	Ritmos caribeños	64,36	,717
	Contemporáneo	71,54	
	Danza Clásica	63,95	
	Folklore	50,04	
	Estilos Urbanos	66,88	
	Danza Jazz	49,83	
	Otro	57,71	
Orden	Ritmos caribeños	61,87	,353
	Contemporáneo	54,58	
	Danza Clásica	82,20	
	Folklore	49	
	Estilos Urbanos	61,41	
	Danza Jazz	61,08	
	Otro	73,67	

Prueba utilizada: H de Kruskal Wallis

Como puede observarse a partir del escrutinio de las tablas VIII y IX, no se encontraron diferencias significativas en Ansiedad Escénica y Perfeccionismo con sus respectivas dimensiones en función del estilo de danza practicado más asiduamente por el bailarín.

CONCLUSIÓN Y DISCUSIÓN

Esta investigación tuvo como objetivo principal conocer la relación entre el perfeccionismo y la ansiedad escénica en bailarines, tanto profesionales como amateurs, residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires. A tal fin, se planteó la hipótesis principal afirmando que existe una relación directa entre la ansiedad escénica y el perfeccionismo en bailarines residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires.

La hipótesis fue parcialmente confirmada dado que los resultados mostraron que, si bien existe una relación directa entre Ansiedad Escénica (Global) y cada una de sus dimensiones, dicese Vulnerabilidad Psicológica, Ansiedad Próxima Frente a la Actuación y Relación Temprana con el Contexto con Perfeccionismo (Global) y su dimensión Discrepancia, no se ha hallado relación significativa con las subescalas Altos Estándares y Orden, siendo estas últimas las correspondientes a los aspectos más adaptativos del Perfeccionismo. Estos resultados encuentran asidero en lo planteado por Olmedilla et al. (2022), quienes también habían encontrado en su investigación una relación directa entre la Ansiedad Escénica y la subdimensión desadaptativa del constructo Perfeccionismo, mencionada por Arana et al. (2009) como Discrepancia. Dichos autores recalcan que es la subdimensión del constructo que se encuentra asociada a la psicopatología en general y así también Zarza-Alzugaray et al. (2016) plantean que estos resultados pueden explicar la presencia de conductas y cogniciones desadaptativas. En concordancia con lo referido anteriormente, Butković et al. (2022) avalan estos resultados y profundizando en este asunto plantean la importancia de abordar el perfeccionismo desadaptativo a fin de lograr gestionar de manera eficaz la ansiedad escénica dado que, en especial en la población de

bailarines, la búsqueda constante de alcanzar el perfeccionismo explicaría el aumento en los niveles de ansiedad escénica al exponerse a la mirada del otro al momento de la actuación.

Las subdimensiones con las cuales no correlacionó el resultado de la presente investigación, Orden y Altos Estándares, puede encontrar su explicación en lo mencionado por Nordin Bates et al. (2011) quienes estudiaron la misma correlación, entre Perfeccionismo y Ansiedad Escénica, encontrando que los elementos del perfeccionismo resultan un denominador común en bailarines y se encuentran asociados a características desadaptativas del sujeto, como el miedo al fallo o a las características psicopatológicas particulares del sujeto. Eso explicaría que, en la presente investigación, no se haya encontrado una relación significativa entre las subdimensiones más adaptativas del constructo Perfeccionismo como son el Orden y los Altos Estándares, pero sí se haya encontrado una relación directa con los aspectos más desadaptativos del mismo.

En lo que atañe a la segunda hipótesis que establecía que las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad escénica y de perfeccionismo que los hombres, ésta se confirmó parcialmente dado que se encontraron diferencias significativas en las subescalas Vulnerabilidad Psicológica General, Ansiedad Próxima Frente a la Actuación y Ansiedad Global, siendo mayor en mujeres que en hombres, mientras que para el resto de las variables y dimensiones no se han hallado diferencias significativas respecto al género. Dichos resultados se encuentran en concordancia con lo aludido por autores como Bermúdez Vázquez y Chaves Montero (2022), Montiel Guirado y Clares-Clares (2023) y Rodríguez Mora y López Díaz (2020) argumentando que la explicación de dichos hallazgos podría llegar a residir en el menor apoyo que sienten las mujeres por parte de sus docentes respecto de los hombres. En esta misma línea los autores plantean un posible impacto que

pueda tener el género como determinante social, sin embargo, todos coinciden en que la evidencia aún no es lo suficientemente fuerte para poder responder con certeza a esta pregunta por lo que se considera fundamental continuar investigando sobre este punto.

