



# Revista Electrónica de Psicología Iztacala



Universidad Nacional Autónoma de México

Vol. 28 No. 1

Marzo de 2025

## ANÁLISIS DE LOS GRADOS DE MENTALIZACIÓN: UN ESTUDIO LLEVADO A CABO EN LA UNIVERSIDAD MARISTA

Fernando Lapuente García<sup>1</sup>, María José Martínez Campos<sup>2</sup>, Irlanda Zacknite Huerta Román<sup>3</sup>, Blanca Melissa Rivas Torres<sup>4</sup>, Luciana Abud del Villar<sup>5</sup>, Aranza Regina Adame Castillo<sup>6</sup>

Universidad Marista de San Luis Potosí  
México

### RESUMEN

La finalidad de este estudio es medir los grados de mentalización en alumnos de la Universidad Marista de San Luis Potosí. El estudio se enfocó en elementos como la introspección emocional, la empatía y la habilidad para regular las emociones, valorados mediante un sondeo estructurado realizado a 101 participantes. El instrumento que se aplicó fue The Mentalization Scale (MentS) el cual se adaptó aplicando una versión adaptada al contexto de la muestra. La información descriptiva de los análisis indica la mayor parte del grupo eran mujeres (56.4%), para después seguir por hombres (42.6%) y una pequeña minoría con una identificación a otro género (1%). Dentro de la muestra la edad promedio es de 21.07 años (DE = 2.05). Dentro de los análisis llevados a cabo se realizaron partiendo de una estadística descriptiva, pertinente pruebas que comparaban medias y pruebas t para encontrar las discrepancias significativas entre los distintos géneros. Se muestran variaciones notables en aspectos relacionados a la categoría de habilidad para

<sup>1</sup> Doctorado en Psicología, Universidad Marista de San Luis Potosí, S.L.P. México. Correo electrónico: [2031@umaslp.maristas.edu.mx](mailto:2031@umaslp.maristas.edu.mx)

<sup>2</sup> Licenciatura en Psicología E.F., Universidad Marista de San Luis Potosí, S.L.P. México. Correo electrónico: [72220073@umaslp.maristas.edu.mx](mailto:72220073@umaslp.maristas.edu.mx)

<sup>3</sup> Licenciatura en Psicología E.F., Universidad Marista de San Luis Potosí, S.L.P. México. Correo electrónico: [72220305@umaslp.maristas.edu.mx](mailto:72220305@umaslp.maristas.edu.mx)

<sup>4</sup> Licenciatura en Psicología E.F. Universidad Marista de San Luis Potosí, S.L.P. México. Correo electrónico: [72220234@umaslp.maristas.edu.mx](mailto:72220234@umaslp.maristas.edu.mx)

<sup>5</sup> Licenciatura en Psicología E.F., Universidad Marista de San Luis Potosí, S.L.P. México. Correo electrónico: [72220160@umaslp.maristas.edu.mx](mailto:72220160@umaslp.maristas.edu.mx)

<sup>6</sup> Licenciatura en Psicología E.F., Universidad Marista de San Luis Potosí, S.L.P. México. Correo electrónico: [72220165@umaslp.maristas.edu.mx](mailto:72220165@umaslp.maristas.edu.mx)

identificar emociones ajenas (puntuaciones medias, mujeres = 4.12, hombres = 3.77), categoría para meditar sobre las respuestas emocionales ante situaciones de conflicto (mujeres = 3.70, hombres = 3.30) y categoría atribuida a enseñar la expresión de emociones (mujeres = 4.89, hombres = 4.51). Dichos análisis posibilitan la estructuración de hipótesis sobre el impacto de las relaciones dentro de lo educativo y el entorno social enriquecido para desarrollar integralmente la mentalización.

