



# **Uso de redes sociales, disociación y mentalización: una revisión sistemática**

**Autor: Hernán Ferro Cepeda**

**Tutor: Carlos Pitillas Salva**

**Facultad de Ciencias Humanas y Sociales**

**Madrid**

**Mayo de 2026**

## Resumen

Los usuarios activos en redes sociales superan ya los cuatro mil millones a nivel internacional. Su popularidad ha favorecido la aparición del denominado Uso Problemático de Redes Sociales (problematic social media use, PSMU). En este contexto, la disociación y la mentalización han sido propuestas como constructos psicodinámicos potencialmente implicados en esta problemática. No obstante, la relación entre el PSMU y dichas variables continúa siendo poco clara y requiere de un marco integrador que permita comprender sus implicaciones. Por ello, la presente revisión sistemática tuvo como objetivo recopilar estudios cuantitativos que examinaran la relación entre redes sociales y disociación o mentalización. Se realizó una búsqueda en las bases de datos Psycinfo, Medline, Scopus y Web of Science (WOS). Los criterios de inclusión fueron: (a) estudios empíricos cuantitativos; (b) evaluación cuantitativa de la disociación o la mentalización; (c) evaluación del uso general de redes sociales, PSMU y/o dimensiones asociadas; (d) publicaciones en español o inglés; y (e) artículos publicados entre 2010 y 2025. Finalmente, se incluyeron 13 estudios. Los resultados sugieren que las redes sociales, especialmente el PSMU, se relacionan tanto con la disociación como con la mentalización. Asimismo, los análisis multivariados indican que la relación entre PSMU y disociación podría ser bidireccional, mientras que la hipomentalización aparece como un posible factor de vulnerabilidad asociado al PSMU. No obstante, se requieren más investigaciones para profundizar en estas relaciones. Entre las futuras líneas de investigación destacan la necesidad de estudios longitudinales, el análisis de factores implicados en la transición desde un uso adaptativo hacia uno problemático de las redes sociales y el desarrollo de intervenciones psicoterapéuticas y medidas gubernamentales que incorporen estos constructos.

**Palabras Clave:** Redes sociales, mentalización, función reflexiva, disociación.

## **Abstract**

Active social media users now exceed four billion worldwide. Their popularity has contributed to the emergence of so-called Problematic Social Media Use (PSMU). In this context, dissociation and mentalization have been proposed as psychodynamic constructs potentially involved in this phenomenon. However, the relationship between PSMU and these variables remains unclear and requires an integrative framework to better understand its implications. Therefore, the present systematic review aimed to compile quantitative studies examining the relationship between social media use and dissociation or mentalization. A systematic search was conducted across the Psycinfo, Medline, Scopus, and Web of Science (WOS) databases. Inclusion criteria were: (a) quantitative empirical studies; (b) quantitative assessment of dissociation or mentalization; (c) assessment of general social media use, PSMU, and/or related dimensions; (d) publications written in English or Spanish; and (e) articles published between 2010 and 2025. A total of 13 studies were ultimately included. The findings suggest that social media use, particularly PSMU, is associated with both dissociation and mentalization. Furthermore, multivariate analyses indicate that the relationship between PSMU and dissociation may be bidirectional, whereas hypomentalization appears to function as a possible vulnerability factor associated with PSMU. Nevertheless, further research is needed to deepen the understanding of these relationships. Future research directions include the need for longitudinal studies, the examination of factors involved in the transition from adaptive to problematic social media use, and the development of psychotherapeutic interventions and government measures incorporating these constructs.

**Keywords:** Social media, mentalization, reflective functioning, dissociation.

## Índice

Introducción.....	6
<i>Redes sociales y su uso problemático.....</i>	6
<i>Disociación.....</i>	11
<i>Mentalización.....</i>	16
<i>Objetivos.....</i>	21
<i>Estrategia de búsqueda.....</i>	22
<i>Variables.....</i>	22
<i>Análisis de datos.....</i>	24
Resultados.....	25
<i>Resultados de la búsqueda.....</i>	25
<i>Características metodológicas.....</i>	26
<i>Características de la muestra.....</i>	29
<i>Relación entre disociación y redes sociales.....</i>	29
<i>Relación entre mentalización y redes sociales.....</i>	33
<i>Relación con otras variables.....</i>	34
<i>Análisis de riesgo de sesgo metodológico de los estudios.....</i>	38
Discusión.....	40
<i>Limitaciones.....</i>	50
<i>Futuras líneas de investigación.....</i>	51
Conclusiones.....	52
Referencias.....	54
Anexo A.....	81

Anexo B.....	83
Anexo C.....	87

## Introducción

### *Redes sociales y su uso problemático*

Las redes sociales están transformando la manera en la que nos relacionamos tanto con los demás como con nosotros mismos. Los usuarios activos de redes sociales, tales como el Instagram, Facebook o TikTok, suman ya más de cuatro billones a nivel internacional (She et al., 2023). En Estados Unidos, el 97.5% de adultos jóvenes informaron en 2016 de usar habitualmente al menos una plataforma de redes sociales (Villanti et al., 2017), mientras que el Instituto Nacional de Estadística (INE) estima que el 63% de la población española de entre 16 a 74 años ha utilizado redes sociales durante los últimos 3 meses (Instituto Nacional de Estadística, 2022).

Constituyen lo que se pueden denominar *psicotecnologías* debido a su influencia sobre el funcionamiento psico-social (De Kerckhove, 1995, citado en Schimmenti y Caretti, 2010). En caso de que su uso sea elevado, se puede asociar con síntomas tales como malestar psicológico (Chen y Lee, 2013; Sampasa-Kanyinga y Lewis, 2015; Stronge et al., 2019), autoestima baja (Woods y Scott, 2016), soledad (Griffiths et al., 2014) y niveles más bajos de bienestar psicológico (Twenge y Campbell, 2019). Además, se ha encontrado relaciones bidireccionales entre la ansiedad o la depresión y las redes sociales, por lo que su uso puede exacerbar y a su vez ser incrementado por la presencia de psicopatología ansiosa o depresiva (Lopes et al., 2022).

Además, la popularidad de las redes sociales ha facilitado la aparición del llamado Uso Problemático de Redes Sociales (*problematic social media use*, PSMU). El PSMU está caracterizado por una atención y un uso excesivo de las redes sociales en forma de preocupaciones y compulsiones incontrolables que se mantienen a pesar de las consecuencias negativas que pueda acarrear (Schou Andreassen y Pallesen, 2014; Bányai et al., 2017).

Aumenta la probabilidad de que surja a mayor tiempo de uso de las redes sociales, junto a otros factores de vulnerabilidad como ser mujer, tener un nivel educativo bajo o ser joven (Andreassen et al., 2017; Bányai et al., 2017; Henzel y Håkansson, 2021; Savci et al., 2022; Starcevic et al., 2023; Su et al., 2020).

Aunque el PSMU no está reconocido en los manuales diagnósticos (Ej.: DSM-V y ICD-11), existe cierto consenso de que se puede contemplar como una adicción comportamental (Andreassen, 2015; Griffiths, 2005; Griffiths et al., 2014; Shannon et al., 2022; Wu et al., 2024; Young, 1998). Esto se debe a las similitudes que presenta con respecto al abuso de sustancias o la ludopatía, compartiendo síntomas tales como la tolerancia, la dependencia, la abstinencia, los cambios de humor o las recaídas (Echeburúa y de Corral, 2010; Griffiths, 2012; Griffiths et al., 2014; O'reilly et al., 2018), así como comorbilidad en los mecanismos neuronales implicados (Aydın et al., 2020; Lee et al., 2021).

No obstante, no todos los autores o los estudios apuntan a una visión exclusivamente negativa y pesimista de las redes sociales. Se ha argumentado que las psicotecnologías, incluyendo las redes sociales, “facilitan interacciones más allá del tiempo, género, raza y de las fronteras geográficas; sostienen la cultura y la democracia mediante el intercambio de conocimientos, información y artes” (Schimmenti y Caretti, 2010; pg. 117). En contra de la visión exclusivamente psicopatológica de estas, una revisión de metaanálisis (Valkenburg, 2022) encontró que no existe un claro consenso sobre la relación entre el uso de redes sociales y el bienestar psicológico.

En consonancia con este punto, Elliott y Urry (2010) utilizan el concepto de contención emocional para explicar cómo las tecnologías móviles, debido a su carácter inmaterial y asíncrono, pueden permitir estructurar y modular las demandas afectivas y las presiones de la sociedad contemporánea. Los mensajes, correos y publicaciones pueden

abrirse, cerrarse y posponerse para que el individuo se exponga a ello cuando se sienta preparado emocionalmente (Krzych, 2013).

La corriente psicodinámica puede ofrecer marcos teóricos que permiten comprender el modo en que el uso de estas plataformas se vuelve problemático y puede impactar negativamente sobre la subjetividad, el bienestar y la salud mental. En este sentido, una lectura posible del del PSMU lo consideraría como una estrategia compensatoria cuya finalidad consiste en lidiar con vulnerabilidades psicológicas (Kardefelt-Winther, 2014; Kardefelt-Winther, 2017; Kardefelt-Winther et al., 2017; citados en Santoro et al., 2024), entre las que se puede encontrar la alexitimia (Barbar et al., 2021; Ding et al., 2024; Gori y Topino, 2023; Gori et al., 2024), la desregulación emocional (Gioia et al., 2021; Lim et al., 2020; Russo et al., 2022; citados en Santoro et al., 2024), la soledad (Marttila et al., 2021; O'Day y Heimberg, 2021; Wu et al., 2024) miedo a perderse algo (FOMO, por sus siglas en inglés *fear of missing out*; Fioravanti et al., 2021) o la autoestima (Saiphoo et al., 2020; Sommantico et al., 2023) entre otras.

Desde el modelo psicodinámico, se pone el énfasis en cómo el PSMU puede suponer una estrategia defensiva para compensar ciertas vulnerabilidades. En esa línea, Gritti et al. (2023) proponen que el móvil puede funcionar como objeto transicional para aliviar malestar psicológico y vulnerabilidades psíquicas, debido a su potencial para conectar digitalmente con otros significativos. Herdi (2023) da un paso más específico en esa dirección al proponer que la actividad de *scrolling* puede conceptualizarse como un nuevo mecanismo de defensa neurótico, denominado *flowing*. Este “consiste en acceder inconscientemente a aplicaciones de redes sociales y pasar rápidamente los contenidos presentados sin atención consciente para aliviar temporalmente la angustia mental” (p. 1). Se ha de considerar que este mecanismo de defensa, al igual que los demás, puede ser adaptativo para regular el malestar siempre que no se use de forma abusiva y patológica.

Otros autores trasladan el foco de la mencionada perspectiva regulatoria, en el que la función del *flowing* es la de evitar y reducir la activación emocional, a otra más dinámica. Proponen así que una de las defensas con las que comparte cierto paralelismo es la fantasía autista/ retraimiento a la fantasía (Di Giuseppe y Perry, 2021; Kelly, 2025). La fantasía permite adquirir un sentido de control y poder sobre conflictos angustiosos imaginando posibles soluciones o alternativas. En el *flowing*, la inmersión en el mundo digital permitiría obtener gratificación vicaria de deseos conflictivos inconscientes, visualizando contenido en redes sociales relacionados con la agresividad, la limpieza, el poder, el erotismo, etc. Proporciona entonces una función simbólica compensatoria que podría contribuir a su carácter repetitivo y adictivo. En consonancia a esta hipótesis, Nancy McWilliams (2025) consideró que el retraimiento a la fantasía puede ser una defensa presente en ciertos individuos con tendencia a refugiarse en un mundo estimulante repleto de fantasía cuando el mundo externo resulta problemático o afectivamente empobrecido.

Goldschein (2021) explica este proceso desde la metapsicología freudiana. El espacio virtual de internet permitiría experimentar gratificación de las fantasías reprimidas del ello mediante una distancia óptima en la que el individuo mantiene la conciencia de que no son reales, produciendo una especie de inhibición superyoica. Sin embargo, es posible que ambas posiciones no sean completamente opuestas y se puedan integrar en un marco coherente y contemporáneo. En un primer lugar, el uso del PSMU y el scrolling tendría la función de evitar experimentar conscientemente afectos y angustias dolorosas, mientras que ofrece como beneficio secundario experiencias de exploración identitaria, conexión interpersonal y contacto con fantasías que ayudan a sostener configuraciones defensivas del self.

Añadiendo una perspectiva kleiniana, Kelly (2025) concluye que el *flowing* tiene la función de defender a la persona de ansiedades depresivas tales como la pérdida, la soledad o la sensación de carencia. Involucraría una *simulación esquizoparanoide* en el que las redes

sociales sumergen al individuo en una experiencia de polarización y omnipotencia. De hecho, su estudio encontró que los participantes describían de manera polarizada la experiencia con el móvil (“entretenido, necesario, excitante...”) aunque en ocasiones entrasen en contacto con la ambivalencia que produce (“relación amor-odio, atrapante...”), reforzando la hipótesis de que se vuelve un objeto parcial al activar modos más primitivos de la organización de la consciencia. Estos datos se encuentran en sintonía con la teoría de Hinchliffe (2019) que contempla el uso abusivo del móvil o las redes sociales como el reencuentro con un *pecho ideal digital*. Cuando se experimenta como gratificante y omnipotente en base a los algoritmos que lo sustentan, se convierte en un objeto ideal que suele devaluarse en cuanto produce frustración y adicción.

Según Marek (2023), las redes sociales también implican una *reducción semántica* que reduce cualitativamente la compleja experiencia cognitiva-afectiva a estímulos fragmentados como textos breves, imágenes o videos que impiden conectar con significados y sentimientos más profundos. De forma similar, Graham (2013) sugiere que la comunicación establecida en las redes sociales se asimila a modos tempranos de procesamiento mental anteriores al desarrollo del pensamiento simbólico y el lenguaje.

Otro modelo similar post-kleiniano que teoriza sobre la función defensiva de la adicción a la tecnología es el de Schimmenti y Caretti (2010). Para ello, utilizan el concepto de *refugios psíquicos* de Steiner (1993) conceptualizados como partes de la mente con función defensiva organizadas por relaciones objetales primitivas que alejan al individuo de la realidad frustrante. Estos permiten proteger al individuo del conflicto interno caracterizado por el sufrimiento emocional, el miedo a la pérdida, la agresión, angustias de fragmentación o sentimientos de vacío. Dicha función defensiva se ve apoyada por datos cualitativos que registraron en el estudio de Kelly (2025), en el que los participantes reportaron usar el

scrolling para escapar, distraerse, apagar o esconderse de estados de ansiedad, vulnerabilidad o soledad, entre otros.

### *Disociación*

Se ha de tener en cuenta que el *flowing* probablemente no sea el único mecanismo de defensa implicado en el PSMU. Herdi (2023) argumenta que la disociación puede ser la defensa con mayor similitud al *flowing*, aunque no constituyan conceptos análogos debido a que el *flowing* se manifiesta específicamente a través del scrolling y no supone necesariamente una dificultad para integrar el contenido disociado con el resto del funcionamiento mental.

El DSM-5 define la disociación como una alteración o discontinuidad en la integración normal de diversas funciones psicológicas, tales como la conciencia, la memoria, la identidad, la emoción, la percepción y el comportamiento (American Psychiatric Association, 2013). Desde el marco psicodinámico, se puede concebir como un proceso defensivo que segrega emociones, representaciones objetales o recuerdos de la conciencia y del sentido del self, frecuentemente como respuesta ante eventos traumáticos (Howell, 2011).

Muchos académicos proponen que la disociación existe en un continuo, con un extremo de mayor psicopatología donde se encuentran síntomas derivados del trauma que definen trastornos disociativos, y otro extremo más normativo o leve caracterizado por una experiencia cotidiana de segregación que favorece el equilibrio afectivo, la focalización y la adaptación a escenarios vitales diversos (Bernstein y Putnam, 1986; Butler, 2004; Hilgard, 1977; Ludwig, 1983; citado en Baughan et al., 2022). Este segundo extremo se conceptualiza como *disociación normativa*, e implica excluir de la atención consciente la elaboración de contenidos como los estímulos, emociones, pensamientos o recuerdos.

Algunos ejemplos de disociación normativa son la ensoñación, quedarse absorto realizando un trabajo o viendo una película (Butler, 2004; Butler, 2006; citado en Baughan et

al., 2022). Otra manera de acceder a un estado de disociación normativa es a través de las redes sociales, lo cual puede ser un proceso beneficioso a nivel cognitivo al proporcionar un tiempo de descanso para el procesamiento mental (Butler, 2004; Butler, 2006; citado en Baughan et al., 2022).