Contrariamente, Talice (2023) no ha encontrado diferencias estadísticamente significativas respecto al género, coincidiendo parcialmente con los resultados de la presente investigación dado que en la subescala Relación Temprana con el Contexto tampoco se han encontrado diferencias significativas. Esto se explicaría dado que, tal como plantea Kenny (2011), esta subdimensión está relacionada con el núcleo familiar más cercano de la persona por lo que el género no tendría incidencia en los resultados; de todos modos, habría que continuar profundizando en posteriores investigaciones sobre este dato.

En lo que respecta al perfeccionismo respecto al género, los resultados hallados coinciden parcialmente con lo planteado por Arana et al. (2009) dado que, si bien ellos encontraron diferencias en cuanto al género en las subescalas Orden y Altos Estándares, no así en la subescala Discrepancia, considerándola independiente del género, lo que se corresponde con los resultados obtenidos en la presente investigación en la cual no se encontraron diferencias estadísticamente significativas para este grupo. Las diferencias podrían estar planteadas de acuerdo con la muestra, dado que la investigación de referencia fue sobre estudiantes universitarios mientras que la presente investigación fue realizada con una muestra de bailarines y, teniendo en cuenta el recorrido del presente artículo, queda de manifiesto el íntimo vínculo observado entre la Ansiedad Escénica y el Perfeccionismo en bailarines residentes en el Área Metropolitana de Buenos Aires. Algo similar sucede con Arbinaga (2023) quien también halló diferencias estadísticamente significativas, indicando la presencia de mayores niveles de perfeccionismo en mujeres. Esta diferencia respecto a la

presente investigación podría estar dada por el contexto, teniendo en cuenta que la investigación de referencia tomó lugar en Europa, por lo tanto, son necesarias más investigaciones en Latinoamérica que puedan dar cuenta del comportamiento de esta población en específico.

Otro punto de interés para la investigación fue la edad de los encuestados en relación con las variables planteadas. Al respecto, la hipótesis sostenía que la ansiedad escénica y el perfeccionismo se asocian negativamente con la edad. Los resultados hallados establecen que existe una relación inversa entre la edad y la Ansiedad Escénica Global, la Ansiedad Próxima frente a la Actuación, la Vulnerabilidad Psicológica, la Discrepancia y el Perfeccionismo, no ocurre así con las subdimensiones Altos Estándares, Orden y Relación Temprana con el Contexto, en cuyo caso no se han encontrado diferencias estadísticamente significativas. Estos resultados van en consonancia con Robinson et al. (2021) quienes explican que, cuando las personas envejecen, el perfeccionismo tiende a disminuir por diferentes razones, entre las cuales sugieren el tiempo de vida, los fracasos que han podido ir atravesando a lo largo de la misma, entre otras; de todos modos sostienen que son necesarias más investigaciones para poder fortalecer estas conexiones. En esta misma línea, Talice (2023) y Butković et al. (2021), respaldan estos resultados explicando que la respuesta podría estar en que se esperaría que, a medida que el bailarín va adquiriendo más años de vida, tienda a adecuarse a las exigencias que implica exponerse a un escenario y esto haga que su ansiedad escénica disminuya, por lo que la hipótesis queda parcialmente confirmada.

Por otro lado, respecto a la cantidad de años de práctica de la disciplina, estilo de danza y cantidad de horas semanales dedicadas a la danza, se planteó como hipótesis que la

ansiedad escénica es inversamente proporcional a los años de práctica de la disciplina, pero no existen asociaciones significativas con el estilo de danza practicado y la cantidad de horas semanales dedicadas a la danza. La misma fue confirmada en su totalidad de acuerdo a los resultados obtenidos dado que, en consonancia con lo planteado por Talice (2023) van aumentando los niveles de confianza en la persona conforme va pasando el tiempo de práctica de la disciplina, generando una rutina que les provoca seguridad y esto podría explicar que su ansiedad escénica vaya mermando a lo largo del tiempo, más allá del estilo de danza practicado o las horas semanales destinadas a tal fin.