**Palabras clave:** psicología, mentalización, desarrollo, educación, universidad.

## ANALYSIS OF THE LEVELS OF MENTALIZATION: A STUDY CARRIED OUT AT THE UNIVERSIDAD MARISTA

### ABSTRACT

The purpose of this study is to measure the degrees of mentalization in students from the Universidad Marista de San Luis Potosí. The study focused on elements such as emotional introspection, empathy and the ability to regulate emotions, assessed through a structured survey conducted with 101 participants. The instrument that was applied was The Mentalization Scale (MentS) which was adapted by applying a version adapted to the context of the sample. The descriptive information of the analysis indicates that most of the group were women (56.4%), followed by men (42.6%) and a small minority with an identification with another gender (1%). Within the sample the average age is 21.07 years ( $SD = 2.05$ ). Within the analyses carried out, tests that compared means and t tests were carried out based on descriptive statistics, to find significant discrepancies between the different genders. Notable variations are shown in aspects related to the category of ability to identify other people's emotions (mean scores, women = 4.12, men = 3.77), category to meditate on emotional responses to conflict situations (women = 3.70, men = 3.30) and category attributed to teaching the expression of emotions (women = 4.89, men = 4.51). These analyses allow the structuring of hypotheses on the impact of relationships within education and the enriched social environment to comprehensively develop mentalization.

**Keywords:** psychology, mentalization, development, education, university.

La mentalización es la capacidad y la disposición para interpretar y comprender los estados mentales propios y ajenos, esencial para el buen funcionamiento de las relaciones interpersonales y un proceso crítico durante el desarrollo emocional. Un creciente número de estudios han sido realizados en el marco de la atención a este concepto, especialmente en un contexto de educación, donde los factores personales y sociales interaccionan para afectar los niveles de la habilidad de

dicha capacidad. Es por eso por lo que en este trabajo se propuso el objetivo de comparar los niveles de mentalización entre estudiantes de la Universidad Marista de San Luis Potosí. La hipótesis del estudio propone la variación significativa de la habilidad investigada entre los dos grupos debido al género y a diversos niveles de capacidad de sostener los estados mentales.

## MÉTODO

Para el presente estudio, la muestra estuvo conformada por un total de 101 participantes, seleccionados bajo un procedimiento de muestreo no probabilístico por conveniencia; esto implicó la convocatoria de estudiantes de la Universidad Marista y sujetos integrantes de otras instituciones educativas con semejantes características y dinámicas de funcionamiento.

Entre ellos, 57 participantes. 56.4% se identificaban como mujeres, 43 participantes, 42.6% como hombres; y 1 persona (1.0 %) se reconoció a sí mismo como no binario, dato que refleja la necesidad de incluir la experiencia de identificación de género referida a la diversidad en esta materia. La edad promedio de los participantes era de 21,10 años DE 2,07, con un rango de edad comprendido entre 18 y 32, una vez cumplido este rango se incluyeron a los participantes; sin embargo, se ajustaron las edades de acuerdo con el promedio poblacional para tener distributivas poblacionales. Dado que se trata de edad emergente, resulta relevante explorar procesos de mentalización y regulación emocional que empiezan a consolidarse en este periodo de desarrollo.

### Instrumento

Se aplicó la prueba “The Mentalization Scale (MentS)” en una versión adaptada al contexto de la población de la muestra (Dimitrijević, 2023). El instrumento calificó tres factores clave, la mentalización propia, seguido de la mentalización hacia las personas que están alrededor y la motivación como función en la mentalización. Permitiendo dar relación a el entorno y la formación de la percepción de si, elemento base para la regulación de las emociones y del procesamiento de los estados (Fossati et al., 2024) Como instrumento de recolección del dato, se empleó un cuestionario diseñado a partir de escalas tipo Likert de cinco puntos, cuyas opciones

de respuesta iban desde 1 (“Totalmente en desacuerdo”) a 5 (“Totalmente de acuerdo”).