Sin embargo, las reacciones por haberse sumergido en dicho estado disociativo a través de las redes sociales pueden variar desde una experiencia relajante y satisfactoria a una donde predomina la vergüenza, la rabia, decepción, frustración o culpa por el tiempo que se ha perdido en un estado del que no se tenía control consciente y que se podía haber invertido en otras actividades más significativas a nivel relacional, productivo o creativo (Baughan et al., 2022; Kelly, 2025). Esto se debe en parte a que dicho estado disociativo normativo implica una falta de autocontrol, agencia y auto-consciencia reflexiva que dificulta la salida voluntaria del scrolling (Baughan et al., 2022).

Investigadores como Baughan et al. (2022) consideran que la disociación normativa puede ser un marco más coherente para comprender el abuso de redes sociales que los que únicamente lo contemplan como una adicción. Su estudio propone que las redes sociales están conformadas por diseños interactivos que impulsan la inclinación natural humana a experimentar estados de disociación normativa, con el fin de aumentar el tiempo de consumo. Además, el ciberespacio y la sobreestimulación asociada al abuso de redes sociales pueden inducir distintos grados de disociación más allá de la disociación normativa (Ozturk, 2022a), especialmente en individuos con tendencia previa a disociarse (Greenfield, 1999; Ozturk, 2022b).

Su potencial adictivo también puede contemplarse como una consecuencia del diseño empleado por las corporaciones que manejan las redes sociales (Orlowski, 2020). Se ha propuesto que los algoritmos promueven una lógica estructural enraizada en el capitalismo neoliberal, cuyo objetivo no es satisfacer el deseo del consumidor, sino mantenerlo a través

de la falta. Ofreciendo satisfacciones parciales e introduciendo constantemente nuevos objetos y novedades, mantienen el deseo de consumo crónicamente activado (Flisfeder, 2021) mediante la actividad subcortical del sistema primario de búsqueda (SEEKING; Kelly, 2025; Solms, 2021).

En línea con las anteriores aportaciones, incluir los factores interpersonales y socioculturales involucrados en la relación entre redes sociales y disociación nos permite expandir la visión occidental intrapsíquica de esta última, que frecuentemente relega los aspectos comunales y colectivos que lo componen (Krüger et al., 2007). Es posible que la sobreestimulación dirigida hacia comunidades e individuos facilite, precipite o mantenga estructuras de opresión social (Sar y Ozturk, 2013). La disociación, concebida como un mecanismo de defensa, permite mantener la coherencia interna en condiciones sociales dominadas por mensajes conflictivos, parcializados, irrelevantes y caracterizados por una degradación semántica (Kelly, 2025; Krüger et al., 2007; Marek, 2023; Sar y Ozturk, 2013). Ozturk (2022a) llega a opinar en su modelo *dissoanalítico* que los individuos y las sociedades están siendo manejadas por aplicaciones y plataformas de redes sociales disociogénicas que imponen una “adaptación mediante la división”.

No obstante, la visión psicodinámica relacional de la disociación también ha evitado caer limitaciones individualistas. Ya fue Sullivan (1953) quien propuso que los factores socioculturales influyen en el impulso y el mantenimiento de modos de experiencia disociativos. Poniendo un acento sobre los procesos interpersonales, teorizó que ciertos aspectos del self no se integraban en la experiencia del mismo por provocar desaprobación en los cuidadores primarios, conformando así un *no-yo*.

Bromberg (2004) desarrolla un modelo similar para explicar los procesos disociativos, considerando que la consciencia está conformada por estados discontinuos y discretos. Las situaciones traumáticas implican el conflicto por dos estados de conciencia o algoritmos

aparentemente incompatibles y fuerzan que una de las experiencias se desenganche del procesamiento cognitivo y se mantengan los datos en crudo sin ser simbolizados. Este proceso es el que caracteriza la disociación, y los estados a los que se les niega el acceso a la conciencia conforman el no-yo. En el contexto de las redes sociales y el internet, algunos factores tales como la anonimidad o la desinhibición causada por la disociación normativa podrían facilitar la expresión de estados del self disociados. En otras palabras, un uso compulsivo de estas plataformas posibilita la activación de estados no-yo que buscan la integración con el resto del self, provocando un *enactment* en el espacio virtual (Goldschein, 2021).

Estas propuestas se pueden ver apoyadas por modelos emergentes que sitúan las perturbaciones de apego como causa principal, o incluso única, del desarrollo de procesos disociativos (Anderson y Alexander, 1996; Liotti, 2006; Schimmenti et al., 2025), incluso cuando dichos estresores vinculares no han sido extremos (Guérin-Marion et al., 2020). Asimismo, el trauma infantil se ha visto asociado a la adicción a redes sociales (Chegeni et al., 2023; Elkin et al., 2025; Kircaburun et al., 2020; Ozturk et al., 2025; Worsley et al., 2018) y puede ser un factor crucial a la hora de determinar el grado de severidad de disociación producida o exacerbada por dicha adicción (Baughan et al., 2022; citado en Ozturk et al., 2025).

Algunos autores consideran que el contexto en el que se produce el evento traumático determina distintos tipos de disociación (Ozturk et al., 2025). Cuando el estresor traumático se produce en la vida real externa al entorno digital se denomina *disociación online* y consiste en un deterioro en la integración de distintas funciones (memoria, autoconciencia, identidad o somatosensoriales) en respuesta y reacción tanto a las actividades online realizadas de forma compulsiva como al trauma (Boysan et al., 2019). En cambio, los eventos traumáticos que ocurren en el ciberespacio, como el ciberbullying o el ciberacoso, se denominan *cibertraumas*

y pueden contribuir a una forma de disociación llamada *ciberdisociación* (*cyber dissociation*; Wood et al., 2022). Este tipo de disociación ocurre de forma específica en entornos digitales e incluye adicionalmente intensas oscilaciones en la identidad, pudiendo contribuir al desarrollo de identidades digitales alternativas consolidadas y a confusión identitaria (Ozturk et al., 2025). Sin embargo, en su desarrollo también participan otros factores tales como la sobreestimulación de redes sociales (Ozturk y Erdogan, 2022), permanecer extensos períodos de tiempo activo en redes sociales (Ozturk, 2022a; Ozturk y Erdogan, 2022) o eventos traumáticos de la vida real (Ozturk et al., 2025).

De nuevo, se ha teorizado que la función de dicha disociación es la de defenderse de afectos y contenidos psíquicos traumáticos. Schimmenti y Caretti (2010) opinan que, en los casos más graves, los refugios psíquicos conformados por una adicción tecnológica se sostienen en mecanismos disociativos que impiden que los estados y las memorias traumáticas se reactiven y alcancen la conciencia. Señalan que “en tales casos quizá sea mejor definir los refugios psíquicos como pozos psíquicos, donde sentimientos, estados mentales y partes de uno mismo se entierran y pierden en el olvido” (p. 117). Pero lejos de integrar los contenidos traumáticos, la retirada compulsiva hacia pozos psíquicos gobernados por la fantasía puede crear conflictos en las relaciones cercanas y contribuir a la aparición de malestar emocional que retroalimenta el arraigado bucle disociativo (Graciyal y Viswam, 2021; Lewis y West, 2009).

En un principio, pueden parecer contradictorias las tesis de que las redes sociales impiden la reactivación consciente de contenidos traumáticos (Schimmenti y Caretti, 2010) con la hipótesis de que permiten la expresión de estados del self disociados (Goldschein, 2021). En caso de optar por una integración de las teorías expuestas, sería debatible opinar que el uso compulsivo de las redes sociales evitan que los contenidos traumáticos se revivan

de forma perturbadora en entornos no digitales, y habilita la aparición de dichos estados en un entorno virtual protegido por la disociación.

### *Mentalización*

Varios autores psicodinámicos han llegado a teorizar que la disociación y la capacidad de simbolización pueden formar parte de un mismo continuo. Por ejemplo, Bion (1962) consideró que la experiencia mental en un principio se conforma por fragmentos emocionales, sensoriales y proto-pensamientos primitivos que deberían ser simbolizadas mediante la función de pensar o *función alfa* para poder ser integradas en el psiquismo. Los fallos en esta función llamados *ataques al pensamiento* dejarían la experiencia cruda sin elaborar (Bion, 1959). Donnel Stern (1983) en su modelo constructivista-conexionista dual añade que la experiencia no formulada es una experiencia disociada. Aunque todo ser humano sacrifica contenido psíquico que deja sin formular y excluye de la consciencia debido a una gestión de los recursos atencionales y cognitivos disponibles, este proceso también puede tener una función defensiva inconsciente.

Uno de los marcos contemporáneos en mayor auge que desarrolla esta capacidad de simbolización es el de la teoría de la mentalización. La mentalización puede definirse como la capacidad de comprender la conducta propia y ajena en base a estados mentales y procesos psicológicos subyacentes, como pensamientos, emociones, deseos o fantasías (Fonagy, et al., 2002). Según el desarrollo vital, las personas pueden sufrir en su desempeño de esta habilidad fallas más puntuales y contextuales, debido a la activación de modelos internos de apego, mecanismos de defensa o un alto arousal emocional, o pueden tener déficits más generalizados y estructurales (Bateman y Fonagy, 2016; Luyten et al., 2012).

En cuanto a su dimensión evolutiva, esta se desarrolla dentro del contexto de las relaciones de apego con los cuidadores primarios en base a la calidad de las respuestas de

contingencia y marcación que manifiestan frente a las necesidades y los afectos del infante (Fonagy et al., 2002). Esta teoría del desarrollo comparte similitudes y se puede complementar con otros marcos como el de la *psicología del self* de Kohut (1977), el cual desarrolla de qué manera las experiencias tempranas con los cuidadores primarios establecen los fundamentos para la construcción de la autoestima y la cohesión del self mediante su función de *objetos-sí mismo*. También es compatible con los mencionados aportes de la disociación. La disociación es una defensa que protege al niño, y después al adulto, para lidiar con un intenso dolor psíquico y permite mantener cohesionado el mundo interno. Pero al mismo tiempo, este proceso le impide poder desarrollar la mentalización (Martínez Ibáñez, 2010).

La mentalización involucra una red compleja de funciones cognitivas y afectivas que sustentan una gran variedad de funciones, tales como la regulación afectiva (Bersani et al., 2022), el sentido del self (Fonagy et al., 2002), la identidad (Imperato et al., 2023) o el autocontrol (Fonagy, 2018). De hecho, Bouchard y Lecours (2008; citados en Savov y Atanassov, 2013) hacen referencia a la mentalización como el sistema inmune de la psique, siendo capaz de protegerlo de presiones internas y externas.

Para poder evaluar y estudiar en contextos científicos el proceso psicológico que subyace a dicha capacidad, la mentalización se ha operativizado mediante el término de *función reflexiva* (Katznelson, 2014). Además, de manera reciente se ha comenzado a estudiar e hipotetizar sobre la relación entre función reflexiva y adicciones, debido a las funciones que involucra en torno a la regulación emocional, control de impulsos y capacidad de representar estados mentales dolorosos sin tener que recurrir a conductas externas desadaptativas (Fonagy, 2018). La investigación actual también indica que los fallos de mentalización están implicados en el desarrollo de diversos comportamientos adictivos, entre los que se encuentran la adicción a sustancias (Handeland et al., 2019; Pischitta et al., 2023)

y al alcohol (Imperator et al., 2020), juego patológico (Ciccarelli et al., 2021, 2022) y el uso problemático del teléfono móvil (Musetti et al., 2020).

Por tanto, cabe la posibilidad de que la función reflexiva también esté involucrada en comportamientos adictivos en relación al uso de las redes sociales. A nivel teórico, puede resultar útil utilizar de base el modelo motivacional del uso problemático de internet, el cual engloba las redes sociales (Schimmenti, 2023). Desde esta perspectiva, el foco de esta patología se debe establecer en las distintas necesidades que se intentan satisfacer en relación a la historia vital del sujeto, entre las que destaca la motivación social y la regulación emocional (Chatterjee y Rai, 2023). Esta propuesta es complementaria a otras como la del modelo compensatorio de Kardefelt-Winther (2014), en el que el uso de ciertas aplicaciones de internet sirve para gratificar y compensar necesidades psicosociales insatisfechas.

Estos modelos se alinean con el hecho de que la función reflexiva es una capacidad esencial para el desarrollo emocional y social adaptativo del individuo (Fonagy y Allison, 2012). En el ámbito social, los déficits en dicha función pueden derivar en dificultades a la hora de relacionarse con los demás de forma satisfactoria. En estos casos, el PSMU puede emplearse como un objeto externo que lidie con emociones no mentalizadas en el seno de relaciones interpersonales fuera del contexto digital. Se utiliza entonces como un espacio que aporta mayor sensación de seguridad, predictibilidad y estabilidad que contrasta con la incertidumbre y la complejidad que caracteriza las relaciones interpersonales cara a cara (Imperato et al., 2023; Musetti et al., 2021; Santoro et al., 2024).

En el ámbito emocional, podría primar la motivación por lidiar con emociones aversivas (Chatterjee y Rai, 2023). Cuando la mentalización se ve comprometida, se puede hipotetizar que el individuo utiliza objetos externos para compensar dicha vulnerabilidad a la hora de simbolizar y dar sentido a estados afectivos displacenteros. En estos casos, la tecnología puede servir para suprimir, o disociar, emociones que resultan conflictivas debido

a déficits yoicos específicos que se compensan mediante diversas actividades digitales (Goldschein, 2021) que permiten que el móvil se transforme en un *yo auxiliar* (Graham, 2013).

Esta actividad defensiva ha sido desarrollada por numerosos autores psicodinámicos en terminología objetal. El concepto de objeto-droga de Ogden (1989) se ha aplicado para describir el uso problemático de la tecnología que realizan aquellos sujetos que han sufrido deficiencias en el desarrollo emocional del self por fallos en las experiencias fundantes que ofrecen las figuras de apego. Este objeto-droga constituye un intento de metabolizar estados afectivos y mantener un sentido de continuidad del self a través de experiencias sensoriales en el mundo digital, con el fin de evitar la angustia de fragmentación psíquica (Schimmenti y Caretti, 2010).

Kohut (1977) consideró que la intención de consumo de sustancias en personas toxicómanas tenía la función de experimentar aquello que no recibieron por parte de sus objetos primarios. Aplicando al internet esta teoría, podría especularse que el uso abusivo de redes sociales constituye un intento por compensar las experiencias del objeto-sí mismo que no se recibieron mediante el uso de un objeto digital alternativo (Goldschein, 2021). Estos déficits en la construcción de la autoestima podrían manifestarse en la búsqueda de especularización narcisista en las redes sociales, ya sea a partir de los *likes*, las reacciones o las visualizaciones de otros usuarios (Celsi Vallejos, 2025).

No obstante, como se mencionó con anterioridad, la interacción con las redes sociales puede dejar al individuo con una sensación de carencia que perpetúa una búsqueda donde no se satisfacen las necesidades que se activan (Flisfeder, 2021; Goldschein, 2021). Para entender los posibles usos normativos y nocivos de las redes sociales conviene tener en cuenta la diferencia entre objeto transicional y objeto fetichado. Los objetos transicionales se utilizan temporalmente para alcanzar estados de mayor independencia, funciones yoicas más

maduras y un sentido del self más estable; mientras que los objetos fetichizados no contribuyen al proceso de simbolización ni de individuación (Sloate, 2008), sino que el adulto se aferra a ellos patológicamente aunque no contribuyan al crecimiento psíquico (Greenacre, 1969).

De forma similar, Kahoud (2023) explica cómo las pantallas de los dispositivos móviles son pseudo-objetos que no responden ni implican reciprocidad, sino que únicamente sirven para recibir proyecciones y ser manipuladas. Además, se ha de tener en cuenta que la mentalización requiere de un contexto interpersonal que favorezca la comprensión de la conducta en términos de estados mentales y en el que los individuos sean reconocidos como agentes intencionales con subjetividad propia (Campbell y Allison, 2022). Estas características frecuentemente pueden estar ausentes en la comunicación en redes sociales, donde priman los estímulos no verbales y una reducción semántica (Graham, 2013; Marek, 2023). Este entorno digital se podría contemplar entonces como un medio no reparador ni mentalizador que, en terminología de Masud Khan (1979), propicia el establecimiento de configuraciones perversas en los que los otros son utilizados como objetos instrumentales al servicio de las necesidades narcisistas o afectivas del self.