En contraposición, respecto a la diferencia en los niveles de ansiedad escénica entre bailarines profesionales y no profesionales, la hipótesis sostenía que ésta sería superior en el segundo grupo y los resultados obtenidos permitieron corroborarla, lo que coincide con lo hallado por Bermúdez Vázquez y Chaves Montero (2022) y se podría explicar, según mencionan, por un lado mediante el efecto de habituación: el irse acostumbrando a la actividad y que esto produzca la disminución de la ansiedad escénica o, por el otro, al efecto de la deserción, planteando que quienes realmente llegan a profesionalizarse, con el esfuerzo que esto implica, son los más aptos para la tarea, es decir que cuentan con más recursos para afrontar la salida a escena.

Por último, en cuanto a los niveles de perfeccionismo en bailarines profesionales y no profesionales, se planteó como hipótesis que el perfeccionismo es mayor en bailarines profesionales que no profesionales. De acuerdo con los resultados obtenidos no se han encontrado diferencias estadísticamente significativas tanto en la escala de perfeccionismo como en sus dimensiones para bailarines profesionales y amateurs, por lo que esta hipótesis queda refutada. Los resultados hallados contradicen los antecedentes encontrados en donde

determinados autores, tales como Nordin Bates y Jowett (2022), planteaban que los profesionales podrían tener mayores índices de perfeccionismos que los no profesionales debido a su condición de líderes. Esta presión que les generaría liderar grupos y que haya alumnos que sigan sus indicaciones, es lo que contribuiría a aumentar los niveles de perfeccionismo en ese grupo. De todos modos, hay que tener en cuenta que la investigación mencionada tuvo lugar en Europa por lo que habría que continuar investigando el constructo en América Latina dado que las diferencias podrían llegar a explicarse por el contexto cultural y las exigencias asociadas al profesionalismo en cada caso.

En cuanto a las limitaciones de este trabajo, vale mencionar la escasez de antecedentes sobre la temática en Argentina y en el continente americano, como así también es importante tener en cuenta que determinadas variables sociodemográficas tales como el género y el profesionalismo no fueron homogéneas en cuanto a la constitución de los grupos a comparar, habiendo primacía de mujeres y de sujetos no profesionales.

Asimismo vale mencionar la ausencia de una validación nacional o latinoamericana de la Escala de Ansiedad Escénica.

En tal sentido, como recomendación para futuros trabajos, se plantea la importancia de una validación nacional de la Escala de Ansiedad Escénica, así como el trabajo con una muestra donde las variables sociodemográficas a analizar se distribuyan de un modo más homogéneo. Finalmente, se invita a la comunidad científica a seguir profundizando sobre estos constructos, a fin de poder constituir evidencia sólida que permita dar luz sobre los interrogantes que aún no han podido encontrar respuesta y que esto contribuya, a su vez, a brindar asistencia y psicoeducación a la población sobre estas problemáticas que son cada vez más asiduas en la sociedad actual.

REFERENCIAS

- Aguilar Durán, L. A. & Arias Odón, F. (2023). Influencia del perfeccionismo académico en el aprendizaje autorregulado de los estudiantes universitarios. *Revista de Psicología y Educación*, 18(2), 129-140. <https://www.researchgate.net/publication/372525844>
- American Psychological Association. (s.f.). Anxiety. *APA Dictionary of Psychology*.
<https://dictionary.apa.org/anxiety>
- Arana, F. G., Keegan, E. G. & Rutzstein, G. (2009). Adaptación de una medida multidimensional de perfeccionismo: la Almost Perfect Scale-Revised (APS-R). Un estudio preliminar sobre sus propiedades psicométricas en una muestra de estudiantes universitarios argentinos. (2009). *Revista Evaluar*, 9(1), 35-53.
<https://doi.org/10.35670/1667-4545.v9.n1.463>
- Arbinaga, F. (2023). Resilient Behaviors in Music Students: Relationship with Perfectionism and Self-Efficacy. *Behavioral Sciences*, 13(9), 722.
<https://doi.org/10.3390/bs13090722>
- Arias Gonzáles, J. L. & Cáceres Chávez, M. R. (2021). Ansiedad escénica y ejecución musical en estudiantes del conservatorio de música en Arequipa, 2020. *Escena*, 81(1), 170-182. <https://doi.org/10.15517/es.v81i1.47676>
- Arnáiz, M. (2015). *La interpretación musical y la ansiedad escénica: validación de un instrumento de diagnóstico y su aplicación en los estudiantes españoles de Conservatorio Superior de Música*. [Tesis doctoral, Universidade Da Coruña]. Repositorio institucional UDC.