El objetivo inicial de la elaboración de este instrumento era cuantificar los constructos psicológicos de interés para el presente estudio, abarcando tres dimensiones clave. Empatía, tanto cognitiva como emocional. Incluye dimensiones que consideraron la capacidad de reconocer y comprender las emociones ajenas; describe un proceso de empatía que se basa en el entendimiento cognitivo y experiencia emocional; reflexión emocional (Fonagy, 2015). Se da la posibilidad a quienes respondieron a la prueba de mentalización de hacer un énfasis en sus propias emociones que, en resumidas cuentas, ponen en cuestionamiento qué tanto se conoce. Dentro de las habilidades medidas se encuentra la regulación emocional, a el manejo y el procesamiento de los estados emocionales complejos, donde se tiene en el centro la idea de la búsqueda de bienestar. Dichos aspectos se ven reflejados en que el cuestionario pudo mostrar una consistencia interna aceptable, reflejada por Cronbach, con resultado de  $\alpha = 0,712$ , lo que sugiere que la consistencia interna es lo suficientemente adecuada.

## RESULTADOS

### Análisis Descriptivo

En lo que respecta a los resultados de la Escala de Mentalización (MentS) fueron debidamente procesados y posteriormente analizados utilizando el software SPSS (Statistical Package for the Social Sciences), versión 29.0, involucrando análisis descriptivo, pruebas de comparación y pruebas de consistencia interna para identificar diferencias significativas y evaluar la confiabilidad del instrumento. Es crucial resaltar que el 62% de los participantes en la prueba, correspondiente a los 20 y 22 años, expresa una expresión consistente y significativa desde las posibilidades demográficas de la muestra escogida. En términos de género, en los resultados se observó que las mujeres, tuvieron un mayor promedio significativo en las categorías de empatía y reflexión emocional. De manera pertinente viene a bien destacar el promedio significativo en los resultados más altos en las preguntas

concernientes con el reconocimiento de las emociones ajenas y con el de la introspección.

### Diferencias por Género

Por medio del análisis de la varianza unidireccional (ANOVA), se identificaron diferencias estadísticas significativas dentro de algunos ítems clave que miden aspectos como lo es los fundamentales de empatía y el de la regulación emocional.

Las observaciones más significativas se muestran a continuación:

- "Puedo reconocer los sentimientos de otras personas" ( $p = 0.037$ ): En lo que conlleva a las mujeres se mostró una capacidad notablemente superior para lo que conlleva identificar y dar cuenta de ellas al comprender las emociones de los demás, lo que es directamente proporcionar asociado a mayores habilidades en la percepción social del entorno.
- "Cuando alguien me molesta, intento entender por qué reacciono de esa manera" ( $p = 0.045$ ): Este ítem da a entender un mayor nivel de introspección emocional en contextos de conflicto dentro del grupo de las mujeres, lo que da una muestra de la habilidad para contenerse.
- "A veces puedo entender los sentimientos de alguien antes de que me diga algo" ( $p = 0.018$ ): dichos resultados muestran que el género femenino dentro de la muestra presenta una habilidad mayor para anticipar estados emocionales ajenos, según los diferentes contextos y también no verbales.
- "Es importante enseñar a los niños a expresar sus sentimientos" ( $p = 0.006$ ): Este insight muestra una proclividad al compromiso de parte del género femenino a la transmisión de competencias emocionales a la generación que viene detrás de ellas.

De manera paralela los análisis realizados con las pruebas  $t$  de Student ratificaron las diferencias significativas en las áreas a continuación:

1. Reconocimiento de sentimientos ajenos ( $p = 0.027$ ): el género femenino destaca por su capacidad para identificar las emociones de los demás, siendo mayor su nivel relevante para la empatía cognitiva, factor esencial de la mentalización.
2. Reflexión emocional en situaciones conflictivas ( $p = 0.045$ ): queda mostrado con mayor disposición que el género femenino tiene más capacidad para afrontar las circunstancias más difíciles y responder desde una conciencia emocional, mayor, lo que refiere una mayor mentalización en situaciones de confrontación de sus recursos emocionales.
3. Frecuencia de conversaciones emocionales con personas cercanas ( $p = 0.015$ ): dentro del análisis, las mujeres presentan una frecuencia mayor en el apoyo del diálogo para explorar las situaciones emocionales que se les presenta, lo que indica de manera equivalente al fortalecimiento y enriquecimiento de los vínculos afectivos para una mayor destreza en la referencia un grupo social.

