

CAPACIDAD DE MENTALIZACIÓN EN LOS ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOLOGÍA DE LA UCA

Rodriguez Quiroga, Andrea; Bongiardino, Laura; Aufenacker, Saskia Ivana; Borensztein, Laura; Botero Rojas, Maria Camila; Crawley, Alan; Scavone, Kevin; Vázquez, Natalia
CONICET - Universidad del Salvador - Universidad Católica Argentina - APdeBA. Buenos Aires, Argentina.

RESUMEN

El concepto de mentalización, propuesto por Fonagy y sus colaboradores, surgió en el campo de psicoanálisis y encuentra su mayor producción científica en contextos clínicos, asociada a la eficacia terapéutica. Objetivo: analizar si existen diferencias en los niveles de mentalización de los estudiantes de psicología, según el año de carrera. Metodología: Se realizó un estudio de diseño no experimental, transversal, y correlacional. Se utilizaron las escalas: MentS Mentalization Scale (Dimitrijevic, Hanak, Dimitrijevic & Marjonavic, 2018) y Mentalization Questionnaire (Hauseberg et al.). La muestra analizada estuvo compuesta por 169 estudiantes universitarios de psicología de la Universidad Católica Argentina. Resultados y conclusiones: El estudio demostró diferencias significativas según el grado de avance de la carrera, únicamente en dos dimensiones de la mentalización, la equivalencia psíquica y la regulación del afecto. Es decir, que a mayor grado de avance en la carrera se observarían mejores niveles de mentalización únicamente en dos de las siete dimensiones evaluadas de la mentalización.

Palabras clave

Mentalización - Estudiante universitario - Psicología

ABSTRACT

MENTALIZATION ABILITY IN UNDERGRADUATE STUDENTS OF PSYCHOLOGY FROM UCA

The concept of mentalization, proposed by Fonagy and his collaborators, arose in the field of psychoanalysis and finds its greatest scientific production in clinical contexts, associated with therapeutic efficacy. Objective: to analyze if there are differences in the levels of mentalization of psychology students, according to the year of the degree. Methodology: A non-experimental, cross-sectional, and correlational design study was conducted. The scales: MentS Mentalization Scale (Dimitrijevic, Hanak, Dimitrijevic & Marjonavic, 2018) and Mentalization Questionnaire (Hauseberg et al.) were used. The analyzed sample was made up of 169 university psychology students from the Universidad Católica Argentina. Results and conclusions: The study showed significant differences according to the degree of career advancement, only in two dimensions of mentalization, psychic equivalence and affect regulation. That is, the higher the degree of advancement in the career, the better levels of men-

talization would be observed in only two of the seven evaluated dimensions of mentalization.

Keywords

Mentalization - Undergraduate students - Psychology

INTRODUCCIÓN

Argentina es uno de los países con más psicólogos a nivel mundial, se estima que en la actualidad hay más de 98,000 psicólogos trabajando activamente, y la gran mayoría de ellos en el ámbito de atención clínica. Considerando que nuestro título es habilitante, la educación y capacitación de los terapeutas sigue siendo un desafío que requiere de un debate y reflexión colectiva (Fierro, Álvarez & Manzo, 2018).

Algunos estudios actuales (Freda, Esposito & Quaranta, 2015; Goodman, 2013) sugieren que la competencia clínica de la mentalización es necesaria para la formación de estudiantes de los últimos años o terapeutas novatos, capacidad que implica la posibilidad de tener un pensamiento reflexivo sobre las emociones que surgen en las relaciones.

El concepto de mentalización, propuesto por Fonagy y sus colaboradores, surgió en el campo de psicoanálisis y encuentra su mayor producción científica en contextos clínicos. La capacidad del terapeuta para ser consciente de sus propios estados mentales y los de su paciente, es considerada una base importante para las técnicas terapéuticas y para la eficacia clínica (Ensink, et al., 2013).

Se define a la mentalización como una particular faceta de la imaginación humana, la conciencia individual de los estados mentales en uno mismo y en otras personas, particularmente al explicar sus acciones. Es algo que, sin mucha conciencia, las personas hacen la mayoría del tiempo. Implica percibir e interpretar los sentimientos, pensamientos, creencias y deseos que explican estos hechos (Bateman & Fonagy, 2019).