https://ruc.udc.es/dspace/bitstream/handle/2183/15869/ArnaizRodriguez_Mateo_T_D_2015.pdf?sequence=4&isAllowed=y

- Barlow, D. H. (2000). Unraveling the mysteries of anxiety and its disorders from the perspective of emotion theory. *American Psychologist*, 55(11), 1247–1263. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.11.1247>
- Bermúdez Vázquez, M. & Chaves Montero, A. (2022). *Investigación y transferencia de las ciencias sociales frente a un mundo en crisis*. Madrid: Dykinson S.L.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8562217>
- Butković, A., Vukojević, N. & Carević, S. (2021). Music performance anxiety and perfectionism in Croatian musicians. *Society for Education, Music and Psychology Research*, 50(1). <https://doi.org/10.1177/0305735620978692>
- Cohen, S. & Bodner, E. (2019). Flow and music performance anxiety: The influence of contextual and background variables. *European Society for the cognitive science of music*, 25(1). <https://doi.org/10.1177/1029864919838600>
- Corbetta, P. (2007). *Metodología y técnicas de investigación social*. Madrid: McGraw-Hill.
<https://luisdoubtrontg.school.blog/wp-content/uploads/2021/04/corbetta-metodologia-y-tecnicas-de-investigacion-social.pdf>
- De Castro Fernández, P. (2019). Análisis de la relación entre ansiedad rasgo y experiencia profesional en la danza. *European Journal of Child Development, Education and Psychopathology*, (7)1, 15-22.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7059062>

- Dempsey, E. & Comeau, G. (2019). Music performance anxiety and self-efficacy in young musicians: Effects of gender and age. *Music Performance Research*, 9, 60-79.
<https://musicperformanceresearch.org/wp-content/uploads/2020/11/MPR-0121-Dempsey-and-Comeau-60-79.pdf>
- Dobos, B., Piko, B. F. & Kenny, D. T. (2018). Music performance anxiety and its relationship with social phobia and dimensions of perfectionism. *Society for education, music and psychology research*, 41(3).
<https://doi.org/10.1177/1321103X18804295>
- Fostervold Mathisen, T. F., Sundgot-Borgen, C., Anstensrud, B. & Sundgot-Borgen, J. (2022). Mental health, eating behaviour and injuries in professional dance students. *Research in Dance Education*, 23(1), 108–125.
<https://doi.org/10.1080/14647893.2021.1993171>
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C. & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cogn Ther Res* 14, 449–468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Jara Moreno, A., González Hernández, J. & Gómez López, M. (2020). Perfeccionismo y ansiedad competitiva en jóvenes deportistas españoles. *Anuario de Psicología*, 50(2), 57-65. <https://revistes.ub.edu/index.php/Anuario-psicologia/article/view/anpsic2020.50.5/31729>
- Helsinki (2000). Declaración de Helsinki de la AMM - Principios Éticos para las investigaciones médicas en Seres humanos. <https://www.wma.net/es/policies-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C. & Baptista Lucio, M. (2014). *Metodología de la investigación*. Mc Graw-Hill: México DF. <https://www.esup.edu.pe/wp-content/uploads/2020/12/2.%20Hernandez,%20Fernandez%20y%20Baptista-Metodolog%C3%ADa%20Investigacion%20Cientifica%206ta%20ed.pdf>
- Herrera-Torres, L. & Campoy-Barreiro, C. (2020). Ansiedad escénica musical en profesorado de conservatorio: frecuencia y análisis por género. *Revista de Psicología y Educación*, 15(1), 32-47. <https://doi.org/10.23923/rpye2020.01.184>
- Hill, A. P., Mallinson-Howard, S. H., Madigan, D. J. & Jowett, G. E. (2020). *The handbook of psychology*. Toronto: Wiley & Sons, Inc.
<https://doi.org/10.1002/9781119568124.ch7>
- Kenny, D. T. (2011). *The psychology of music performance anxiety*. New York: Oxford University Press.
<https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=gtM5KRRzAIYC&oi=fnd&pg=PP1#v=onepage&q&f=false>
- Kenny, D.T., Davis, P. & Oates, J. (2004). Music performance anxiety and occupational stress amongst opera chorus artists and their relationship with state and trait anxiety and perfectionism. *Journal of Anxiety Disorders*, 18(6), 757-777.
[10.1016/j.janxdis.2003.09.004](https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2003.09.004)
- Marko, G. (2019). An Exploration of Musical Performance Anxiety (MPA) and Its Relation to Perfectionism and Performance. *Senior Projects Spring 2019*. 83.
https://digitalcommons.bard.edu/senproj_s2019/83