### Distribución de Respuestas

El estudio de la variabilidad de las respuestas resalta diferencias significativas en cuanto a variabilidad, particularmente en aspectos vinculados con la manifestación emocional y el control de emociones negativas:

- "A menudo hablo sobre emociones con personas cercanas" proporcionando una desviación estándar superior ( $DE = 1.335$ ), lo que sugiere una notable diversidad en las prácticas de comunicación emocional entre los participantes.
- "Me resulta difícil admitir emociones negativas" ( $DE = 1.307$ ) mostrando una relevancia en cuanto variabilidad mostrando que hay una proporción equivalente a la diversidad de respuestas en cuanto a las personas de la muestra en cuanto a habilidades para procesar y por lo tanto gestionar las emociones que consideran negativas.

De forma proporcional, los elementos relacionados directamente a la habilidad para hacer reflexión de las emociones mostraron una uniformidad mayor en los resultados obtenidos.

- "Considero importante entender las razones de mi comportamiento" (DE = 0.432): las respuestas dan a entender una conciencia general entre quienes respondieron el ejercicio entre la importancia de comprender las motivaciones íntimas y una consistencia en la comprensión de las repercusiones que puede tener en los hábitos.

## INTERPRETACIÓN Y DISCUSIÓN

Partiendo de lo anterior se muestran relevancias significativas en la capacidad de mentalización entre los distintos géneros, de manera mayormente en los elementos de empatía y regulación emocional, procesos cruciales para la organización de la experiencia emocional y las relaciones interpersonales. En términos de la teoría de la mentalización, estas competencias simbolizan la habilidad de representar y comprender las emociones, tanto propias como ajenas, un instrumento esencial para la regulación efectiva del comportamiento en contextos sociales y emocionales.

Las variaciones en las diferencias encontradas pueden ser vistas como una promoción de la habilidad temprana para socializar, el poner en contacto con diferentes circunstancias con demás individuos que requieren la creación de habilidades, como puede ser la sensibilidad interpersonal y por lo tanto la promoción a una introspección emocional. Lo encontrado se suma a lo mencionado en investigaciones anteriores que sugieren que los contextos familiares y culturales pueden potenciar o por el otro lado reducir la capacidad de internalizar estrategias de regulación emocional. Por otro lado, la generalidad en las respuestas vinculadas a la introspección emocional indica que este aspecto de la mentalización podría estar relacionado con procesos psicológicos más universales, es decir menos relacionadas a una respuesta temprana al primer entorno social. De manera

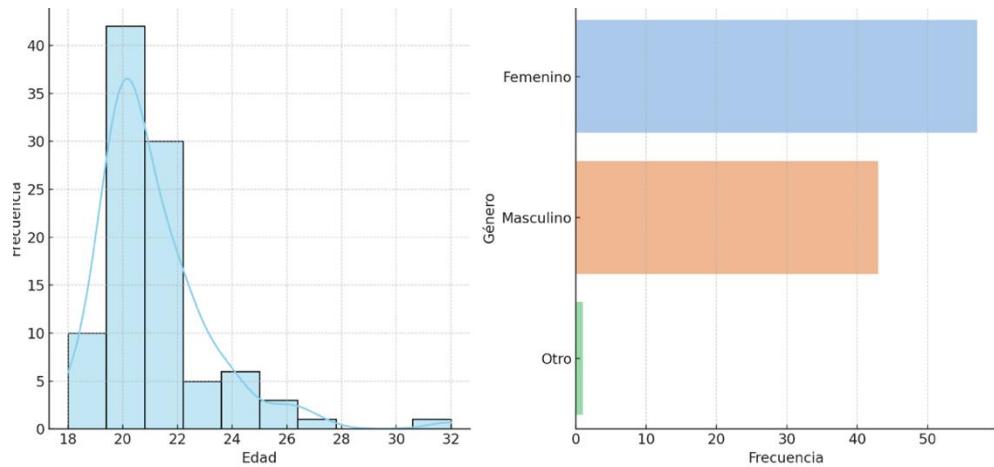
significativa se presenta una variabilidad en los procesos relacionados a como se llegan a mostrar las emociones y por lo tanto la regulación negativa, lo cual podría en con cierto sentido evidenciar que la dificultad individual para relacionarse está directamente relacionada a los primeros vínculos en la historia de su desarrollo, justamente aquellas que dan el sentido y la capacidad de sostener los estados emocionales más complejos en la mente sin que esto conlleve una necesidad de extrapolar la expresión de las emociones o buscar la distancia.