Más allá de la teoría, la tesis doctoral de Goldschein (2021) aporta evidencia cualitativa a varias de las hipótesis que se han ido proponiendo. El análisis temático que realizó reveló que, en primer lugar, los recuerdos infantiles de los participantes estaban relacionados con conflictos centrales de su personalidad. Además, la capacidad de mentalización de los participantes parecía reducirse en relación con las áreas relativas al conflicto, déficit que intentaban compensar mediante el uso de medios digitales. Asimismo, se observó que los participantes intentaban reemplazar a objetos vitales del pasado mediante el uso de la tecnología. Sin embargo, concluyó lo siguiente:

A diferencia de un objeto transicional, el uso de la tecnología como objeto no creó un espacio transicional desde el que los participantes pudieran aprender a mentalizar e integrar estas experiencias psíquicas; más bien, la tecnología-objeto colapsó el espacio e inhibió la función de mentalización que perpetuaba una experiencia disociativa, o desconexión mente-cuerpo que impedía la integración de la experiencia (pp. 5–6).

El estudio apoya de esta manera las hipótesis de que las experiencias deficitarias y traumáticas de apego producen áreas disociadas que se intentan compensar mediante un uso tecnológico que, más allá de integrar estas experiencias, perpetúa el bucle disociativo y las fallas de mentalización sobre dichos contenidos psíquicos.

### *Objetivos*

El incremento del uso de las redes sociales en la actualidad hace necesario profundizar en el análisis de su impacto sobre la salud mental. En este sentido, resulta conveniente desarrollar una base teórica psicodinámica unificada que emplee conceptos contemporáneos como la disociación o la mentalización para comprender la relación entre el uso problemático de redes sociales y distintos procesos dinámicos y capacidades psíquicas.

Debido a la ausencia de revisiones sistemáticas que analicen la relación entre las redes sociales y la disociación o la mentalización, la presente revisión sistemática surge con la intención de contribuir a paliar esta laguna en la investigación. Por tanto, el objetivo principal del estudio es recopilar estudios empíricos que examinen la relación entre la mentalización o la disociación y distintas formas de uso de redes sociales, incluyendo el uso general, el uso problemático y diversas subdimensiones asociadas a estas plataformas.

## **Método**

### *Estrategia de búsqueda*

Se realizó una búsqueda sistemática a lo largo del mes de diciembre de 2025, utilizando cuatro bases de datos bibliográficas: *Psycinfo*, *Medline*, *Scopus* y *Web of Science (WOS)*. Se utilizó la misma ecuación de búsqueda combinando términos relacionados con redes sociales, disociación y mentalización mediante operadores booleanos, adaptando los filtros y especificaciones a cada base de datos correspondiente (véase Tabla A1).

Se consideraron como criterios de elegibilidad los siguientes: (a) estudios empíricos cuantitativos, (b) que midan de forma cuantitativa las variables de mentalización o disociación, (c) que evalúen de forma cuantitativa el uso general de redes sociales, uso problemático (PSMU) y/o subdimensiones asociadas a su uso, (d) redactados en español o en inglés y (e) publicados entre los años 2010 y 2025.

### *Variables*

La mentalización se operativizó de tres maneras diferentes. En primer lugar, se conceptualizó la función reflexiva como constructo general, definida como la capacidad de comprender la conducta como producto de estados mentales y procesos psicológicos, tales como son las emociones, pensamientos, deseos o actitudes (Fonagy y Allison, 2012). Cabe destacar que aunque incluye procesos metacognitivos, no se reduce únicamente a este dominio (Ridenour et al., 2019). Dentro de este constructo, se distingue entre la hipermentalización y la hipomentalización como posibles subdimensiones que representan fallos en la mentalización. La hipermentalización ocurre cuando el individuo sobreinterpreta y tiene una certeza excesiva sobre la naturaleza de sus estados mentales o los de los demás, ignorando la cualidad inferencial y opaca que les caracteriza. En cambio, la hipomentalización implica un empobrecimiento en la capacidad de atribuir a uno mismo y a los demás estado mentales que

subyacen su comportamiento, con una ausencia de certeza y un alto grado de ambigüedad (Fonagy et al., 2016).

Por otro lado, la disociación se definió como una alteración o discontinuidad en la integración normal de diversas funciones psicológicas, como pueden ser la conciencia, la memoria, la identidad, la emoción, la percepción y el comportamiento (American Psychiatric Association, 2013). Suele incluir subfactores tales como la desrealización y la despersonalización, la amnesia disociativa y la absorción e implicación imaginativa. Además, se identificaron otros tipos de disociación más específicos, como puede ser la disociación online, la ciberdisociación o la disociación corporal. La disociación online es un deterioro en la integración de distintas funciones en reacción a actividades online realizadas de forma compulsiva (Boysan et al., 2019). De manera similar, la ciberdisociación involucra también cambios marcados en la identidad, incluyendo subfactores como la confusión de identidad online, la adopción de identidades alternativas virtuales o la amnesia en contextos digitales (Ozturk et al., 2025). En cambio, la disociación corporal se definió como la tendencia a evitar y desconectarse de la propia experiencia corporal y emocional (Price y Thompson, 2007).

En cuanto a las redes sociales, se distinguieron tres formas principales de uso evaluadas en los estudios incluidos: 1) el uso general de redes sociales, centrado habitualmente en el tiempo de conexión empleado o en determinadas características de su utilización; 2) el uso problemático de redes sociales (PSMU); y 3) diversas dimensiones específicas asociadas a su uso, como la comparación social o la búsqueda de retroalimentación a través de estas plataformas. Asimismo, estas distintas formas podían referirse tanto al uso global de redes sociales como al de plataformas específicas (ej.: Instagram).

### *Análisis de datos*

En primer lugar, se analizaron las variables que evaluó cada artículo, diferenciando entre aquellos estudios que miden la relación entre disociación y redes sociales, y los que se enfocan en la relación entre mentalización y redes sociales. No se identificaron estudios que evaluaran simultáneamente las tres variables.

Después, se observó el tipo de uso de redes sociales que midió cada artículo, distinguiendo entre uso general de redes sociales, PSMU, y dimensiones asociadas al uso de redes sociales. Asimismo, se observó si se cuantificaron mediante instrumentos validados o cuestionarios *ad hoc*. El mismo procedimiento se siguió por un lado en torno a la mentalización, distinguiendo entre función reflexiva general, hipomentalización o hipermentalización; y por otro en torno a la disociación, discriminando entre disociación como constructo general, disociación online, ciberdisociación o disociación corporal.

En relación con los resultados, se recogieron los datos numéricos de las correlaciones de Pearson utilizadas. No se incluyeron los datos numéricos relativos a los modelos de mediación, regresión o análisis de redes, por considerar que no se pueden realizar comparaciones directas entre ellos al depender de las demás variables de estudio. No obstante, después se procedió a identificar si las distintas variables de interés aparecían como predictoras en los distintos modelos. Además, se recogió información sobre los resultados de la relación entre las variables de interés y otras variables contempladas en los modelos, las cuales fueron clasificadas como relativas al desarrollo y antecedentes relacionales, a los procesos del self e identidad, a habilidades cognitivo-afectivas o a psicopatología y sintomatología clínica.

Por último, el riesgo de sesgo se evaluó mediante un enfoque basado en dominios inspirados en la herramienta ROBINS-E (Higgins et al., 2024), adaptado a las características de los estudios observacionales incluidos.

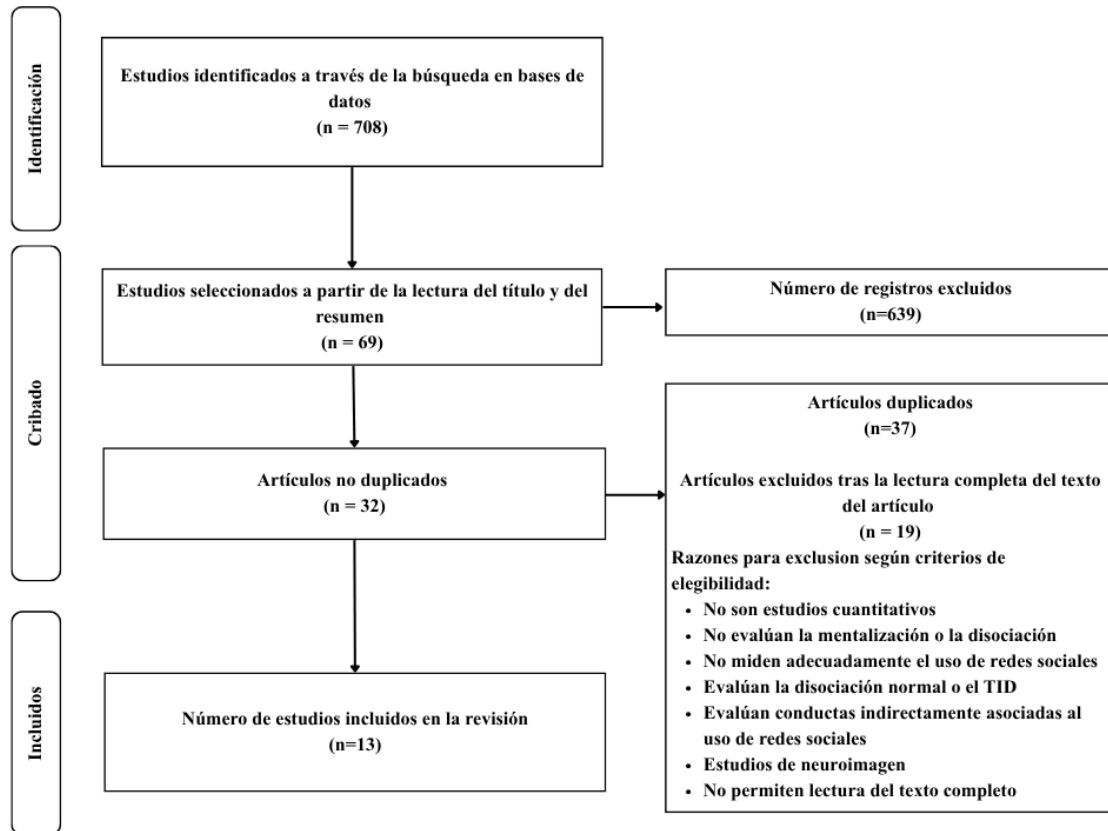
## Resultados

### *Resultados de la búsqueda*

Se obtuvieron un total de 708 artículos a través de las bases de datos. Después, se realizó un primer cribado a partir de la lectura del título y del resumen. Se descartaron todas aquellas publicaciones que: 1) no fuesen estudios empíricos cuantitativos, 2) estuviesen en un idioma diferente al español o al inglés, 3) no evaluaran la variable de mentalización o la de disociación, 4) no midieran de forma específica el uso general de redes sociales, PSMU, o subdimensiones derivadas del uso de redes sociales, 5) que evaluaran exclusivamente la disociación no patológica (ej.: absorción cognitiva) o el Trastorno por Identidad Disociativo (TID), 6) que evaluaran exclusivamente conductas específicas asociadas indirectamente a las redes sociales (ej.: sharenting, sexting...), 7) aquellos que se enfocasen exclusivamente en análisis de neuroimagen y 8) aquellos que no permitieran acceso al texto completo. Tras este primer cribado, se obtuvieron 69 artículos, cifra que se redujo a 32 tras la eliminación de duplicados. Una vez se aplicó el último cribado de lectura del artículo completo de las publicaciones, en base a los criterios de elegibilidad, se seleccionó una muestra de 13 artículos (Figura 1).

Figura 1

Diagrama de flujo sobre el proceso de selección de los artículos



### Características metodológicas

En línea con los criterios de inclusión, los trece estudios incluidos son observacionales. La mayoría son transversales a excepción de uno longitudinal (Casale et al., 2025). Dentro de los estudios transversales, 7 utilizan modelos de mediación (58.3%; Bersani et al., 2022; Imperato et al., 2023; Kircaburu et al., 2020b; Musetti et al., 2021; Musicò, 2025; Santoro et al., 2024; Venta et al., 2019), 3 incluyeron análisis de regresión (25%; Calaresi et al., 2025; Temler et al., 2024; Terzioğlu y Uğurlu, 2023), uno análisis de redes (8.3%; Bassi et al.,

2024) y otro consiste en una validación de un instrumento (8.3%; Ozturk et al., 2025; Tabla B1).

Para evaluar el uso de redes sociales, algunos estudios emplearon instrumentos que miden su uso problemático, como el *Bergen Social Media Addiction Scale* (BSMAS; Andreassen et al., 2016; versión italiana adaptada por Monacis et al., 2017), el *Internet Addiction Test–Social Networking Site* (IAT-SNS; Young, 1998; versión italiana adaptada por Ferraro et al., 2007), el *Social Media Use Questionnaire* (SMUQ; Xanidis et al., 2016; utilizado en muestra turca por Kircaburun et al., 2020a) y el *Social Media Addiction Scale* (SMAS; Tutgun-Ünal y Deniz, 2015). Asimismo, otros estudios evaluaron el uso general de redes sociales a través de la subescala de *General social media usage* dentro del *Media and Technology Usage and Attitudes Scale* (MTUAS; Rosen et al., 2013) y de encuestas sociodemográficas *ad hoc*. Finalmente, otros estudios midieron variables asociadas al uso de redes sociales mediante la subescala de *Social Comparison and Feedback-Seeking* dentro del *Motivations for Electronic Interaction Scale* (MEIS; Nesi y Prinstein, 2018).

Para medir la variable de disociación, se utilizó el *Dissociative Experiences Scale* (DES; Bernstein y Putnam, 1986; versión turca adaptada por Yargıç et al., 1995), el *Dissociative Experiences Scale-II* (DES-II; Carlson y Putnam, 1993; administrado en población italiana en Schimmenti, 2016), el *Adolescent Dissociative Experiences Scale* (A-DES; Armstrong et al., 1997; versión italiana adaptada por Schimmenti, 2015), el *Van Online Dissociative Experiences Schedule* (VODES; Boysan et al., 2019), el *Cyber Dissociative Experiences Scale* (CDES; Ozturk et al., 2025) y la subescala de *Bodily Dissociation* de la *Scale of Body Connection* (SBC; Price y Thompson, 2007; versión italiana adaptada por Morganti et al., 2020).

En cuanto a la evaluación de la función reflexiva, se empleó el *Reflective Functioning Questionnaire* (RFQ-8; Fonagy et al., 2016; versión italiana adaptada por Morandotti et al.,

2018) y su subescala de *incertidumbre* (RFQ\_U), el *Mentalization Questionnaire* (MZQ; Hausberg et al., 2012; traducido al Italiano sin validación psicométrica por Innamorati et al., 2017) y el *Hypermentalizing Questionnaire* (HZQ; Sharp et al., 2025).

Con respecto a la evaluación de redes sociales, la mayoría de los estudios midieron el uso problemático de redes sociales (PSMU) a excepción de un estudio (Venta et al., 2019) que midió exclusivamente variables asociadas al uso de redes sociales. Además, 4 investigaciones (30.8%; Casale et al., 2025; Santoro et al., 2024; Temler et al., 2024; Terzioğlu y Uğurlu, 2023) evaluaron adicionalmente el uso general de redes sociales.

Por otro lado, 7 (53.8%; Calaresi et al., 2025; Casale et al., 2025; Kircaburu et al., 2020b; Musicò, 2025; Ozturk et al., 2025; Temler et al., 2024; Terzioğlu y Uğurlu, 2023) analizaron la relación entre redes sociales y disociación, mientras que 6 (46.2%; Bassi et al., 2024; Bersani et al., 2022; Imperato et al., 2023; Musetti et al., 2021; Santoro et al., 2024; Venta et al., 2019) examinaron la relación entre redes sociales y función reflexiva. De los estudios que incluyeron la variable disociación, 5 (71.4%; Calaresi et al., 2025; Casale et al., 2025; Kircaburu et al., 2020b; Ozturk et al., 2025; Temler et al., 2024) la evaluaron como un constructo general, 2 (28.6%; Casale et al., 2025; Musicò, 2025) como disociación corporal, 2 (28.6%; Ozturk et al., 2025; Terzioğlu y Uğurlu, 2023) como disociación online y 1 (14.3%; Ozturk et al., 2025) como ciberdisociación. Cabe aclarar que las categorías para esta variable no son mutuamente excluyentes. En cuanto a la función reflexiva, 3 (50%; Bassi et al., 2024; Musetti et al., 2021; Santoro et al., 2024) la evaluaron mediante indicadores de hipomentalización, 2 estudios (33.3%; Bersani et al., 2022; Imperato et al., 2023) como capacidad global de mentalización y 1 (16.7%; Venta et al., 2019) como hipermentalización.