- Min, Yun-Mi (2021). A Structural Relationship between Perfectionism, Dance Commitment, Career Decision Self-Efficacy, and Dance Achievement of Middle and High School Students Majoring in Dance. *International Journal of Advanced Smart Convergence*, 10(3), 172-180. <https://doi.org/10.7236/IJASC.2021.10.3.172>
- Montiel Guirado, E. & Clares-Clares, E. (2023). Scenic Anxiety in Professional Music Education Studies Learners. *Revista Electrónica de LEEME*, 51, 01-15. <https://doi.org/10.7203/LEEME.51.24337>
- Nicolás, G. V., Ureña Ortín, N., Gómez López, M. & Carrillo Vigueras, J. (2010). La danza en el ámbito de educativo. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (17), 42-45. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732283009.pdf>
- Nordin-Bates, S. M., Cumming, J., Always, D. & Sharp, L. (2011). Imagining Yourself Dancing to Perfection? Correlates of Perfectionism Among Ballet and Contemporary Dancers. *Journal of clinical Sport Psychology*, 5(1), 58-76. <https://doi.org/10.1123/jcsp.5.1.58>
- Nordin Bates, S. M. & Kuytser, S. (2020). High Striving, High Costs? A qualitative examination of perfectionism in high level dance. *Journal of dance Education*, 21(4), 212-223. <https://doi.org/10.1080/15290824.2019.1709194>
- Nordin Bates, S. M. & Jowett, G. (2022). Relationships between Perfectionism, Stress, and Basic Need Support Provision in Dance Teachers and Aesthetic Sport Coaches. *Journal of dance medicine & science*, 26(1). <https://doi.org/10.12678/1089-313X.031522d>

- Olmedilla, A., Aguilar, J. M., Ramos L. M., Trigueros, R. & Cantón, E. (2022). Perfectionism, mental health and injuries in women footballers. *Journal of sport Psychology*, 31(1), 49-56.
https://www.researchgate.net/publication/361439030_Perfectionism_mental_health_and_injuries_in_women_footballers
- Predovan, D., Julien, A., Esmail, A. & Bherer, L. (2019). Effects of Dancing on Cognition in Healthy Older Adults: A Systematic Review. *J Cogn Enhanc* 3, 161–167.
<https://doi.org/10.1007/s41465-018-0103-2>
- Real Academia Española (s.f.) Perfeccionismo. En *Diccionario de la lengua española*.
<https://dle.rae.es/perfeccionismo>
- Real Academia Española (s.f.) Profesión. En *Diccionario de la lengua española*.
<https://dle.rae.es/profesi%C3%B3n?m=form>
- Robinson, A., Divers, R., Moscardini, E. & Calamia, M. (2021). Perfectionism, conscientiousness, and neuroticism: Does age matter? *Elsevier*, 172.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110563>
- Rodríguez Mora, A. & López Díaz, R. (2020). Rasgos de personalidad y variables asociadas a la ansiedad escénica musical. *Elsevier*, 26(1), 33-38.
<https://doi.org/10.1016/j.anyes.2020.01.002>
- Slaney, R. B., Rice, K. G., Mobley, M., Trippi, J. & Ashby, J. S. (2001). The Revised Almost Perfect Scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 34(3), 130–145. <https://doi.org/10.1080/07481756.2002.12069030>