Es conveniente para un análisis desde el área clínica a partir de los resultados obtenidos que la habilidad para mentalizar y su relación con la capacidad para relacionarse con otras personas, equivalente al sentido de bienestar personal y social. Se da a entender que la manera de vincularse está relacionada con el contexto de las experiencias primarias, lo que necesita promover la reflexión de las emociones y la comunicación de ellas. Se da a entender que es necesaria la promoción de estudios que puedan medir la capacidad de mentalizar de manera directa, en contextos universitarios y con edades donde el desarrollo neurológico todavía se pone en juego con la capacidad para identificar las propias emociones. Lo que vendría a promover la contención, la conciencia y la resistencia emocional dentro de las relaciones entre personas, dando a entender la importancia de los vínculos para significar el proceso personal, las sensaciones de seguridad y la capacidad de afronta de la adversidad.

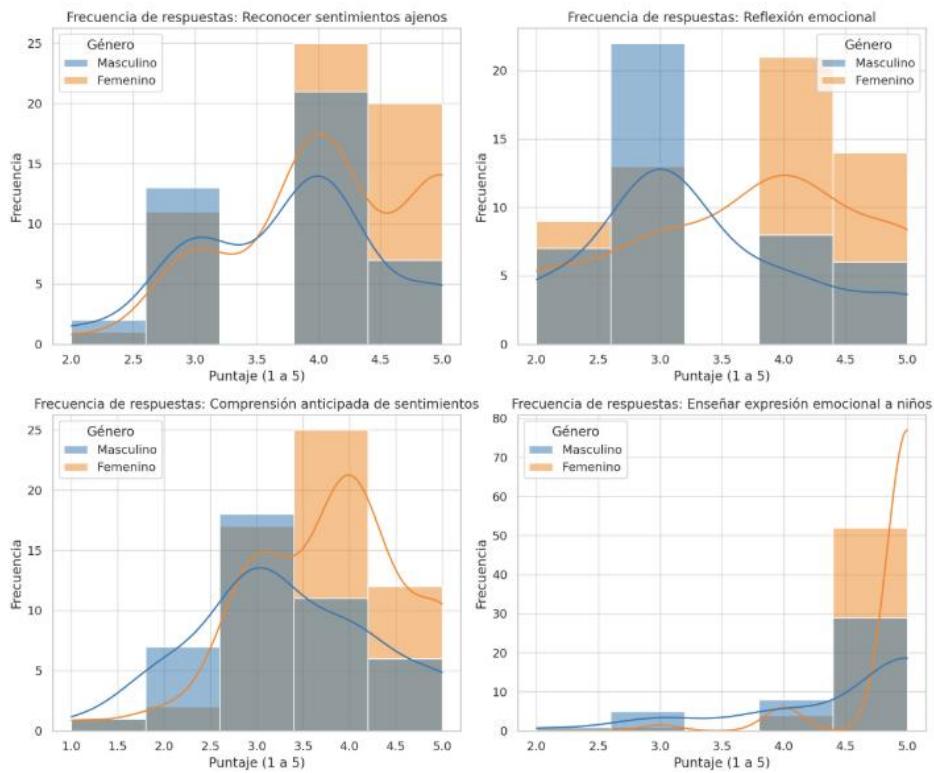
## Visualizaciones

Se presentan gráficos de dispersión y diagramas de caja que ilustran lo anterior.