### *Características de la muestra*

En relación a la edad de la muestra de los estudios, 6 (Casale et al., 2025; Musicò, 2025; Ozturk et al., 2025; Santoro et al., 2024; Temler et al., 2024; Terzioğlu y Uğurlu, 2023) están compuestos por adultos mayores de 18 años, seguido por 4 investigaciones (Calaresi et al., 2025; Imperato et al., 2023; Musetti et al., 2021; Venta et al., 2019) que incluyen adolescentes y 3 (Bassi et al., 2024; Bersani et al., 2022; Kircaburu et al., 2020b) enfocados en adultos jóvenes. En cuanto al género, la mayoría de estudios están compuestos tanto por hombres como por mujeres, a excepción de un estudio que incluye exclusivamente a mujeres (Musicò, 2025; Tabla B1).

La mayor parte de la población de los estudios es de nacionalidad italiana (Bassi et al., 2024; Bersani et al., 2022; Calaresi et al., 2025; Casale et al., 2025; Imperato et al., 2023; Musetti et al., 2021; Musicò, 2025; Santoro et al., 2024), seguida de población turca (Kircaburu et al., 2020b; Ozturk et al., 2025; Terzioğlu y Uğurlu, 2023), estadounidense (Venta et al., 2019) y un estudio en el cual no se especificó la nacionalidad de los participantes (Temler et al., 2024).

Por último, el reclutamiento se realizó a través de cuestionarios online distribuidos por redes sociales (Bassi et al., 2024; Bersani et al., 2022; Musicò, 2025; Ozturk et al., 2025; Santoro et al., 2024; Temler et al., 2024; Terzioğlu y Uğurlu, 2023), seguido por aquellos que se realizaron a través de institutos (Calaresi et al., 2025; Imperato et al., 2023; Musetti et al., 2021; Venta et al., 2019) o universidades (Casale et al., 2025; Kircaburu et al., 2020b).

### *Relación entre disociación y redes sociales*

La mayoría de estudios analizó la relación entre redes sociales y PSMU, mientras que uno de ellos evaluó específicamente el PSMU aplicado a *Instagram* (Musicò, 2025). Por otro lado, mientras que algunos estudios evaluaron el uso general de redes sociales mediante

cuestionarios *ad hoc* (Casale et al., 2025; Terzioğlu y Uğurlu, 2023), únicamente una investigación empleó un instrumento estandarizado para su evaluación e inclusión en análisis correlacionales (Temler et al., 2024; Tabla 1).

Todas las correlaciones que se encontraron entre disociación y uso de redes sociales (tanto general como PSMU) fueron positivas y significativas. La magnitud de estas asociaciones osciló entre  $r = .17$  a  $r = .78$ . La correlación más elevada alcanzó una puntuación de  $.78$  y se estableció entre la disociación online y el PSMU, seguida de una correlación de  $.57$  entre la ciberdisociación y el PSMU en ese mismo estudio (Ozturk et al., 2025). En cambio, en el extremo inferior la puntuación más baja correspondió a la relación entre disociación corporal y PSMU en uno de los casos ( $r = .17$ ), seguida de la subdimensión de la disociación *absorción e implicación imaginativa* (“*absorption and imaginative involvement*”) y el PSMU en ese mismo estudio ( $r = .27$ ; Casale et al., 2025).

En cuanto a los análisis multivariados (véase Tabla B2), los modelos de mediación y regresión mostraron en cuatro estudios que la disociación se asociaba al uso de redes sociales en calidad de variable predictora dentro de los modelos estadísticos empleados. En tres de ellos fue introducida como variable predictora del PSMU (Calaresi et al., 2025; Kircaburu et al., 2020b; Terzioğlu y Uğurlu, 2023), mientras que en uno de ellos como variable predictora del uso general de redes sociales (Temler et al., 2024). En relación al tipo de disociación, un estudio se enfocó en la disociación online (Terzioğlu y Uğurlu, 2023), mientras que los demás en la disociación como constructo general.

Asimismo, dos estudios sugirieron además una asociación longitudinal o mediacional entre el PSMU y determinadas dimensiones de la disociación (Casale et al., 2025; Musicò, 2025). En ambos casos se asoció longitudinalmente con mayores niveles posteriores de disociación corporal, y en uno de ellos se relacionó con mayores puntuaciones posteriores en absorción e implicación imaginativa (Casale et al., 2025).

Tabla 1

*Relación entre uso de redes sociales y disociación*

Estudio	Diseño	Tamaño muestral	Variables		Instrumentos		Coeficiente de correlación
			Redes sociales	Disociación	Redes sociales	Disociación	
Calaresi et al. (2025)	transversal con análisis de regresión	1216	PSMU	Disociación	BSMAS	A-DES	$r = .52^{**}$
Casale et al. (2025)	longitudinal	T0: 426 T1: 216	PSMU	Disociación	BSMAS	DES-II (subdimensiones de disociación)	$r = .27-.32^{**}$ (T0) $r = .30-.42^{**}$ (T1)
				Disociación corporal		SBC-BD	$r = .17^{**}$ (T0) $r = .41^{**}$ (T1)
Kircaburu et al. (2020b)	transversal con modelo de mediación	344	PSMU	Disociación	SMUQ	DES	$r = .30^{***}$
Musicò (2025)	transversal con modelo de mediación	219	PSMU (enfocado en instagram)	Disociación corporal	BSMAS	SBC-BD	$r = .37^{**}$
Ozturk et al. (2025)	transversal, validación de instrumento	746	PSMU	Disociación	SMAS	DES	$r = .52^{***}$
				Disociación online		VODES	$r = .78^{***}$
				Ciberdisociación		CDES	$r = .57^{***}$

Temler et al. (2024)	transversal con análisis de regresión	689	Uso de redes sociales	Disociación	MTUAS	DES	$r = .51^{**}$
Terzioğlu y Uğurlu (2023)	transversal con análisis de regresión	1514	PSMU	Disociación online	BSMAS	VODES	$\rho = .38^{***}$

*Nota.* PSMU = problematic social media use (uso problemático de redes sociales); BSMAS = Bergen Social Media Addiction Scale; A-DES = Adolescent Dissociative Experiences Scale; DES = Dissociative Experiences Scale; DES-II = Dissociative Experiences Scale-II; SBC-BD = subescala de Bodily Dissociation de la Scale of Body Connection; SMUQ = Social Media Use Questionnaire; SMAS = Social Media Addiction Scale; VODES = Van Online Dissociative Experiences Schedule; CDES = Cyber Dissociative Experiences Scale; MTUAS = Media and Technology Usage and Attitudes Scale; T0 = tiempo 0; T1 = tiempo 1;  $r$  = correlación de Pearson;  $\rho$  = correlación rho de Spearman. Los coeficientes correspondientes a Casale et al. (2025) representan rangos de correlaciones obtenidas para distintas subdimensiones disociativas.

$**p < .01$ .  $***p < .001$ .

### *Relación entre mentalización y redes sociales*

La mayoría de estudios analizó la relación entre PSMU y mentalización (véase Tabla 2). No obstante, uno de ellos incluyó una medida *ad hoc* sobre el uso general de redes sociales en los análisis correlacionales (Santoro et al., 2024), mientras que otro se centró exclusivamente en la variable de *comparación social* dentro del uso de redes sociales (Venta et al., 2019).

En cuanto a la mentalización, tres investigaciones la evaluaron mediante la subdimensión de hipomentalización (Bassi et al., 2024; Musetti et al., 2021; Santoro et al., 2024), dos como capacidad general de función reflexiva (Bersani et al., 2022; Imperato et al., 2023) y uno mediante hipermentalización (Venta et al., 2019). Cabe destacar que una de las investigaciones que evaluó la función reflexiva general lo codificó de manera que las puntuaciones bajas encontradas reflejan mayores niveles de hipomentalización (Imperato et al., 2023).

Teniendo esto último en cuenta, se observaron varias correlaciones positivas entre hipomentalización y PSMU (Bassi et al., 2024; Imperato et al., 2023; Musetti et al., 2021; Santoro et al., 2024). Además, uno de los estudios también encontró una correlación significativa entre hipomentalización y uso general de redes sociales, aunque de menor magnitud que la que se halló con respecto al PSMU ( $r = .14$  frente a  $r = .25$ ; Santoro et al., 2024).

También se describe una correlación negativa significativa entre función reflexiva general y PSMU (Bersani et al., 2022), al igual que una correlación positiva significativa entre hipermentalización parental (tendencia de los adolescentes a hipermentalizar en contextos con sus cuidadores primarios) y la variable *comparación social* en redes sociales (Venta et al., 2019). Sin embargo, en este último estudio se encontró que la correlación entre hipermentalización en el ámbito de pares y la variable *comparación social* no fue significativa.

A nivel estadístico, la magnitud de las correlaciones osciló entre  $r = .12$  a  $r = .41$ . La asociación más elevada se estableció entre hipermentalización en el ámbito parental y la *comparación social* en redes sociales ( $r = .41$ ; Venta et al., 2019), seguida de la correlación negativa entre función reflexiva general y PSMU ( $p = .34$ ; Bersani et al., 2022). Por otro lado, dentro de las correlaciones significativas, las más bajas se establecieron entre hipomentalización y uso general de redes sociales ( $r = .14$ ; Santoro et al., 2024) y entre hipomentalización y la subdimensión de *saliencia de las redes sociales* en mujeres (grado en que las redes sociales ocupan un lugar central en el pensamiento y la atención del individuo;  $r = .16$ ; Bassi et al., 2024).

Con respecto a la direccionalidad de los análisis multivariados (Tabla B2), tanto la función reflexiva general (Bersani et al., 2022) como la hipomentalización (Imperato et al., 2023; Musetti et al., 2021; Santoro et al., 2024) aparecieron asociadas al PSMU en calidad de variables predictoras dentro de los modelos estadísticos empleados. Asimismo, la hipermentalización se asoció con una mayor tendencia a la comparación social y búsqueda de retroalimentación en redes sociales (Venta et al., 2019).

### *Relación con otras variables*

Más allá de la relación directa entre redes sociales, disociación y mentalización, los estudios han analizado cómo estas se relacionan con otras variables, ya sean relativas al desarrollo y antecedentes relacionales, a los procesos del self e identidad, a habilidades cognitivo-afectivas o a psicopatología y sintomatología clínica (Tabla B2).

En cuanto a variables del desarrollo y antecedentes relacionales, el trauma infantil (abuso emocional infantil, negligencia física y abuso sexual) emergió como una variable

Tabla 2

*Relación entre uso de redes sociales y mentalización*

Estudio	Diseño	Tamaño muestral	Variables		Instrumentos		Dirección de la correlación	Coeficiente de correlación
			Redes sociales	Mentalización	Redes sociales	Mentalización		
Bassi et al. (2024)	transversal con análisis de redes	1614	PSMU	Hipomentalización	BSMAS (separado por subdimensiones)	RFQ_U	+	Mujeres: $r = .16-.27^{**}$
							+	Hombres: $r = .19-.29^{**}$
Bersani et al. (2022)	transversal con modelo de mediación	623	PSMU	Función reflexiva	BSMAS	MZQ	-	$\rho = -.34^{***}$
Imperato et al. (2023)	transversal con modelo de mediación	354	PSMU	Función reflexiva	IAT-SNS	RFQ-8	-	$r = -.24^{**}$
Musetti et al. (2021)	transversal con modelo de mediación	1308	PSMU	Hipomentalización	IAT-SNS	RFQ_U	+	$r = .33^{***}$
Santoro et al. (2024)	transversal con modelo de mediación	3600	Uso de redes sociales	Hipomentalización	Cuestionario <i>ad hoc</i>	RFQ_U	+	$r = .14^{**}$
			PSMU		BSMAS		+	$r = .25^{**}$
Venta et al. (2019)	transversal piloto con modelo de mediación	68	Subdimensión (comparación social)	Hipermentalización (padres y pares)	MEIS	HZQ	+	Padres: $r = .41^{**}$
			+				Pares: $r = .12$	

*Nota.* PSMU = problematic social media use (uso problemático de redes sociales); BSMAS = Bergen Social Media Addiction Scale; RFQ\_U = subescala de incertidumbre del Reflective Functioning Questionnaire; MZQ = Mentalization Questionnaire; IAT-SNS = Internet Addiction

Test–Social Networking Site; RFQ-8 = Reflective Functioning Questionnaire-8; MEIS = Motivations for Electronic Interaction Scale; HZQ = Hypermentalizing Questionnaire;  $r$  = correlación de Pearson;  $\rho$  = correlación rho de Spearman. Los coeficientes correspondientes a Bassi et al. (2024) representan rangos de correlaciones obtenidas entre las distintas subdimensiones del PSMU y la hipomentalización, diferenciadas por género. En Venta et al. (2019), las correlaciones se presentan separadamente para hipermentalización parental y entre pares. \*\* $p < .01$ . \*\*\* $p < .001$ .

significativa que se relaciona tanto con ciberdisociación, como con hipomentalización y PSMU. Se observa que puede tener diversos roles: como mediador entre el grado de ciberdisociación y el PSMU (Ozturk et al., 2025) y, en el caso del abuso emocional, como antecedente cuyo impacto sobre el PSMU depende de déficits en capacidades intermedias como la hipomentalización o una escasa diferenciación self-otro (Bassi et al., 2024; Musetti et al., 2021).

Siguiendo esta línea, el apego también apareció como un antecedente significativo. Se observó nuevamente que la hipomentalización puede mediar la relación entre los estilos de apego y el PSMU (Bassi et al., 2024; Santoro et al., 2024). En mujeres, las dimensiones del apego evitativo se asociaron con el PSMU y con la hipomentalización únicamente a través del apego ansioso, mientras que en hombres no se encontraron asociaciones entre apego evitativo e hipomentalización (Bassi et al., 2024). Por otra parte, Santoro et al. (2024) encontraron que la hipomentalización medió parcialmente las asociaciones entre los estilos de apego preocupado y temeroso con el PSMU, así como la asociación negativa entre apego evitativo y PSMU, además de mediar totalmente la relación negativa entre apego seguro y PSMU. Finalmente, la hipermentalización en el ámbito parental, específicamente los errores de sobreinterpretación, mostró un papel mediador entre el apego materno inseguro y la tendencia a la comparación social y búsqueda de retroalimentación en redes sociales (Venta et al., 2019).

Con respecto a los procesos del self e identidad, se observa que factores como baja claridad en el autoconcepto, una autopresentación perfeccionista y baja diferenciación self-otro se asociaron directa o indirectamente con la severidad del PSMU en los modelos analizados (Musicò, 2025; Musetti et al., 2021). Asimismo, el PSMU se asoció con menores niveles de exploración identitaria profunda y con mayor incertidumbre respecto a los compromisos identitarios (Imperato et al., 2023).

Por otro lado, se encontró que habilidades cognitivo-afectivas tales como la inteligencia emocional y las habilidades verbales se relacionan con distintas formas de uso de redes sociales en asociación con la disociación. En ese sentido, menores niveles de inteligencia emocional rasgo se vincularon con una mayor severidad del PSMU, relación en la que las experiencias disociativas y el miedo a perderse algo (FOMO) mostraron un papel mediador (Calaresi et al., 2025). Asimismo, menores habilidades verbales y mayores tendencias disociativas se asociaron con un mayor uso de redes sociales, un mayor número de amistades online y una mayor probabilidad de compartir información en redes sociales sin haber leído los artículos adjuntados (Temler et al., 2024).

Por último, los estudios muestran asociaciones entre PSMU, disociación y psicopatología o sintomatología clínica. En el caso de la disociación, se ha observado que los perpetradores de ciberbullying muestran mayores niveles de este constructo (Kircaburu et al., 2020b). En cuanto al PSMU, condiciones tales como la ansiedad social o el miedo a perderse algo (FOMO) mostraron capacidad predictiva en los modelos estadísticos empleados (Calaresi et al., 2025; Terzioğlu y Uğurlu, 2023). Además se ha observado que el PSMU se asoció longitudinalmente con mayores niveles de ensoñación desadaptativa (Casale et al., 2025). De manera similar, el PSMU y el trastorno por juego en internet se relacionaron con una mayor ideación suicida, especialmente en individuos con baja capacidad de función reflexiva (Bersani et al., 2022).