- Sokoli, E., Hildebrandt, H. & Gomez, P. (2022). Classical Music Students' Pre-performance Anxiety, Catastrophizing, and Bodily Complaints Vary by Age, Gender, and Instrument and Predict Self-Rated Performance Quality. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.905680>
- Spahn, C., Krampe, F. & Nusseck, M. (2021). Classifying Different Types of Music Performance Anxiety. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.538535>
- Talice, N. (2023). *Ansiedad Escénica y Estado de Fluidez en bailarines argentinos*. [Tesis de grado, Universidad Abierta Interamericana]. Repositorio institucional UAI.
- Valencia Arias, M. (2020). *La ansiedad escénica y su relación con la inteligencia emocional en una muestra de estudiantes de la Tecnología en Gestión y Ejecución para las Practicas Instrumentales de la Escuela Tecnológica Superior de Artes Débora Arango* [Trabajo de grado-pregrado, Institución Universitaria de Envigado]. Repositorio institucional IUE. <https://bibliotecadigital.iue.edu.co/handle/20.500.12717/2910>
- Zarza-Alzugaray, F.J., Casanova-López, O. & Robles-Rubio, J.E. (2016). Relación entre ansiedad escénica, perfeccionismo y calificaciones en estudiantes del Título Superior de Música. *ReiDoCrea*, 5, 16-21. [10.30827/Digibug.39735](https://doi.org/10.30827/Digibug.39735) <https://digibug.ugr.es/handle/10481/39735>

ANEXOS

Mi nombre es Marilina Da Silva Conceicao y me encuentro realizando mi tesis de grado para obtener el título de Lic. en Psicología, otorgado por la Universidad Abierta Interamericana. En tal sentido, necesito de tu colaboración completando los cuestionarios que se presentan a continuación, **los cuales están destinados únicamente a bailarines residentes dentro del Área Metropolitana de Buenos Aires**, tanto profesionales como amateurs. Las respuestas son anónimas y la información que brindes sólo será empleada con fines académicos-científicos. No hay respuestas correctas o incorrectas, por lo cual solo te pido que seas lo más sincero posible al responder ¡Muchas gracias por tu tiempo!

- Declaro estar notificado/a de los fines de la investigación y acepto participar voluntariamente de la misma.
 - Sí
 - No

Datos Sociodemográficos

- Lugar de Residencia
 - Gran Buenos Aires
 - Ciudad Autónoma de Buenos Aires
- Género
 - Femenino
 - Masculino
 - Otro

- Edad (en años) _____
- Nivel Educativo
 - Primario incompleto
 - Primario completo
 - Secundario incompleto
 - Secundario completo
 - Terciario incompleto
 - Terciario completo
 - Universitario incompleto
 - Universitario completo
 - Posgrado incompleto
 - Posgrado completo
- ¿Practicás más de un estilo de danza?
 - Sí
 - No
- Estilo de danza que practicás más asiduamente
 - Ritmos caribeños
 - Contemporáneo
 - Danza clásica
 - Folklore
 - Estilos urbanos
 - Danza jazz
 - Otro

- Cantidad de años de dicha práctica: _____
- ¿Sos bailarín profesional? Entendiendo como profesional aquel que percibe ingresos devengados de la disciplina que practica.
 - Sí
 - No

Escala de Perfeccionismo

Los siguientes ítems han sido diseñados para medir las actitudes que tienen las personas sobre sí mismas, su desempeño y los demás. No hay respuestas correctas ni incorrectas. Por favor respondé todas las preguntas utilizando tu primera impresión sin perder demasiado tiempo en cada ítem de forma individual. Respondé basándote en la siguiente escala:

1. Fuertemente en desacuerdo
2. En desacuerdo
3. Levemente en desacuerdo
4. En desacuerdo
5. Levemente de acuerdo
6. De acuerdo
7. Fuertemente de acuerdo

	1	2	3	4	5	6	7
1. Tengo altos estándares de desempeño, ya sea en el trabajo o en el estudio.							
2. Soy una persona ordenada.							
3. A menudo me siento frustrado porque no puedo alcanzar mis metas.							
4. Ser pulcro es importante para mí.							
5. Si uno no espera mucho de sí mismo, nunca triunfará.							
6. Lo mejor de mí nunca parece ser lo suficientemente bueno para mí.							
7. Pienso que cada cosa debería estar en su lugar.							
8. Tengo altas expectativas para mí mismo.							
9. Raramente cumplo con mis							

elevados estándares.							
10. Me gusta ser siempre organizado y disciplinado.							
11. Dar lo mejor de mí nunca parece ser suficiente.							
12. Me impongo estándares muy elevados.							
13. Nunca estoy satisfecho con mis logros.							
14. Espero lo mejor de mí mismo.							
15. A menudo me preocupa no estar a la altura de mis expectativas.							
16. Mi desempeño rara vez está a la altura de mis estándares.							
17. No estoy satisfecho aún cuando sé que hice lo mejor que pude.							