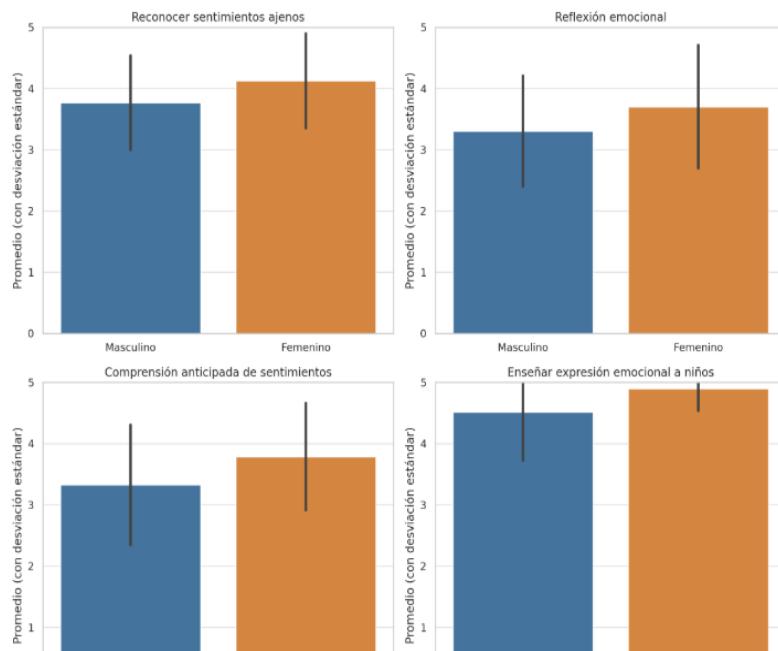
### 1. Distribución por Edad y distribución por Género.



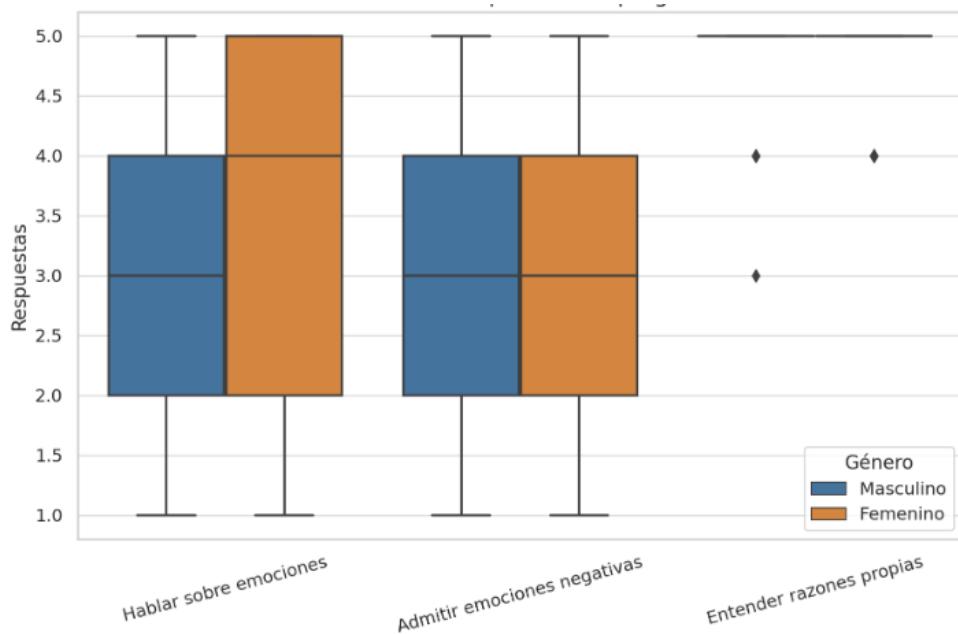
### 2. Distribución de respuestas más significativas por género.



### 3. Comparación de respuestas por género.



### 4. Variabilidad de respuestas en preguntas claves.



## CONCLUSIÓN

El estudio presentado da evidencia significativa sobre la importancia de la mentalización en entornos educativos, dejando en claro las capacidades de empatía y reflexión introspectiva, no solo como una cualidad personal, si no también desde las categorías de género y contextos socioculturales donde se dé una dinámica relacional que enriquezca dichas habilidades (Fonagy, 2015).

