



**REENCONTROS  
NOVOS ESPAÇOS  
OPORTUNIDADES**

**XXXIV SIC** Salão Iniciação Científica

**26 - 30**  
SETEMBRO  
CAMPUS CENTRO

<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2022: SIC - XXXIV SALÃO DE INICIAÇÃO CIENTÍFICA DA UFRGS
<b>Ano</b>	2022
<b>Local</b>	Campus Centro - UFRGS
<b>Título</b>	Relações entre procrastinação e perfeccionismo em universitários brasileiros
<b>Autor</b>	MAURICIO FIGUEIREDO MAFFEI
<b>Orientador</b>	ANA CRISTINA GARCIA DIAS

## **Relações entre Procrastinação e Perfeccionismo em universitários brasileiros.**

Bolsista BIC: Maurício Figueiredo Maffei (00260953)

Professora: Ana Cristina Garcia

Co-orientadora: Carla Almeida

O perfeccionismo é um construto complexo e multidimensional, que apresenta duas facetas: uma adaptativa (relacionada com motivação e eficiência), outra desadaptativa (vinculada à autocrítica e ansiedade de desempenho). A procrastinação, por sua vez, é entendida como um atraso desnecessário na execução de tarefas, que acarreta prejuízos acadêmicos e profissionais na vida de jovens e adultos. O comportamento de procrastinar pode estar associado ao perfeccionismo, especialmente quando esse é desadaptativo. O objetivo é verificar se o nível de procrastinação em universitários está relacionado com a faceta desadaptativa do perfeccionismo. Para tanto, 515 universitários com idade média de 26 anos e 77,9% do sexo feminino, responderam a um questionário de dados sociodemográficos, a Pure Procrastination Scale e a Frost Multidimensional Perfectionism Scale. Foram encontradas correlações positivas entre os fatores desadaptativos do perfeccionismo e procrastinação ( $r = 0,19$  a  $0,29$ ;  $p < 0001$ ) e correlações negativas entre os aspectos adaptativos do perfeccionismo e indicadores de procrastinação. Os resultados corroboram as hipóteses de outros estudos. Tanto a procrastinação quanto o perfeccionismo estão relacionadas com desfechos negativos na saúde mental, fazendo relevante, portanto, reiterar a relação entre os construtos na população universitária brasileira é relevante diante da possibilidade de intervenções e predições. Compreende-se que tanto a esfera desadaptativa do perfeccionismo e a procrastinação seriam mediadas pela ansiedade e autocrítica exagerada, fazendo com que tarefas acadêmicas/profissionais se tornem aversivas e favorecendo a esquiva. Contudo, o perfeccionismo pode servir de elemento motivacional, dependendo de outros fatores como tolerância ao estresse e autoeficácia. Desta forma, compreende-se que há relação direta entre perfeccionismo e procrastinação, mas a forma dessa relação depende de outros aspectos ambientais e de personalidade. Reitera-se a importância de analisar outras variáveis e seu papel na mediação da relação entre perfeccionismo e procrastinação.

Palavras-chave: Procrastinação, Perfeccionismo, Universitários, Saúde Mental.

Também encontramos maiores escores da faceta desadaptativa do perfeccionismo em mulheres ( $t = 2,240$ ;  $gl = 899$ ;  $p = 0,025$ ;  $d = 0.19$ ).