#### *Análisis de riesgo de sesgo metodológico de los estudios*

En relación al riesgo de sesgo, los estudios mostraron algunas limitaciones consistentes con su diseño observacional y predominantemente transversal (Figura 2). En ese sentido, la mayoría de estudios puntuaron alto en el riesgo relativo a variables de confusión no controladas. El único estudio que no presentó dicha limitación fue el de Bersani et al. (2022),

al incorporar en sus análisis una serie de posibles variables de confusión (variables sociodemográficas, consumo de alcohol, tabaco y sustancias).

Asimismo, la mayoría de estudios puntuaron en alto riesgo de sesgo en la selección de participantes, lo cual resulta esperable en base al muestreo no probabilístico empleado. No obstante, se observa una excepción en el estudio de Calaresi et al. (2025), ya que realizó el reclutamiento en varios centros educativos, mediante un equipo amplio de reclutadores, de forma estructurada y manteniendo un equilibrio en cuanto al género de los participantes.

Otras dimensiones de riesgo de sesgo con un impacto más limitado son la de selección de resultados informados y la de datos perdidos, lo cual puede resultar esperable al emplear modelos de mediación o regresión con un gran número de variables y muestras extensas.

En cuanto a la medición del factor de exposición y de los resultados, generalmente se emplearon instrumentos validados. Sólo dos estudios (Santoro et al., 2024; Venta et al., 2029) puntuaron alto al incluir en sus análisis correlacionales o de mediación cuestionarios *ad hoc* con especificaciones limitadas para medir el uso general de redes sociales.

Por último, ningún estudio presentó riesgo de sesgo derivado de intervenciones post-exposición, dado que ninguno de los estudios empleó diseños que involucren manipulación de las variables.

Figura 2

*Evaluación del riesgo de sesgo de los estudios incluidos*

	Bassi et al. (2024)	Bersani et al. (2022)	Calaresi et al. (2025)	Casale et al. (2025)	Imperato et al. (2023)	Kircaburun et al. (2020)	Musico (2025)	Museffi et al. (2021)	Ozturk et al. (2025)	Santoro et al. (2024)	Temler et al. (2024)	Terzioğlu y Uğurlu (2023)	Venta et al. (2019)
Confusión	Alto	Bajo	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
Medición de la exposición	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Alto
Selección de participantes	Alto	Alto	Bajo	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto	Alto
Intervenciones post-exposición	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo
Datos perdidos	Bajo	Bajo	Bajo	Alto	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Alto	Alto	Alto	Alto
Medición del Outcome	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Bajo	Alto	Bajo	Bajo	Bajo
Selección de resultados informados	Bajo	Alto	Alto	Bajo	Alto	Alto	Alto	Alto	Bajo	Bajo	Alto	Bajo	Alto

*Nota.* Verde = bajo riesgo; rojo = alto riesgo de sesgo.

## Discusión

Esta revisión tiene el objetivo de reunir estudios empíricos cuantitativos que examinen la relación entre redes sociales y disociación o mentalización. De esta forma, se puede integrar la información derivada de investigaciones con las propuestas teóricas formuladas en torno a la relación de estas variables.

En primer lugar, la revisión ha hallado que existe una relación consistente entre las redes sociales y la disociación por una parte, y las redes sociales y la mentalización por otra. Estos resultados son esperables en base a las teorías elaboradas al respecto. Los individuos con predisposición a defenderse psíquicamente mediante la disociación podrían apoyarse en el uso de redes sociales para mantener dicho estado disociativo, ya que se trata de una plataforma que utiliza la disociación normativa para aumentar su consumo (Baughan et al., 2022). Además, ya se contaba con investigaciones que relacionan el uso de internet con los

síntomas disociativos (Bernardi y Pallanti, 2009; Canan et al., 2012; Craparo, 2011; De Pasquale et al., 2018).

Por otro lado, la mentalización constituye una capacidad reguladora y cohesionadora del self (Bersani et al., 2022; Fonagy et al., 2002), por lo que los fallos en la función reflexiva pueden ser un factor de vulnerabilidad para sufrir adicciones (Ciccarelli et al., 2021, 2022; Handeland et al., 2019; Imperatori et al., 2020; Musetti et al., 2020; Pischiutta et al., 2023). En esa línea, se han hallado fallos en la función reflexiva en cuanto a la génesis o el mantenimiento del uso problemático de la tecnología (Borghesi et al., 2022) y del teléfono móvil (Musetti et al., 2020). En ese sentido, los individuos que sufren fallos en la función reflexiva podrían verse abrumados por afectos sin metabolizar en situaciones estresantes, angustia que podría calmar mediante reguladores externos como el PSMU. Por el contrario, individuos con altas capacidades de mentalización tendrían mayor probabilidad de ser capaces de regularse y comprender sus estados emocionales sin necesidad de disociarse de ellos de forma compulsiva (Martínez Ibáñez, 2010).

Además, se encontraron correlaciones estadísticamente más elevadas entre disociación y redes sociales que entre mentalización y redes sociales. No obstante, esta diferencia debe interpretarse con cautela debido a la heterogeneidad metodológica de los estudios e instrumentos empleados. Mientras que este hallazgo resulta menos predecible, se hipotetizan distintas razones que lo expliquen. En primer lugar, las personas con bajos niveles de mentalización pueden utilizar de forma excesiva las redes sociales como manera de evitar afectos y angustias que no simbolizan debido a su déficit en la capacidad de función reflexiva. Sin embargo, disponen de otras maneras de regulación para lidiar con dicha carencia, como el uso de mecanismos de defensa primitivos o el uso de otros objetos externos. En cambio, las personas con tendencia a disociarse son más vulnerables a entrar en estados prolongados de disociación involuntaria al acceder a las redes sociales (Greenfield,

1999; Ozturk, 2022b). Durante estos periodos, la conciencia y la temporalidad se ven afectadas, así como la capacidad de agencia sobre el propio self para salir de las aplicaciones, y por tanto, del estado de trance (Baughan et al., 2022). Podría ser entonces más probable que vivan su uso como problemático, indeseado y como parte de su no-yo, conformado por aspectos de su self disociados que tal vez emerjan en el contexto digital (Goldschein, 2021; Turkle, 1995).

Por otro lado, puede que la disociación y el PMSU sean dos fenómenos de naturaleza más similar, mientras que la mentalización haga referencia a operaciones más diversas y distintas, lo cual explicaría la diferencia entre correlaciones halladas. De hecho, Herdi (2023) opina que la disociación puede ser la defensa con mayor similitud al *flowing*, el mecanismo de defensa asociado a la actividad de scrolling frecuente en las redes sociales.

Estas hipótesis también son coherentes con el hecho de que se han encontrado correlaciones elevadas y significativas entre disociación online o ciberdisociación y PSMU. Por tanto, puede que dependiendo de hasta qué punto los síntomas disociativos se manifiesten en el uso de redes sociales, estas se vivan como un espacio más o menos problemático. Cuando la disociación ocurre específicamente en el contexto digital, se manifiesta tanto mediante amnesias disociativas en el ciberespacio, como a través de identidades alter disociadas y confusión identitaria (Ozturk et al., 2025). Podría constituir una expresión de la fragmentación del self, que se hace más visible en este contexto por ser un espacio potencialmente disociativo marcado por el anonimato y la desinhibición (Goldschein, 2021).

Por otro lado, se ha encontrado que la disociación, tanto como constructo general como en su vertiente online, predice el grado de severidad del PSMU en modelos mediacionales y de regresión. Aunque no es posible establecer relaciones causales a través de estos datos, la disociación potencialmente constituye un factor de vulnerabilidad que aumenta la probabilidad de utilizar las redes sociales de forma adictiva. Se ha propuesto que la

disociación influye negativamente en la forma en la que uno se relaciona con su entorno social, promoviendo la retirada y el aislamiento social que a su vez facilitan el PSMU (Imperatori et al., 2023; Toqeer et al., 2021; citados en Calaresi et al., 2025). Esto se sumaría a la ya mencionada vulnerabilidad que tienen aquellas personas para disociarse de quedarse absortas involuntariamente cuando usan las redes sociales.

Asimismo, es posible que el PSMU aumente subdimensiones específicas como la disociación corporal o la absorción imaginativa (Casale et al., 2025). Un marco que ofrece una explicación al respecto es la *teoría de autocosificación* (Fredrickson y Roberts, 1997). Aplicado a las redes sociales, implicaría que estas promueven especialmente en mujeres una perspectiva del cuerpo como perteneciente más a los otros que a uno mismo, cosificado mediante los filtros de imagen y el perfeccionismo estético que frecuentemente se pueden observar en estas plataformas. Por otro lado, cabe la opción de que la inmersión en espacios virtuales desatienda la conciencia interoceptiva y desconecte al self de su sentido corporal (Goldberg, 2021), promoviendo una sensación de abandono de los límites temporales y físicos (Goldberg, 2020). En relación a otros medios virtuales, también se ha observado que el tiempo transcurrido en realidad virtual aumenta síntomas disociativos y sensación de menor presencia en el mundo real (Aardema et al. 2010), y la identificación con el propio avatar de videojuegos aumenta la sensación de desconexión corporal con uno mismo y con su sensación del self (Casale et al., 2022). Por otra parte, se debe contemplar que la disociación corporal puede ser una estrategia protectora y defensiva contra pensamientos, sentimientos o recuerdos dolorosos (Price y Thompson, 2007) que pueden relacionarse con el trauma (Herman, 1992; Timms y Connors, 1992; Van der Kolk, 2006) o con la dificultad para definir el self (Musicó, 2025).

En cuanto a la mentalización, se observó en distintos estudios que la hipomentalización predijo el PSMU dentro de modelos mediacionales (Imperato et al., 2023;

Musetti et al., 2021; Santoro et al., 2024). De nuevo, estas hipótesis se alinean con las propuestas que vinculan los fallos de mentalización y de contención emocional con las conductas adictivas (Ciccarelli et al., 2021, 2022; Handeland et al., 2019; Imperatori et al., 2020; Musetti et al., 2020; Pischiutta et al., 2023). Cuando los individuos sufren tendencia a la hipomentalización, esto implica que ante contextos socioemocionales la capacidad para reflexionar acerca de los propios estados mentales y los ajenos tiende a colapsar. Para contener las distintas angustias activadas, con posible relación con los modelos operativos internos de apego (Bateman y Fonagy, 2016; Luyten et al., 2012), se puede emplear como mecanismo defensivo el uso de redes sociales como objeto-droga u objeto-fetichado (Greenacre, 1969; Ogden, 1989; Sloate, 2008).

Siguiendo esas hipótesis, las personas con hipomentalización también pueden usar de forma más problemática las redes sociales una vez inmersas en ellas. La dificultad en la regulación de impulsos y el arousal emocional puede llevarlas a enfrentarse de manera menos eficaz al estrés y al carácter adictivo que frecuentemente acarrea el uso de dichas plataformas. Estas hipótesis se ven apoyadas por uno de los estudios de análisis de redes, en el que se encontró que la hipomentalización funcionaba a modo de nodo con asociaciones significativas en cuanto a las subdimensiones del PSMU de modificación del estado del ánimo, síntomas de abstinencia y deterioro del funcionamiento (Bassi et al., 2024).

De manera similar, las personas con hipomentalización pueden encontrar un beneficio secundario en el sumergimiento de un mundo digital simplificado, dominado por la polarización, la omnipotencia y la reducción semántica del contenido presentado (Kelly, 2025; Marek, 2023). Esto resulta congruente con un funcionamiento psíquico que dificulta la elaboración de estructuras afectivo-representacionales complejas y la transformación reflexiva de la experiencia emocional (Lanza Castelli, 2009).

También se encontró en los distintos estudios que la relación entre el PSMU y distintas variables es de naturaleza compleja y multideterminada, por lo que la disociación y la mentalización confluyen con otras variables a la hora de influir sobre el uso de redes sociales. Dentro de este campo, resulta destacable el rol de la mentalización con respecto a la relación entre el PSMU y experiencias relacionales tempranas. En ese sentido, los fallos de mentalización mostraron tener un rol mediador entre los estilos de apego o el trauma infantil y el PSMU (Bassi et al., 2024; Musetti et al., 2021; Santoro et al., 2024; Venta et al., 2019). Además, como la hipomentalización se asocia con el PSMU, podría constituir también un factor de vulnerabilidad que se relaciona con otras patologías que se ven afectadas por el PSMU, como serían los problemas identitarios (Imperato et al., 2023) o incluso la ideación suicida (Bersani et al., 2022).

Esto posiblemente implica que las personas que han sufrido experiencias de apego inseguro y eventos traumáticos infantiles tienen más probabilidad de utilizar el PSMU si presentan fallos de mentalización, que a su vez les impediría unir los afectos traumáticos con sus correspondientes representaciones cognitivas en contextos intra o inter personales. En cambio, es posible que individuos sin estos fallos en la función reflexiva presenten una menor necesidad de utilizar de forma compulsiva, egodistónica y disociada las plataformas virtuales, probablemente debido a un funcionamiento defensivo más maduro y una mayor estabilidad en el procesamiento afectivo. Aunque los estudios revisados no permiten afirmar un papel protector de la mentalización, esta interpretación resulta coherente con investigaciones previas que muestran asociaciones entre capacidades de mentalización y un mayor nivel de maduración defensiva (Cavallo et al., 2025; Fonagy et al., 2016; Göktaş, 2021; Hayden et al., 2021; Tanzilli et al., 2021).

No obstante, la revisión también mostró resultados inesperados y lagunas en el campo de investigación en cuestión. En primer lugar, se observó que la predisposición de los

adolescentes a hipermentalizar en contextos con sus pares no se asoció con la tendencia a compararse en redes sociales, mientras que la predisposición a hipermentalizar en contextos con sus padres, específicamente en cuanto a errores de sobreinterpretación, sí se relaciona con dicha tendencia (Venta et al., 2019).

Para entender estos hallazgos, se pueden proponer factores tanto metodológicos como teóricos. A nivel metodológico, se trata de un estudio piloto con una muestra muy limitada, lo cual podría interferir en la significación de los resultados. Asimismo, el mismo estudio menciona que el análisis psicométrico realizado por los autores originales reveló mejores resultados en la subdimensión de padres con respecto a los de pares, proponiendo la posibilidad de utilizar únicamente la primera para futuras investigaciones (Sharp et al., 2025). A nivel teórico, se puede contemplar el hecho de que en la adolescencia el apego que se tiene con la figura parental ha mostrado ser un mayor predictor de las variables de salud mental que el apego que se tiene con los pares (Lucktong et al., 2018). En ese sentido, se hipotetizaría que la activación de la motivación de apego junto con sus modelos operativos internos suele ser más intensa con los objetos fundantes en comparación a otras relaciones, lo cual potencialmente conlleva a utilizar modos prementalizadores para lidiar con el estrés asociado en estilos de apego inseguro (Gagliardini y Colli, 2019).

Por otro lado, se encontró que sólo dos de los trece estudios distinguieron entre uso general de redes sociales y PSMU en análisis correlacionales y multivariados. Esta diferenciación puede resultar esencial para observar los efectos de la disociación o la mentalización sobre estos dos constructos. Aunque algunos estudios sí incluyen encuestas *ad hoc* para medir el número de horas utilizadas en plataformas de redes sociales, frecuentemente se reflejan exclusivamente en los análisis descriptivos. El único estudio de la revisión que incluyó ambos constructos en los análisis correlacionales fue el de Santoro et al.

(2024), el cual encontró que la relación entre hipomentalización y uso general de redes sociales era menor que la hallada en relación al PSMU.

Estos resultados preliminares se encuentran en sintonía con la teoría del PSMU como compensación para lidiar con vulnerabilidades psíquicas (Kardefelt-Winther, 2014; Kardefelt-Winther, 2017; Kardefelt-Winther et al., 2017), así como aquellos estudios que señalan que la relación entre el tiempo usado en las redes sociales y el PSMU depende de las actividades realizadas y de los factores de vulnerabilidad mediadores (Hawes et al., 2020; Howard, 2014; Yıldız Durak, 2020). Según estas propuestas, el uso de redes sociales no es problemático en sí, sino en relación con la posición subjetiva desde la cual se utilizan. Sin embargo, aún se necesitan más estudios para aclarar dichas asociaciones, ya que la investigación de Temler et al. (2024) incluida en esta revisión contradice parcialmente estos hallazgos al encontrar una correlación alta entre el uso general de redes sociales y disociación.