A través de un análisis cuantitativo se ha podido observar que las diferencias respecto al género son significativas, las mujeres presentan mayor desarrollo en los componentes de la mentalización, específicamente lo que respecta a la identificación de emociones de otras personas y la capacidad reflexiva de los estados mentales propios (Huang, 2023).

Partiendo de una visión psicosocial se entiende que la capacidad de comprender y regular los estados emocionales de cada persona está directamente relacionada con los vínculos sociales, su calidad y la capacidad de reconocimiento. En el caso del género femenino quedan en claro que los patrones relationales desde las primeras etapas de vida, dentro del contexto del lugar de origen, promueven la empatía y los recursos para poder reconocer las emociones en otras personas, mostrando una reafirmación de hallazgos de otras investigaciones previas (Chowdhury, 2023).

Es importante considerar que la variabilidad observada en los diferentes ítems enfocados en la expresión de las emociones y la regulación de estos, dentro de un entorno que promueve dichas cualidades, muestra la relevancia de relaciones familiares que promuevan la convivencia empática, donde el reconocimiento de las emociones y su expresión se promuevan de manera activa, desarrollando la capacidad para mentalizar (Schneider, 2022).

Los aportes del presente estudio son la identificación de la capacidad para la introspección como un proceso relacional y mutuo, independientemente del género. Este hallazgo da a entender que la capacidad para pensar el comportamiento personal y los estados internos que provienen están implícitos en el desarrollo evolutivo durante los primeros estadios de la juventud, donde es relevante que la

capacidad para compartir sea dirigida desde una regulación emocional y una sociabilidad adecuada a los retos que implica dicha edad (Martikainen, 2024).

Dentro del desarrollo de habilidades que están dentro de la mentalización es relevante reconocer que la educación juega un papel importante, en su promoción y desarrollo, específicamente dentro del contexto socioeconómico de las personas incluidas en la muestra, donde el acceso a niveles de estudios universitarios es posible (Valdés Villalobos, 2022).

Para investigaciones futuras se podría tomar en cuenta el acceso a facilidades que provean de recursos materiales e instrumentales para el desarrollo de la mentalización desde el compartir en el aula, con todo lo que ello conlleva respecto al aprendizaje.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Chowdhury, M., & Hossain, M. (2023). Development of mentalizing and deception in autistic and non-autistic individuals: Implications for educational practices. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 53(4), 1234-1245. <https://doi.org/10.1007/s10803-022-05678-9>
- Dimitrijević, A., Hanak, N., & Altaras Dimitrijević, A. (2023). The Mentalization Scale (MentS): Validity and reliability of the in a sample of nonclinical adults. *Psychological Reports*, 126(3), 1020-1040. <https://doi.org/10.1177/00332941221116676>
- Fonagy, P. (2015). Mentalization: Theoretical considerations and clinical implications. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(5), 471-473. <https://doi.org/10.1111/jcpp.12429>
- Fossati, A., Giaroli, G., & Maffei, C. (2024). Italian validation of the Mentalization Scale (MentS). *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06071-9>
- Huang, Y., & Montague, J. (2023). Multidirectional pathways between attachment, mentalizing, and post-traumatic symptoms in children. *Child Development*, 94(2), 456-472. <https://doi.org/10.1111/cdev.13745>
- Martikainen, S., Kalland, M., & Korkman, M. (2024). SAGA: Results of a second trial testing a mentalizing-based reading intervention for social-emotional development in early childhood education. *Frontiers in Education*, 9, Article 1284474. <https://doi.org/10.3389/feduc.2024.1284474>

Schneider, K., & Tantillo-Philibert, S. (2022). Teaching social-emotional skills through a structured curriculum: Impact on mentalization and empathy in early childhood education. *Early Childhood Education Journal*, 50(5), 789-802. <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01234-5>

Valdés Villalobos, B. (2022). Neuroeducación y sus alcances socio-afectivos al quehacer docente. *Revista de Neuroeducación*, 2(2), 45-60. <https://doi.org/10.1344/joned.v2i2.37440>