El modelo de abordaje que promueve la mentalización es el llamado Mentalization Based Treatment (MBT), originalmente diseñado para pacientes con desórdenes graves de personalidad, como el trastorno borderline, debido a las dificultades severas en su capacidad de mentalización. Posteriormente, el modelo fue sugerido como un modelo transdiagnóstico, considerando que varios cuadros psicopatológicos tienen, en alguna medida, dificultades de Mentalización. Recientemente se ha publicado

una reseña en español del último manual, editado por Bateman y Fonagy, sobre la mentalización en la práctica en salud (Rodríguez Quiroga, Bongiardino, Aufenacker, Borensztein, Botero, Crawley & Vazquez, 2020).

La mentalización es un concepto es un transdiagnoístico y aplicable a un amplio rango de condiciones relativas a la salud mental. Puede ser aplicado por terapeutas de distintos marcos teóricos, posicionándose como un lenguaje común y como un concepto transteórico. También, es de mayor importancia, que no se trata de una capacidad estática, unitaria, sino que es una capacidad dinámica, multifacética y que puede desarrollarse (Bateman & Fonagy, 2019).

La interacción terapéutica tiene como característica esencial que el terapeuta estimule el proceso de mentalización; favoreciendo que el paciente pueda volverse, poco a poco, cada vez más curioso por su propia mente y la de los demás (Bateman, & Fonagy, 2013). Se plantea que paciente y terapeuta están juntos compartiendo un mismo bote; se necesitan dos para poder mentalizar terapéuticamente (Allen, 2003). El terapeuta, en el contexto de una relación de apego con el paciente, emocionalmente cercana, va a permitirle al paciente relacionarse de manera más adaptativa y flexible con los estados emocionales dolorosos (Ward, House, & Hamer, 2009).

La capacidad del terapeuta para ser consciente de sus propios estados mentales y los de su paciente es considerada una base importante para las técnicas terapéuticas y para la eficacia clínica (Ensink, et al., 2013). Por lo tanto, para fomentar la mentalización del paciente, el terapeuta debe tener buena capacidad de mentalización (Allen, 2003). En este sentido surge el interrogante ¿los terapeutas, tienen habilidades de mentalización suficientes como para poder favorecer el proceso de mentalización de sus pacientes? El tener en cuenta la mente del otro, y la relación con el otro, son la condición sine qua non para promover la mentalización (Fonagy & Target, 1997). Debe estar capacitado para dirigir procesos reflexivos sobre el “yo formativo” (Freda, Esposito & Quaranta, 2015).

En este sentido el entrenamiento en mentalización resultaría ser altamente beneficioso por su utilidad transteórica y transdiagnoística. Sin embargo, los antecedentes son escasos, se necesitan estudios que pongan a prueba la implementación y posterior evaluación de la eficacia de programas de entrenamiento en mentalización. Considerando la ausencia de antecedentes a nivel local, se propuso un estudio inicial con el fin de evaluar la capacidad de mentalización en estudiantes de distintos años de la carrera de psicología en la Universidad Católica Argentina.

Los principales objetivos del estudio fueron: a) establecer si existen diferencias en los niveles de mentalización de uno mismo, los otros y la motivación, según los años de carreras b) establecer si existen diferencias en los niveles de mentalización de negación de autorreflexión, conciencia emocional, modo de equivalencia psíquica, regulación afectiva, según los años de carreras.

METODOLOGÍA

Diseño de estudio y población

Se realizó un estudio de diseño no experimental, transversal, y correlacional con el propósito de analizar la capacidad de mentalización en los estudiantes de la carrera de psicología e identificar si existen diferencias significativas según los años de la carrera (primero, tercero y quinto).

Instrumentos y procedimientos

Instrumentos

MentS: El cuestionario Mentalization Scale [MentS] (Dimitrijevic, Hanak, Dimitrijevic & Marjonavic, 2018), es una escala autoadministrada que mide la mentalización. La escala se compone de 28 elementos en los que el sujeto debe responder en una escala Likert señalando el nivel de acuerdo o desacuerdo con cada afirmación. Esta escala mide: la mentalización de uno mismo, MentS-Self; Mentalización de otros, MentS-Otros; Mentalización detrás de la motivación, MentS-M. Algunos ítems son inversos, por ende necesitan ser recodificados, estos son los ítems: 8, 9, 11, 14, 18, 19, 21, 22, 26 y 27. De este modo a mayor puntaje mayor nivel de mentalización.