Asimismo, tampoco se halló ningún estudio que midiese simultáneamente redes sociales, mentalización y disociación. Esto impide saber con mayor certeza cuál puede ser el rol de la mentalización y la disociación cuando ambas se miden junto al uso de redes sociales. De manera alternativa, se pueden revisar otros estudios que hayan abordado la relación entre mentalización y disociación para cubrir esta laguna investigativa. Por ejemplo, el estudio de Wagner-Skacel et al. (2022) encontró que la mentalización mediaba completamente la relación entre experiencias adversas y la disociación. En consonancia con los resultados hallados en esta revisión, la mentalización parece poder tener un rol mediador que permite la simbolización de las experiencias adversas, traumáticas y de apego inseguro, impidiendo que desemboquen en respuestas defensivas disociativas o en un uso compulsivo y regulador de las redes sociales. Sin embargo, existen estudios como el de Katzman y Papouchis (2023) que

no apoyan este efecto mediador, por lo que aún se requiere una mayor cantidad de estudios para confirmar dichas hipótesis.

Por otra parte, los resultados encontrados pueden ser relevantes para que sean integrados en las aplicaciones y abordajes de las consecuencias psicopatológicas asociados a las redes sociales, tanto a nivel comunitario como psicoterapéutico. En relación a este primer nivel, Ozturk (2022) propone que algunas sociedades se encuentran en la “era de la ciberdisociación”, apuntando a que se trata de un fenómeno colectivo del que toman provecho las sociedades opresivas para mantener estados de absorción, distracción, contradicción y manipulación de las masas sociales. Para salir de ese estado, propone que se requiere de *ciberrevoluciones* en las que se tomen acciones orientadas a la concienciación psicosocial de las masas y a construir comunidades más creativas, justas y reflexivas.

Para ello, se puede hacer uso de intervenciones preventivas comunitarias orientadas a la toma de conciencia del entorno digital, la regulación del entorno online y el fomento de un uso más mentalizado de las redes sociales. También podría resultar esencial establecer cierta regulación sobre las corporaciones que manejan las plataformas en cuestión. En ese sentido, se ha visto que el diseño de las redes sociales influye sobre el grado de disociación inducida (Baughan et al., 2022) y que ciertos cambios en aspectos distintivos de las aplicaciones puede promover una mayor sensación de agencia sobre su uso (Hiniker et al., 2018; Lukoff et al., 2021).

La revisión también ayudaría a construir intervenciones terapéuticas psicodinámicas para aquellos pacientes que sufren de PSMU. Para estos casos, el clínico podría beneficiarse de estar atento ante señales de estados disociativos (en entornos tanto digitales como analógicos) y de fallos en la capacidad de mentalización. En base a los resultados expuestos, se deduce que la disociación tendría prioridad sobre los fallos de mentalización al mostrar correlaciones más altas. No obstante, a lo largo de la investigación se ha expuesto cómo

pueden resultar ser “dos caras de la misma moneda”, lo cual indicaría que es más conveniente no separarlas dicotómicamente. De hecho, se han planteado intervenciones focalizadas en la mentalización para tratar la disociación derivada de eventos traumáticos (Rüfenacht et al., 2023) que serían útiles en estos contextos.

Debido a la estrecha relación entre disociación y trauma (Chegeni et al., 2023; Elkin et al., 2025; Kircaburun et al., 2020; Ozturk et al., 2025; Worsley et al., 2018), los eventos traumáticos no procesados también podrían ser foco de las intervenciones psicodinámicas. Cabe esperar que si se establece un espacio de seguridad en la díada terapéutica, la experiencia correctiva generada en el contexto intersubjetivo podría ayudar los pacientes a ir renunciando a las huidas disociativas que se necesitaron históricamente para adaptarse a los cuidadores primarios (Bromberg, 2004). Por tanto, uno de los objetivos de estas intervenciones consistiría en convertir el mundo digital en una actividad que pueda ser empleada para fines más creativos o de autodescubrimiento.

Por otro lado, los tratamientos basados en la mentalización podrían fortalecer las capacidades de autorregulación e integración de los estados mentales displacenteros con el fin de evitar el PSMU como estrategia regulatoria desadaptativa (Imperato et al., 2023; Musetti et al., 2021). También se han propuesto intervenciones grupales basadas en la mentalización para *otros significativos preocupados* sobre el uso excesivo de videojuegos de adolescentes (Lo et al., 2024). Estas intervenciones serían adaptables a las figuras cercanas preocupadas por adolescentes con PSMU y así involucrar a más personas en el tratamiento.

Conviene no obstante evitar posicionarse desde un extremo que categoriza todo uso de las redes sociales como patológico. Por ejemplo, Turkle (1995) concibe que los espacios digitales actúan como *moratorias psicosociales* en los que los individuos despliegan y practican nuevas identidades y estados del self que han podido ser previamente inhibidos y marginados de la experiencia subjetiva. Estos estados disociados no tienen que ser

necesariamente patológicos, sino que son capaces de transicionar a identidades más mentalizadas que en un futuro trasciendan los espacios online. Una actitud terapéutica de respeto y no enjuiciamiento de los refugios psíquicos del paciente puede promover que se atrevan a trasladar las experiencias digitales no-humanas al espacio terapéutico para que sea procesado en un contexto de seguridad intersubjetiva que transforme el uso compulsivo del objeto a un uso transformador y transicional (Lingiardi, 2008). A su vez, la mentalización de los estados mentales propios o ajenos pueden reducir angustias interpersonales e impulsar a los pacientes a explorar nuevas relaciones fuera del ciberespacio (Mandarino, 2014).

En otras palabras, el objetivo no se situaría en eliminar el uso de plataformas de redes sociales, sino en establecer un marco de contención relacional y simbólica en el que se mentalicen, interpreten, integren y eventualmente abandonen las defensas digitales (Giannakopoulos, 2025), metabolizando de este modo las experiencias traumáticas del desarrollo evolutivo que conllevan en el presente estados desregulados y disociados que impiden un sentido del self más coherente y estable (Wéry et al., 2018; citado en Musetti et al., 2021).

### *Limitaciones*

Cabe destacar una serie de limitaciones de esta investigación que deben ser tenidas en cuenta a la hora de generalizar los resultados. En primer lugar, la mayoría de los estudios utilizaron muestra italiana, seguida por población turca. Aunque representan países con localización y cultura muy distintas, convendría incluir población más variada para generalizar los resultados.

Por otro lado, no se puede afirmar causalidad debido al diseño observacional transversal de la mayoría de estudios, a excepción del estudio longitudinal. Aunque los modelos de mediación, regresión y análisis de redes otorgan información significativa, sus

estadísticos exclusivamente correlacionales impiden establecer una secuencia o un esquema claro de qué factores causan e influyen sobre los otros.

De forma similar, no se encontraron estudios que midan las redes sociales, la mentalización y la disociación a la vez. Tampoco se exploró en los modelos mediacionales si el PSMU podría potencialmente predecir la variable hipomentalización, y sólo un número reducido incluyó el uso general de las redes sociales dentro de los análisis multivariados. Asimismo, se necesitan más estudios que analicen la relación entre redes sociales y distintos subtipos de disociación y mentalización.

También aparecieron limitaciones metodológicas en cuanto a la validez de los instrumentos, ya que algunos se han traducido y usado sin una validación psicométrica formal y adecuada, mientras que otros como el relativo a la hipermentalización utilizó un factor que mostró tener propiedades psicométricas limitadas.

Por último, el riesgo de sesgo fue alto en dimensiones tales como el riesgo por variables de confusión o por selección de participantes, que podían interferir en la calidad metodológica de los estudios.

#### *Futuras líneas de investigación*

Se propone que las futuras líneas de investigación utilicen en mayor medida estudios longitudinales, que incluyan las tres variables de estudio (redes sociales, disociación y mentalización) y que se fomente la investigación sobre los factores que influyen o determinan el paso de un uso general de redes sociales a un uso problemático.

También se recomienda empezar a investigar en profundidad constructos recientes como la ciberdisociación o el cibertrauma, así como su impacto sobre el PSMU y la salud mental.

Por otro lado, resultaría conveniente desarrollar estudios y revisiones que incorporen posibles factores de vulnerabilidad que puedan anteceder o mediar las relaciones entre variables psicológicas y el PSMU, tales como el nivel de organización de la personalidad, la experiencia traumática o las funciones del self.

Por último, sería necesario desarrollar intervenciones manualizadas centradas en la mentalización y la disociación para tratar el PSMU, así como implementar programas comunitarios y medidas gubernamentales para hacer de las plataformas de redes sociales un espacio menos adictivo y disociado.

## **Conclusiones**

La evidencia revisada sugiere que existen relaciones consistentes entre las redes sociales y la disociación por un lado, y las redes sociales y la mentalización, por otro. Además, estas parecen ser más elevadas entre disociación y redes sociales que entre mentalización y redes sociales. Asimismo, la mayoría de la literatura disponible se centra en el uso problemático de redes sociales (PSMU), siendo escasos los estudios que abordan el uso general, lo que limita la generalización de los hallazgos.

Los modelos mediacionales y el estudio longitudinal sugieren que la disociación y su manifestación en el espacio digital (disociación online y ciberdisociación) se asocian con una mayor severidad del PSMU, mientras que el propio PSMU también mostró asociaciones longitudinales con incrementos posteriores en dimensiones específicas de la disociación, como la disociación corporal y la absorción imaginativa. En cuanto a la mentalización, la hipomentalización se vincula con mayores niveles de PSMU, además de tener un rol mediador entre los estilos de apego o el trauma infantil y dicho uso problemático de redes sociales.

No obstante, la relación entre redes sociales, disociación y mentalización está influida por numerosas variables dentro de un complejo sistema multideterminado. En consecuencia, se necesita más investigación que utilice modelos longitudinales y metodológicamente más robustos para confirmar estos resultados, clarificar la dirección de estas asociaciones y avanzar hacia modelos explicativos psicodinámicos e integradores más sólidos.

## Referencias

- Aardema, F., O'Connor, K., Côté, S., & Taillon, A. (2010). Virtual reality induces dissociation and lowers sense of presence in objective reality. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *13*(4), 429-435. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0164>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
- Anderson, C. L., & Alexander, P. C. (1996). The relationship between attachment and dissociation in adult survivors of incest. *Psychiatry*, *59*(3), 240-254. <https://doi.org/10.1080/00332747.1996.11024765>
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, *2*(2), 175-184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>
- Andreassen, C. S., Billieux, J., Griffiths, M. D., Kuss, D. J., Demetrovics, Z., Mazzoni, E., & Pallesen, S. (2016). The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, *30*(2), 252–262. <https://doi.org/10.1037/adb0000160>
- Andreassen, C. S., Pallesen, S., & Griffiths, M. D. (2017). The relationship between addictive use of social media, narcissism, and self-esteem: Findings from a large national survey. *Addictive Behaviors*, *64*, 287-293. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2016.03.006>
- Armstrong, J. G., Putnam, F. W., Carlson, E. B., Libero, D. Z., & Smith, S. R. (1997). Development and validation of a measure of adolescent dissociation: The Adolescent

Dissociative Experiences Scale. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 185(8), 491-497. <https://doi.org/10.1097/00005053-199708000-00003>

Aydın, O., Obuća, F., Boz, C., & Ünal-Aydın, P. (2020). Associations between executive functions and problematic social networking sites use. *Journal of Clinical and Experimental Neuropsychology*, 42(6), 634-645. <https://doi.org/10.1080/13803395.2020.1798358>

Bányai, F., Zsila, Á., Király, O., Maraz, A., Elekes, Z., Griffiths, M. D., Andreassen, C. S., & Demetrovics, Z. (2017). Problematic social media use: Results from a large-scale nationally representative adolescent sample. *PLOS ONE*, 12(1), e0169839. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0169839>

Barbar, S., Haddad, C., Sacre, H., Dagher, D., Akel, M., Kheir, N., Salameh, P., & Obeid, S. (2021). Factors associated with problematic social media use among a sample of Lebanese adults: The mediating role of emotional intelligence. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(3), 1313–1322. <https://doi.org/10.1111/ppc.12692>

Bassi, G., Mancinelli, E., Salcuni, S., Gori, A., & Musetti, A. (2024). Failure in reflective functioning as a key factor in the association between problematic social networking sites use, attachment and childhood maltreatment: A network analysis approach on gender differences. *Development and Psychopathology*, 36(4), 1932-1940. <https://dx.doi.org/10.1017/S0954579423001268>

Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2016). *Mentalization-based treatment for personality disorders: A practical guide*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med:psych/9780199680375.001.0001>

- Baughan, A., Zhang, M. R., Rao, R., Lukoff, K., Schaadhardt, A., Butler, L. D., & Hiniker, A. (2022). "I don't even remember what I read": How design influences dissociation on social media. In Proceedings of the 2022 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems (Article No. 250, pp. 1–13). Association for Computing Machinery. <https://doi.org/10.1145/3491102.3501899>
- Bernardi, S., & Pallanti, S. (2009). Internet addiction: A descriptive clinical study focusing on comorbidities and dissociative symptoms. *Comprehensive Psychiatry*, 50(6), 510–516. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2008.11.011>
- Bernstein, E. M., & Putnam, F. W. (1986). Development, reliability, and validity of a dissociation scale. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 174(12), 727-735. <https://doi.org/10.1097/00005053-198612000-00004>
- Bersani, F. S., Accinni, T., Carbone, G. A., Corazza, O., Panno, A., Prevete, E., Bernabei, L., Massullo, C., Burkauskas, J., Tarsitani, L., Pasquini, M., Biondi, M., Farina, B., & Imperatori, C. (2022). Problematic use of the Internet mediates the association between reduced mentalization and suicidal ideation: A cross-sectional study in young adults. *Healthcare*, 10(5), Article 948. <https://doi.org/10.3390/healthcare10050948>
- Bion, W. R. (1959). Attacks on linking. *International Journal of Psycho-Analysis*, 40, 308–315.
- Bion, W. R. (1962). *Learning from experience*. Heinemann.
- Borghesi, F., Cipresso, P., Franceschini, C., Guglielmucci, F., & Musetti, A. (2022). Understanding the relationship between traumatic experiences and compulsive Internet use through the lens of mentalization: A mediation analysis. *Annual Review*

of *Cybertherapy and Telemedicine*, 20, 121–126.

<https://hdl.handle.net/11381/2929296>

Bouchard, M.-A., & Lecours, S. (2008). Contemporary approaches to mentalization in the light of Freud's *Project*. En F. N. Busch (Ed.), *Mentalization: Theoretical considerations, research findings, and clinical implications* (pp. 103–129). The Analytic Press.

Boysan, M., Eşkisü, M., & Çam, Z. (2019). Development of a new instrument for assessing dissociation in the net: the Van Online Dissociative Experiences Schedule (VODES). *Neuropsychiatric Investigation*, 57(3), 2-9.

<https://doi.org/10.5455/NYS.20190920012130>

Bromberg, P. M. (2004). ¡Habla! Que te pueda ver: Reflexiones sobre la disociación, la realidad y la escucha psicoanalítica. *Intersubjetivo: Revista de Psicoterapia Psicoanalítica y Salud*, 6(1), 80–104.

Butler, L. D. (2004). The dissociations of everyday life. *Journal of Trauma & Dissociation*, 5(2), 1–23. [https://doi.org/10.1300/J229v05n02\\_01](https://doi.org/10.1300/J229v05n02_01)

Butler, L. D. (2006). Normative dissociation. *Psychiatric Clinics*, 29(1), 45-62.