18. Trato de dar lo mejor de mí en todo lo que hago.							
19. Rara vez soy capaz de alcanzar mis altos estándares de desempeño.							
20. Casi nunca estoy satisfecho con mi desempeño.							
21. Casi nunca siento que lo que he hecho está lo suficientemente bien.							
22. Tengo una fuerte necesidad de esforzarme por la excelencia.							
23. A menudo siento decepción después de completar una tarea porque sé que la podría haber hecho mejor.							

Escala de Ansiedad Escénica

A continuación se presentan una serie de afirmaciones sobre cómo te sentís generalmente, antes y durante una actuación. Por favor elegí la opción que más se ajuste a tus sentimientos en cada caso.

- 0. Totalmente en desacuerdo
- 1. Bastante en desacuerdo
- 2. Un poco en desacuerdo
- 3. Ni en desacuerdo ni de acuerdo
- 4. Un poco de acuerdo
- 5. Bastante de acuerdo
- 6. Totalmente de acuerdo

	0	1	2	3	4	5	6
1. Generalmente siento que controlo mi vida.							
2. Encuentro fácil confiar en los otros.							
3. Alguna vez me siento deprimido sin saber por qué.							
4. A menudo tengo dificultades para generar la energía							

necesaria para hacer cosas.							
5. La preocupación excesiva es una característica de mi familia.							
6. A menudo siento que la vida no tiene mucho que ofrecerme.							
7. Incluso si trabajo mucho en la preparación para la actuación, es probable que cometa errores.							
8. Me resulta difícil depender de los otros.							
9. Mis padres fueron la mayoría de las veces receptivos a mis necesidades.							
10. Antes, o durante una							

actuación, tengo sensaciones semejantes al pánico.							
11. Nunca sé antes de un concierto si mi actuación será buena.							
12. Antes, o durante una actuación, siento la boca seca.							
13. A menudo siento que no valgo mucho como persona.							
14. Durante una actuación me encuentro a mí mismo pensando si conseguiré acabarla.							
15. Pensar en la evaluación o juicio puede tener							

interferencias en mi actuación.							
16. Antes o durante una actuación me siento enfermo, débil o con el estómago revuelto.							
17. Incluso en las situaciones en las que la actuación es más estresante estoy seguro de que actuaré bien.							
18. A menudo me siento preocupado por una reacción negativa del público.							
19. Algunas veces me siento ansioso sin razón alguna.							
20. Desde el inicio de mis estudios recuerdo estar							

ansioso por actuar en público.							
21. Me preocupa que una mala actuación pueda arruinar mi carrera.							
22. Antes o durante una actuación siento que el ritmo cardíaco de los latidos de mi corazón aumenta, como golpeando en mi pecho.							
23. Mis padres siempre me escuchaban.							
24. Dejo pasar oportunidades de actuar que merecen la pena, por culpa de la ansiedad.							
25. Después de una actuación me							

preocupó sobre si he bailado suficientemente bien.							
26. Mi preocupación y nerviosismo sobre la actuación interfiere en mi focalización y concentración.							
27. Cuando era un niño/a a menudo me sentía triste.							
28. A menudo me preparo para un espectáculo con la sensación de terror y de desastre inminente.							
29. Uno o ambos de mis padres eran demasiado ansiosos.							
30. Antes o durante una							

actuación tengo un aumento de la tensión muscular.							
31. A menudo siento que no tengo nada que esperar con ilusión.							
32. Después de la actuación la vuelvo a repasar en mi cabeza una y otra vez.							
33. Mis padres me animaban a intentar cosas nuevas.							
34. Me preocupo tanto antes de una actuación que no puedo dormir.							
35. Cuando actúo sin música mi memoria es fiable.							
36. Antes, o durante una							

actuación, experimento agitación, temblor o el pulso tembloroso.							
37. Me siento seguro/a recordando coreografías.							
38. Me siento preocupado de ser examinado por los otros.							
39. Me siento preocupado/a por mi propio juicio sobre cómo voy a actuar.							
40. Sigo comprometido para actuar incluso cuando me causa una ansiedad importante.							