MZQ: Mentalization Questionnaire [MZQ] (Hauseberg et al.), es un instrumento autoadministrado, que evalúa la capacidad de mentalización. Este cuestionario está compuesto por 15 ítems divididos en 4 subescalas: Negación de autorreflexión, Conciencia emocional, Modo de equivalencia psíquica, Regulación afectiva. Todos los ítems deben ser recodificados. De este modo a mayor puntaje esto implica un mayor nivel de mentalización.

Procedimientos

Cumpliendo con las normas éticas que guían el trabajo de investigación, sólo participaron del estudio personas mayores de 18 años que dieron su consentimiento. Se garantizó el anonimato de los datos a través de la codificación de los casos. Todos los sujetos fueron previamente informados de la naturaleza del estudio participando de manera voluntaria y respetando las directrices éticas de la Declaración de Helsinki (Mundial, 2019) en todos sus términos. Este estudio fue realizado en el marco de un PROAPI en la Universidad Católica Argentina.

Análisis Estadísticos

Los datos se procesaron con el paquete estadístico SPSS v. 25.0. La distribución de los datos no fue normal, por lo tanto, se eligió Kruskal-Wallis para comparar los grupos.

Participantes

La muestra total fue de 169 estudiantes universitarios de psicología de la Universidad Católica Argentina. La edad promedio fue de 20.81 (DE = 3.45), 88.1% mujeres, 11.9% hombres. En cuanto a la distribución por años de carrera, 37% eran alumnos del primer año, 30.4% de tercer año, 30.4% de quinto año.

RESULTADOS

Se estudiaron los niveles de mentalización en alumnos de la carrera de psicología a partir de dos instrumentos de autoreporte. A través del instrumento MENTS, se midieron las dimensiones motivación hacia la mentalización, mentalización de los demás y mentalización de uno mismo. De acuerdo con la prueba Kruskal-Wallis no se evidenciaron diferencias significativas entre los grupos estudiantes de primero, tercero y quinto año de la carrera (Ver Tabla 1).

Tabla 1

Niveles de mentalización según MENTS

MENTS	Uno mismo	Otros	Motivación
1 año	28,75	42,4	45
3 año	30,2	41,17	43,78
5 año	29,98	42,22	44,15

Solo se observaron diferencias en las dimensiones equivalencia psíquica ($p = 0.049$) y regulación del afecto ($p = 0.035$), sin encontrar diferencias en la capacidad reflexiva y la conciencia del afecto. Esto indicaría que los dos aspectos de la mentalización que mejoran en función del avance profesional son la equivalencia psíquica, es decir, en qué medida los estados mentales internos se asimilan con la realidad externa y la regulación afectiva, es decir, la capacidad de regular a los afectados (Tabla 2).

Tabla 2

Niveles de mentalización según MZQ

MZQ	Total	Capacidad reflexiva	Equivalencia psíquica	Regulación afectiva
1 año	52,57	4,01	3*	3,33*
3 año	54	4,01	3,12*	3,71*
5 año	56,68	4,17	3,45*	3,78*

* $p < 0.05$ Kruskal Wallis

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

¿Cómo sería posible saber si un terapeuta está debidamente capacitado? No hay evidencia concluyente en investigaciones previas. Esto es especialmente importante en países donde un título de licenciatura califica, como lo es en Argentina, y los psicólogos no necesitan completar una maestría antes de tratar a los pacientes.

La investigación en psicoterapia, en los últimos años, ha mostrado interés en la mentalización, como un factor relevante asociado con la eficacia clínica. Estudios previos han demostrado que es posible realizar mejoras pequeñas, pero significativas, en la capacidad de mentalización de los terapeutas novatos (Ensink, Maheux, Normandin, Sabourin, Diguier, Berthelot y Parent, 2013).

Los resultados para la equivalencia psíquica son interesantes considerando el estudio de Keinänen y Martin (2017) donde demostraron mejoras en esta dimensión después de implementar una terapia grupal basada en la mentalización en estudiantes universitarios con trastorno de personalidad inestable.