<https://doi.org/10.1016/j.psc.2005.10.004>

Calaresi, D., Cuzzocrea, F., Saladino, V., & Verrastro, V. (2025). The relationship between trait emotional intelligence and problematic social media use. *Youth & Society*, 57(3), 515-535. <https://doi.org/10.1177/0044118X241273407>

Campbell, C., & Allison, E. (2022). Mentalizing the modern world. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 36(3), 206-217. <https://doi.org/10.1080/02668734.2022.2089906>

- Canan, F., Ataoglu, A., Ozcetin, A., & Icmeli, C. (2012). The association between Internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive Psychiatry*, 53(5), 422–426. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2011.08.006>
- Carlson, E. B., & Putnam, F. W. (1993). An update on the dissociative experiences scale. *Dissociation*, 6(1), 16–27.
- Casale, S., Fioravanti, G., & Musicò, A. (2022). Investigating how internet gaming disorder and bodily dissociation experiences vary by game genres. *Cognitive Processing*, 23(3), 521-526. <https://doi.org/10.1007/s10339-022-01087-0>
- Casale, S., Ghinassi, S., & Elhai, J. D. (2025). A 2-wave study on the associations between dissociative experiences, maladaptive daydreaming, bodily dissociation, and problematic social media use. *Journal of Behavioral Addictions*, 14(3), 1419-1428. <https://doi.org/10.1556/2006.2025.00075>
- Cavallo, J., Di Caro, A. V., Marchese, E. V., Melita, A., Costanzo, A., & Schimmenti, A. (2025). Unraveling the roots of paranoid thinking: The role of childhood maltreatment, failures in mentalizing, and defense mechanisms. *Psychoanalytic Psychology*. Advance online publication. <https://dx.doi.org/10.1037/pap0000563>
- Celsi Vallejos, C. (2025). El pensamiento kohutiano en la era digital. *Clínica e Investigación Relacional*. <http://dx.doi.org/10.21110/19882939.2025.190223>
- Chatterjee, D., & Rai, R. (2023). Behind the screens: Proposing a mentalization-based theoretical model of problematic Internet use. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 17(5). <https://doi.org/10.5817/CP2023-5-6>

- Chegeni, M., Nakhaee, N., Shahrababaki, P. M., Shahrababaki, M. E., & Haghdoost, A. (2023). Does childhood trauma associate with social media addiction? A cross-sectional study from Iran. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(4), 2225-2237. <https://doi.org/10.1007/s11469-021-00718-5>
- Chen, W., & Lee, K. H. (2013). Sharing, liking, commenting, and distressed? The pathway between Facebook interaction and psychological distress. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 16(10), 728-734. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0272>
- Ciccarelli, M., Cosenza, M., Nigro, G., Griffiths, M. D., & D'Olimpio, F. (2022). Gaming and gambling in adolescence: The role of personality, reflective functioning, time perspective, and dissociation. *International Gambling Studies*, 22(1), 161–179. <https://doi.org/10.1080/14459795.2021.1985583>
- Ciccarelli, M., Nigro, G., D'Olimpio, F., Griffiths, M. D., & Cosenza, M. (2021). Mentalizing failures, emotional dysregulation, and cognitive distortions among adolescent problem gamblers. *Journal of Gambling Studies*, 37(1), 283–298. <https://doi.org/10.1007/s10899-020-09967-w>
- Craparo, G. (2011). Internet addiction, dissociation, and alexithymia. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1051–1056. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.10.205>
- De Kerckhove, D. (1995). *The skin of culture: Investigating the new electronic reality*. Somerville House.
- De Pasquale, C., Dinaro, C., & Sciacca, F. (2018). Relationship of Internet gaming disorder with dissociative experience in Italian university students. *Annals of General Psychiatry*, 17(1), Article 28. <https://doi.org/10.1186/s12991-018-0198-y>

- Di Giuseppe, M., & Perry, J. C. (2021). The hierarchy of defense mechanisms: Assessing defensive functioning with the defense mechanisms rating scales Q-sort. *Frontiers in Psychology, 12*, 718440. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.718440>
- Ding, L., Ren, X., Sun, Y., Yu, C., Li, G., & Wang, C. (2024). Network analysis of association between problematic social network use and alexithymia in freshmen. *Psychology Research and Behavior Management, 17*, 3503–3514. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S472799>
- Echeburúa, E., & de Corral, P. (2010). Addiction to new technologies and to online social networking in young people: A new challenge. *Adicciones, 22*(2), 91–96. <https://doi.org/10.20882/adicciones.196>
- Elkin, N., Mohammed Ashraf, A. K., Kılınçel, O., Kılınçel, Ş., Ranganathan, M., Sakarya, A. K., & Soydan, A. M. (2025). Screens and scars: SEM analysis of the relationship between childhood trauma, emotion regulation, and social media addiction. *Frontiers in Psychology, 16*, 1502968. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1502968>
- Elliott, A., & Urry, J. (2010). *Mobile lives*. Routledge.
- Ferraro, G., Caci, B., D'Amico, A., & Di Blasi, M. (2007). Internet addiction disorder: An Italian study. *Cyberpsychology & Behavior, 10*(2), 170–175. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9972>
- Fioravanti, G., Casale, S., Benucci, S. B., Probst, A., Falone, A., Ricca, V., & Rotella, F. (2021). Fear of missing out and social networking sites use and abuse: A meta-analysis. *Computers in Human Behavior, 122*, 106839. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.106839>

- Flisfeder, M. (2021). *Algorithmic Desire: Toward a New Structuralist Theory of Social Media*. Northwestern University Press.
- Fonagy, P. (2018). *Attachment theory and psychoanalysis*. Routledge.
- Fonagy, P., & Allison, E. (2012). What is mentalization? The concept and its foundations in developmental research. In N. Midgley & I. Vrouva (Eds.), *Minding the child: Mentalization-based interventions with children, young people and their families* (pp. 11–34). Routledge.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. Other Press.
- Fonagy, P., Luyten, P., Moulton-Perkins, A., Lee, Y. W., Warren, F., Howard, S., Ghinai, R., Fearon, P., Lowyck, B., & Allison, E. (2016). Development and validation of a self-report measure of mentalizing: The Reflective Functioning Questionnaire. *PLOS ONE*, *11*(7), e0158678. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0158678>
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T. A. (1997). Objectification theory: Toward understanding women's lived experiences and mental health risks. *Psychology of Women Quarterly*, *21*(2), 173-206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Gagliardini, G., & Colli, A. (2019). Assessing mentalization: Development and preliminary validation of the Modes of Mentalization Scale. *Psychoanalytic Psychology*, *36*(3), 249. <https://doi.org/10.1037/pap0000222>
- Giannakopoulos, G. (2025). Staying online to stay alive: an adolescent, his phone, and the symbolic work of psychodynamic psychotherapy. *Journal of Child Psychotherapy*, *51*(3), 468-487. <https://doi.org/10.1080/0075417X.2025.2541370>

- Gioia, F., Rega, V., & Boursier, V. (2021). Problematic internet use and emotional dysregulation among young people: A literature review. *Clinical Neuropsychiatry*, 18(1), 41–54. <https://doi.org/10.36131/cnfioritieditore20210104>
- Göktaş, A. (2021). The associations of capacity of self and other forgiveness with mentalization capacity, defense mechanisms, and self-construal [Tesis de máster, Middle East Technical University]. <https://hdl.handle.net/11411/4055>
- Goldberg, P. (2020). Body-mind dissociation, altered states, and alter worlds. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 68(5), 769–806. <https://doi.org/10.1177/0003065120968422>
- Goldberg, P. (2021). Embodiment, dissociation, and the rhythm of life. In C. H. D. Tillotson & N. C. Winters (Eds.), *Body as psychoanalytic object* (pp. 118–133). Routledge.
- Goldschein, A. (2021). *Screen memories: An exploration into early memories and dissociative internet use* (Doctoral dissertation, Adelphi University). ProQuest Dissertations & Theses Global. (UMI No. 28644113)
- Gori, A., & Topino, E. (2023). The association between alexithymia and social media addiction: Exploring the role of dysmorphic symptoms, symptom interference, and self-esteem, controlling for age and gender. *Journal of Personalized Medicine*, 13(1), 152. <https://doi.org/10.3390/jpm13010152>
- Gori, A., Topino, E., Gioia, F., & Casale, S. (2024). Problematic social media use in young adults: A mixed serial–parallel mediation model involving alexithymia, defense mechanisms, and fear of missing out. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 27(5), 340–346. <https://doi.org/10.1089/cyber.2023.0386>

- Graciyal, D. G., & Viswam, D. (2021). Social media and emotional well-being: pursuit of happiness or pleasure. *Asia Pacific Media Educator*, 31(1), 99-115.  
<https://doi.org/10.1177/1326365X211003737>
- Graham, R. (2013). The perception of digital objects and their impact on development. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 27(4), 269-279.  
<https://doi.org/10.1080/02668734.2013.853908>
- Greenacre, P. (1969). The fetish and the transitional object. *The Psychoanalytic Study of the child*, 24(1), 144-164.
- Greenfield, D. N. (1999). Psychological characteristics of compulsive Internet use: A preliminary analysis. *Cyberpsychology & behavior*, 2(5), 403-412.  
<https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.403>
- Griffiths, M. (2005). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use*, 10(4), 191-197.  
<https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, M. D. (2012). Facebook addiction: concerns, criticism, and recommendations—a response to Andreassen and colleagues. *Psychological reports*, 110(2), 518-520.  
<https://doi.org/10.2466/01.07.18.PR0.110.2.518-520>
- Griffiths, M. D., Kuss, D. J., & Demetrovics, Z. (2014). Social networking addiction: An overview of preliminary findings. *Behavioral addictions*, 119-141.  
<https://doi.org/10.1016/B978-0-12-407724-9.00006-9>
- Gritti, E. S., Bornstein, R. F., & Barbot, B. (2023). The smartphone as a “significant other”: interpersonal dependency and attachment in maladaptive smartphone and social

networks use. *BMC Psychology*, *11*(1), 296.

<https://doi.org/10.1186/s40359-023-01339-4>

Guérin-Marion, C., Sezlik, S., & Bureau, J.-F. (2020). Developmental and attachment-based perspectives on dissociation: Beyond the effects of maltreatment. *European Journal of Psychotraumatology*, *11*(1), 1802908.

<https://doi.org/10.1080/20008198.2020.1802908>

Handeland, T. B., Kristiansen, V. R., Lau, B., Håkansson, U., & Øie, M. G. (2019). High degree of uncertain reflective functioning in mothers with substance use disorder. *Addictive Behaviors Reports*, *10*, 100193.

<https://doi.org/10.1016/j.abrep.2019.100193>

Hausberg, M. C., Schulz, H., Piegler, T., Happach, C. G., Klöpper, M., Brütt, A. L., Sammet, I., & 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: Journal of the Society for Psychotherapy Research*, *22*(6), 699–709.

<https://doi.org/10.1080/10503307.2012.709325>

Hawes, T., Zimmer-Gembeck, M. J., & Campbell, S. M. (2020). Unique associations of social media use and online appearance preoccupation with depression, anxiety, and appearance rejection sensitivity. *Body Image*, *33*, 66–76.

<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2020.02.010>

Hayden, M. C., Müllauer, P. K., Beyer, K. J., Gaugeler, R., Senft, B., Dehoust, M. C., & Andreas, S. (2021). Increasing mentalization to reduce maladaptive defense in

patients with mental disorders. *Frontiers in Psychiatry*, 12, 637915.

<https://doi.org/10.3389/fpsyt.2021.637915>

Henzel, V., & Håkansson, A. (2021). Hooked on virtual social life. Problematic social media use and associations with mental distress and addictive disorders. *PLOS ONE*, 16(4), e0248406. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248406>

Herdi, O. (2023). A new defence mechanism in the modern world: Flowing. *Psychodynamic Practice*, 29(2), 154-158. <https://doi.org/10.1080/14753634.2022.2127553>

Herman, J. L. (1992). *Trauma and recovery*. Basic Books.

Higgins, J. P. T., Morgan, R. L., Rooney, A. A., Taylor, K. W., Thayer, K. A., Silva, R. A., Lemeris, C., Akl, E. A., Bateson, T. F., Berkman, N. D., Glenn, B. S., Hróbjartsson, A., LaKind, J. S., McAleenan, A., Meerpohl, J. J., Nachman, R. M., Obbagy, J. E., O'Connor, A., Radke, E. G., ... Sterne, J. A. C. (2024). A tool to assess risk of bias in non-randomized follow-up studies of exposure effects (ROBINS-E). *Environment International*. Advance online publication.

<https://doi.org/10.1016/j.envint.2024.108602>

Hilgard, E. R. (1977). *Divided consciousness: Multiple controls in human thought and action*. Wiley.

Hinchliffe, D. R. B. (2019). *Understanding digital relationships with smartphones: A psychoanalytic perspective* (Doctoral dissertation, University of Essex). Tavistock and Portman NHS Foundation Trust Repository.

<https://repository.tavistockandportman.ac.uk/id/eprint/2737>

- Hiniker, A., Heung, S. S., Hong, S. (Ray), & Kientz, J. A. (2018). *Coco's videos: An empirical investigation of video-player design features and children's media use*. In *Proceedings of the 2018 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1–13). Association for Computing Machinery.  
<https://doi.org/10.1145/3173574.3173828>
- Howard, C. (2014). *Social media and young adults' well-being* [Master's thesis, Fort Hays State University].
- Howell, E. F. (2011). *The dissociative mind*. Routledge.
- Imperato, C., Mancini, T., & Musetti, A. (2023). Exploring the role of problematic social network site use in the link between reflective functioning and identity processes in adolescents. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(5), 3430–3445. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00800-6>
- Imperatori, C., Barchielli, B., Corazza, O., Carbone, G. A., Prevete, E., Montaldo, S., De Rossi, E., Massullo, C., Tarsitani, L., Ferracuti, S., Pasquini, M., Biondi, M., Farina, B., & Bersani, F. S. (2023). The relationship between childhood trauma, pathological dissociation, and behavioral addictions in young adults: Findings from a cross-sectional study. *Journal of Trauma & Dissociation*, 24(3), 348–361.  
<https://doi.org/10.1080/15299732.2023.2181479>
- Imperatori, C., Corazza, O., Panno, A., Rinaldi, R., Pasquini, M., Farina, B., Martinotti, G., & Bersani, F. S. (2020). Mentalization impairment is associated with problematic alcohol use in a sample of young adults: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 8664.  
<https://doi.org/10.3390/ijerph17228664>

- Innamorati, M., Imperatori, C., Harnic, D., Erbuto, D., Patitucci, E., Janiri, L., Lamis, D. A., Pompili, M., Tamburello, S., & Fabbriatore, M. (2017). Emotion Regulation and Mentalization in People at Risk for Food Addiction. *Behavioral Medicine*, 43(1), 21–30. <https://doi.org/10.1080/08964289.2015.1036831>
- Instituto Nacional de Estadística. (2022). *Encuesta sobre equipamiento y uso de tecnologías de información y comunicación (TIC) en los hogares. Año 2022*. Madrid: Instituto Nacional de Estadística. [https://www.ine.es/prensa/tich\\_2022.pdf](https://www.ine.es/prensa/tich_2022.pdf)
- Kahoud, D. (2023). The rise of Oedipus tech: life in the shadow of the digital object. *Psychoanalytic Inquiry*, 43(1), 47–56. <https://doi.org/10.1080/07351690.2023.2160192>
- Kardefelt-Winther, D. (2014). A conceptual and methodological critique of internet addiction research: Towards a model of compensatory internet use. *Computers in Human Behavior*, 31, 351–354. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.059>
- Kardefelt-Winther, D. (2017). Conceptualizing internet use disorders: Addiction or coping process? *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 71(7), 459–466. <https://doi.org/10.1111/pcn.12413>
- Kardefelt-Winther, D., Heeren, A., Schimmenti, A., van Rooij, A., Maurage, P., Carras, M., Edman, J., Blaszczynski, A., Khazaal, Y., & Billieux, J. (2017). How can we conceptualize behavioural addiction without pathologizing common behaviours? *Addiction*, 112(10), 1709–1715. <https://doi.org/10.1111/add.13763>
- Katzman, W., & Papouchis, N. (2023). Effects of childhood trauma on mentalization capacities and dissociative experiences. *Journal of Trauma & Dissociation*, 24(2), 284–295. <https://doi.org/10.1080/15299732.2023.2168829>

- Katznelson, H. (2014). Reflective functioning: A review. *Clinical Psychology Review*, 34(2), 107-117. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2013.12.003>
- Kelly, D. (2025). Black mirroring and the paranoid-schizoid simulacrum: scrolling as a defense against the depressive position. *Psychodynamic Practice*, 31(4), 331-354. <https://doi.org/10.1080/14753634.2025.2509068>
- Khan, M. M. R. (1979). *Alienation in perversity*. International Universities Press.
- Kircaburun, K., Alhabash, S., Tosuntaş, Ş. B., & Griffiths, M. D. (2020a). Uses and gratifications of problematic social media use among university students: A simultaneous examination of the Big Five of personality traits, social media platforms, and social media use motives. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 525–547. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9940-8>
- Kircaburun, K., Demetrovics, Z., Király, O., & Griffiths, M. D. (2020b). Childhood emotional trauma and cyberbullying perpetration among emerging adults: A multiple mediation model of the role of problematic social media use and psychopathology. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 548-566. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9941-5>
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. International Universities Press.
- Krüger, C., Sokudela, B. F., Motlana, L. M., Mataboge, C. K., & Dikobe, A. M. (2007). Dissociation: A preliminary contextual model. *South African Journal of Psychiatry*, 13(1), 13–21. <https://hdl.handle.net/10520/EJC66065>
- Krzych, S. (2013). Introduction to special section on the digital subject. *Psychoanalysis, Culture & Society*, 18(1), 56-62. <https://doi.org/10.1057/pcs.2012.53>