Por otro lado, cuando se compara con otras investigaciones en las que se ha utilizado MZQ, se puede observar que los estudiantes de psicología suelen tener mejores habilidades de mentalización si se los compara con personas que no sean estudiantes de psicología (Anupama, Bhola, Thirthalli y Mehta, 2018). Este estudio proporciona datos relevantes sobre la comparación de las habilidades de mentalización en estudiantes de psicología de pregrado.

Si bien las habilidades de mentalización son mejores en los años más avanzados de sus estudios, estas diferencias sólo son significativas en el caso de la equivalencia psíquica y la regulación del afecto. La primera (equivalencia psíquica), parece ser la dimensión más sensible a los cambios, ya sea en capacitación profesional o terapia.

Como futura línea de investigación, este trabajo propone en primer lugar, continuar el estudio relevando datos en estudiantes de otras universidades, con la finalidad de ampliar la muestra. Por otra parte, se propone considerar la posibilidad de desarrollar un programa de entrenamiento en mentalización para estudiantes de psicología.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Allen, J. G. (2003). Mentalizing. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 67(2: Special Issue), 91-112.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2006). Mentalizing and borderline personality disorder. *Handbook of mentalizationbased treatment*, 185-200.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2010). Mentalization based treatment for borderline personality disorder. *World psychiatry*, 9(1), 11.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2013). Mentalization-based treatment. *Psychoanalytic Inquiry*, 33(6), 595-613.
- Bateman, A., Fonagy, P. (Eds). (2019). *Handbook of mentalizing in mental health practice. Second Edition*. American Psychiatric Association Publishing
- Dimitrijevic, A., Hanak, N., Altaras Dimitrijevic, A., & Jolic Marjanovic, Z. (2018). The Mentalization Scale (MentS): A self-report measure for the assessment of mentalizing capacity. *Journal of personality assessment*, 100(3), 268-280.
- Eizirik, M., & Fonagy, P. (2009). Mentalization-based treatment for patients with borderline personality disorder: an overview. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 31(1), 72-75.
- Eizirik, M., & Fonagy, P. (2009). Mentalization-based treatment for patients with borderline personality disorder: an overview. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 31(1), 72-75.
- Ensink, K., Maheux, J., Normandin, L., Sabourin, S., Diguier, L., Berthelot, N., & Parent, K. (2013). The impact of mentalization training on the reflective function of novice therapists: A randomized controlled trial. *Psychotherapy Research*, 23(5), 526-538.

- Fierro, C., Álvarez, J. F., & Manzo, G. A. (2018). A Century of Psychotherapy in Argentina: Clinical Psychology, Psychoanalysis and Recent Developments. *Revista de Psicología, 27*(2), 1-27.
- Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and psychopathology, 9*(4), 679-700.
- Freda, M. F., Esposito, G., & Quaranta, T. (2015). Promoting mentalization in clinical psychology at universities: A linguistic analysis of student accounts. *Europe's journal of psychology, 11*(1), 34.
- Goodman, G. (2013). Is mentalization a common process factor in transference-focused psychotherapy and dialectical behavior therapy sessions?. *Journal of Psychotherapy Integration, 23*(2), 179.
- Hausberg, M. C., Schulz, H., Piegler, T., Happach, C. G., Klöpffer, M., Brütt, A. L., ... & Andreas, S. (2012). Is a self-rated instrument appropriate to assess mentalization in patients with mental disorders? Development and first validation of the Mentalization Questionnaire (MZQ). *Psychotherapy Research, 22*(6), 699-709.
- Mundial, A. M. (2019). Declaración de Helsinki de la AMM - Principios éticos para las Investigaciones Médicas en Seres Humanos. Retrieved from <https://www.wma.net/es/politicas-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicadas-en-seres-humanos/>
- Rodríguez Quiroga, A., Bongiardino, L., Aufenacker, S. I., Borensztein, L., Botero, C., Crawley, A., & Vazquez, N. (2020). Bateman, A., Fonagy, P. (Eds) (2019). Book Review: Handbook of mentalizing in mental health practice. American Psychiatric Association Publishing. *Revista de Psicología, 16*(31), 141-151.
- Ward, V., House, A., & Hamer, S. (2009). Developing a framework for transferring knowledge into action: a thematic analysis of the literature. *Journal of health services research & policy, 14*(3), 156-164.