- Lanza Castelli, G. (2009). Mentalización y expresión de los afectos: Un aporte a la propuesta de Peter Fonagy. *Aperturas Psicoanalíticas*, 31.  
<https://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0000613>
- Lee, D., Lee, J., Namkoong, K., & Jung, Y. C. (2021). Altered functional connectivity of the dorsal attention network among problematic social network users. *Addictive Behaviors*, 116, 106823. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106823>
- Lewis, J., & West, A. (2009). 'Friending': London-based undergraduates' experience of Facebook. *New Media & Society*, 11(7), 1209-1229.  
<https://doi.org/10.1177/1461444809342058>
- Lim, M. S. M., Cheung, F. Y. L., Kho, J. M., & Tang, C. K. (2020). Childhood adversity and behavioural addictions: The mediating role of emotion dysregulation and depression in an adult community sample. *Addiction Research & Theory*, 28(2), 116–123.  
<https://doi.org/10.1080/16066359.2019.1594203>
- Lingiardi, V. (2008). Playing with unreality: Transference and computer. *The International Journal of Psychoanalysis*, 89(1), 111-126.  
<https://doi.org/10.1111/j.1745-8315.2007.00014.x>
- Liotti, G. (2006). A model of dissociation based on attachment theory and research. *Journal of Trauma & Dissociation*, 7(4), 55–73. [https://doi.org/10.1300/J229v07n04\\_04](https://doi.org/10.1300/J229v07n04_04)
- Lo, C. K., Tse, N., & Chiu, J. (2024). A mixed-method non-randomized pilot evaluation of a mentalization-informed motivational interviewing group intervention for concerned significant others of adolescents with excessive gaming behaviors. *Children and Youth Services Review*, 159, 107496.  
<https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2024.107496>

- Lopes, L. S., Valentini, J. P., Monteiro, T. H., Costacurta, M. C. D. F., Soares, L. O. N., Telfar-Barnard, L., & Nunes, P. V. (2022). Problematic social media use and its relationship with depression or anxiety: a systematic review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 25(11), 691-702.  
<https://doi.org/10.1089/cyber.2021.0300>
- Lucktong, A., Salisbury, T. T., & Chamrathirong, A. (2018). The impact of parental, peer and school attachment on the psychological well-being of early adolescents in Thailand. *International Journal of Adolescence and Youth*, 23(2), 235–249.  
<https://doi.org/10.1080/02673843.2017.1330698>
- Ludwig, A. M. (1983). The psychobiological functions of dissociation. *American Journal of Clinical Hypnosis*, 26(2), 93-99. <https://doi.org/10.1080/00029157.1983.10404149>
- Lukoff, K., Lyngs, U., Zade, H., Liao, J. V., Choi, J., Fan, K., Munson, S. A., & Hiniker, A. (2021). *How the design of YouTube influences user sense of agency*. In *Proceedings of the 2021 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 1–17). Association for Computing Machinery. <https://doi.org/10.1145/3411764.3445467>
- Luyten, P., Fonagy, P., Lowyck, B., & Vermote, R. (2012). Assessment of mentalization. In A. W. Bateman & P. Fonagy (Eds.), *Handbook of mentalizing in mental health practice* (pp. 43–65). American Psychiatric Publishing.
- Mandarino, K. (2014). Transitional-age youths: Barriers to accessing adult mental health services and the changing definition of adolescence. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 24(4), 462–474.  
<https://doi.org/10.1080/10911359.2013.835760>

- Marek, J. (2023). The impatient gaze: On the phenomenon of scrolling in the age of boredom. *Semiotica*, 2023(254), 107-135. <https://doi.org/10.1515/sem-2023-0125>
- Martínez Ibáñez, J. J. (2010). Repensando el concepto de trauma: Una redefinición desde los aportes del psicoanálisis relacional. *Clínica e Investigación Relacional*, 4(3), 542–561. <https://doi.org/10.21110/19882939.2010.040304>
- Marttila, E., Koivula, A., & Räsänen, P. (2021). Does excessive social media use decrease subjective well-being? A longitudinal analysis of the relationship between problematic use, loneliness and life satisfaction. *Telematics and Informatics*, 59, 101556. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2020.101556>
- McWilliams, N. (2025). *El diagnóstico psicoanalítico: Comprender la estructura de la personalidad en el proceso clínico* (R. A. Díez Aragón, Trad.). Desclée de Brouwer.
- Monacis, L., De Palo, V., Griffiths, M. D., & Sinatra, M. (2017). Social networking addiction, attachment style, and validation of the Italian version of the Bergen Social Media Addiction Scale. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(2), 178–186. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.023>
- Morandotti, N., Brondino, N., Merelli, A., Boldrini, A., De Vidovich, G. Z., Ricciardo, S., Abbiati, V., Ambrosi, P., Caverzasi, E., Fonagy, P., & Luyten, P. (2018). The Italian version of the reflective functioning questionnaire: Validity data for adults and its association with severity of borderline personality disorder. *PLOS ONE*, 13(11), e0206433. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0206433>
- Morganti, F., Rezzonico, R., Cheng, S. C., & Price, C. J. (2020). Italian version of the scale of body connection: Validation and correlations with the interpersonal reactivity index.

*Complementary Therapies in Medicine*, 51, 102400.

<https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102400>

Musetti, A., Brazzi, F., Folli, M. C., Plazzi, G., & Franceschini, C. (2020). Childhood trauma, reflective functioning, and problematic mobile phone use among male and female adolescents. *The Open Psychology Journal*, 13(1), 242–252.

<https://doi.org/10.2174/1874350102013010242>

Musetti, A., Starcevic, V., Boursier, V., Corsano, P., Billieux, J., & Schimmenti, A. (2021).

Childhood emotional abuse and problematic social networking sites use in a sample of Italian adolescents: The mediating role of deficiencies in self-other differentiation and uncertain reflective functioning. *Journal of Clinical Psychology*, 77(7), 1666–1684.

<https://doi.org/10.1002/jclp.23138>

Musicò, A. (2025). The role of perfectionistic self-presentation and problematic Instagram use in the relationship between self-concept clarity and body disconnection: A serial mediation model. *Psychological Reports*, 128(3), 1646-1660.

<https://doi.org/10.1177/00332941231177245>

Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2018). Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 46, 1427–1438.

<https://doi.org/10.1007/s10802-015-0020-0>

O'Day, E. B., & Heimberg, R. G. (2021). Social media use, social anxiety, and loneliness: A systematic review. *Computers in Human Behavior Reports*, 3, 100070.

<https://doi.org/10.1016/j.chbr.2021.100070>

Ogden, T. (1989). *The primitive edge of experience*. Jason Aronson.

- O'reilly, M., Dogra, N., Whiteman, N., Hughes, J., Eruyar, S., & Reilly, P. (2018). Is social media bad for mental health and wellbeing? Exploring the perspectives of adolescents. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 23(4), 601-613. <https://doi.org/10.1177/1359104518775154>
- Orlowski, J. (Director). (2020). *The social dilemma* [Film]. Netflix.
- Ozturk, E. (2022a). Cyber dissociative experiences and mass consciousness control: The age of cyber dissociation from the perspective of theory of dissoanalysis. *NOFOR*, 1(1), 26–30. <https://doi.org/10.5455/NOFOR.2022.09.05>
- Ozturk, E. (2022b). Modern psikotravmatoloji ve dissosiyasyon teorileri. *Türkiye Klinikleri Psychology – Special Topics*, 7(1), 41–69.
- Ozturk, E., Derin, G., & Erdogan, B. (2025). The development and preliminary validation of the Cyber Dissociative Experiences Scale: Its associations with childhood trauma, online dissociative experiences, and social media addiction. *European Journal of Trauma & Dissociation*, 9(3), 100545. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2025.100545>
- Ozturk, E., & Erdogan, B. (2022). On the psychodigital components of cyber traumatization and dissociation: A psychosocial depiction of cyber societies as dissociogenic. *Medicine Science*, 11(2), 610–618. <https://doi.org/10.5455/medscience.2021.12.411>
- Pischiutta, L., Garzitto, M., Zamparutti, G., Moratti, E., Albert, U., Colizzi, M., & Balestrieri, M. (2023). Mentalization in young patients undergoing opioid agonist treatment: Implications for clinical management. *Addictive Behaviors Reports*, 17, 100497. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2023.100497>

Price, C. J., & Thompson, E. A. (2007). Measuring dimensions of body connection: body awareness and bodily dissociation. *The Journal of Alternative and Complementary Medicine: Paradigm, Practice, and Policy Advancing Integrative Health*, 13(9), 945-953. <https://doi.org/10.1089/acm.2007.0537>

Ridenour, J., Knauss, D., & Hamm, J. A. (2019). Comparing metacognition and mentalization and their implications for psychotherapy for individuals with psychosis. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 49(2), 79-85. <https://doi.org/10.1007/s10879-018-9392-0>

Rosen, L. D., Whaling, K., Carrier, L. M., Cheever, N. A., & Rökkum, J. (2013). The media and technology usage and attitudes scale: An empirical investigation. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2501-2511. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.06.006>

Rüfenacht, E., Shaverin, L., Stubbley, J., Smits, M. L., Bateman, A., Fonagy, P., & Luyten, P. (2023). Addressing dissociation symptoms with trauma-focused mentalization-based treatment. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 37(4), 467-491. <https://doi.org/10.1080/02668734.2023.2272765>

Russo, A., Santoro, G., & Schimmenti, A. (2022). Interpersonal guilt and problematic online behaviors: The mediating role of emotion dysregulation. *Clinical Neuropsychiatry*, 19(4), 236–245. <https://doi.org/10.36131/cnfioritieditore20220406>

Saiphoo, A. N., Halevi, L. D., & Vahedi, Z. (2020). Social networking site use and self-esteem: A meta-analytic review. *Personality and Individual Differences*, 153, 109639. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109639>

Sampasa-Kanyinga, H., & Lewis, R. F. (2015). Frequent use of social networking sites is associated with poor psychological functioning among children and adolescents.

*Cyberpsychology, behavior, and social networking*, 18(7), 380-385.

<https://doi.org/10.1089/cyber.2015.0055>

Santoro, G., Costanzo, A., Franceschini, C., Lenzo, V., Musetti, A., & Schimmenti, A. (2024). Insecure minds through the looking glass: the mediating role of mentalization in the relationships between adult attachment styles and problematic social media use. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(3), 255.

<https://doi.org/10.3390/ijerph21030255>

Sar, V., & Ozturk, E. (2013). Stimulus deprivation and overstimulation as dissociogenic agents in postmodern oppressive societies. *Journal of Trauma & Dissociation*, 14(2), 198–212. <https://doi.org/10.1080/15299732.2013.724346>

Savci, M., Tekin, A., & Elhai, J. D. (2022). Prediction of problematic social media use (PSU) using machine learning approaches. *Current Psychology*, 41(5), 2755-2764.

<https://doi.org/10.1007/s12144-020-00794-1>

Savov, S., & Atanassov, N. (2013). Deficits of affect mentalization in patients with drug addiction: Theoretical and clinical aspects. *International Scholarly Research Notices*, 2013, Article 250751. <https://doi.org/10.1155/2013/250751>

Schimmenti, A. (2015). Psychometric properties of the Adolescent Dissociative Experiences Scale in a sample of Italian adolescents. *Journal of Trauma & Dissociation*, 17(2), 244–257. <https://doi.org/10.1080/15299732.2015.1064507>

Schimmenti, A. (2016). Dissociative experiences and dissociative minds: Exploring a nomological network of dissociative functioning. *Journal of Trauma & Dissociation*, 17(3), 338–361. <https://doi.org/10.1080/15299732.2015.1108948>

- Schimmenti, A. (2023). Beyond addiction: rethinking problematic internet use from a motivational framework. *Clinical Neuropsychiatry*, 20(6), 471.  
<https://doi.org/10.36131/cnfioritieditore20230601>
- Schimmenti, A., & Caretti, V. (2010). Psychic retreats or psychic pits? Unbearable states of mind and technological addiction. *Psychoanalytic Psychology*, 27(2), 115–132.  
<https://dx.doi.org/10.1037/a0019414>
- Schimmenti, A., Santoro, G., Costanzo, A., & Musetti, A. (2025). Attachment trauma, dissociation, and addictive behaviors: A psychodynamic perspective. *Journal of Trauma & Dissociation*, 26(5), 697–714.  
<https://doi.org/10.1080/15299732.2025.254212>
- Schou Andreassen, C., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction-an overview. *Current pharmaceutical design*, 20(25), 4053-4061.  
<https://doi.org/10.2174/13816128113199990616>
- Shannon, H., Bush, K., Villeneuve, P. J., Hellemans, K. G., & Guimond, S. (2022). Problematic social media use in adolescents and young adults: systematic review and meta-analysis. *JMIR Mental Health*, 9(4), e33450. <https://doi.org/10.2196/33450>
- Sharp, C., Barr, C., & Vanwoerden, S. (2025). Hypermentalizing: The development and validation of a self-report measure. *Frontiers in Psychology*, 16, 1546464.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1546464>
- She, R., Mo, P. K. H., Li, J., Liu, X., Jiang, H., Chen, Y., Zhang, X., Lau, J. T. F., & Zhang, J. (2023). The double-edged sword effect of social networking use intensity on problematic social networking use among college students: The role of social skills and social anxiety. *Computers in Human Behavior*, 140, 107555.  
<https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107555>

- Sloate, P. L. (2008). From fetish object to transitional object: The analysis of a chronically self-mutilating bulimic patient. *Journal of the American Academy of Psychoanalysis and Dynamic Psychiatry*, 36(1), 69–88. <https://doi.org/10.1521/jaap.2008.36.1.69>
- Solms, M. (2021). *The hidden spring: A journey to the source of consciousness*. Profile Books.
- Sommantico, M., Ramaglia, F., & Lacatena, M. (2023). Relationships between depression, fear of missing out and social media addiction: The mediating role of self-esteem. *Healthcare*, 11(12), 1667. <https://doi.org/10.3390/healthcare11121667>
- Starcevic, V., Eslick, G. D., Viswasam, K., Billieux, J., Gainsbury, S. M., King, D. L., & Berle, D. (2023). Problematic online behaviors and psychopathology in Australia. *Psychiatry Research*, 327, 115405. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2023.115405>
- Steiner, J. (1993). *Psychic retreats: Pathological organizations in psychotic, neurotic and borderline patients*. Routledge.
- Stern, D. B. (1983). Unformulated experience: From familiar chaos to creative disorder. *Contemporary Psychoanalysis*, 19(1), 71–99. <https://doi.org/10.1080/00107530.1983.10746593>
- Stronge, S., Mok, T., Ejova, A., Lee, C., Zubielevitch, E., Yogeewaran, K., Hawi, D., Osborne, D., Bulbulia, J., & Sibley, C. G. (2019). Social media use is (weakly) related to psychological distress. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(9), 604–609. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0176>
- Su, W., Han, X., Yu, H., Wu, Y., & Potenza, M. N. (2020). Do men become addicted to internet gaming and women to social media? A meta-analysis examining gender-related differences in specific internet addiction. *Computers in Human Behavior*, 113, 106480. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106480>
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. W. W. Norton & Company.

- Tanzilli, A., Di Giuseppe, M., Giovanardi, G., Boldrini, T., Caviglia, G., Conversano, C., & Lingiardi, V. (2021). Mentalization, attachment, and defense mechanisms: a Psychodynamic Diagnostic Manual-2-oriented empirical investigation. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process and Outcome*, 24(1), 531.  
<https://doi.org/10.4081/ripppo.2021.531>
- Temler, M., Paterson, H. M., & MacCann, C. (2024). Higher dissociation and lower verbal ability predict news-related information sharing on social media. *Discover Psychology*, 4(1), 132. <https://doi.org/10.1007/s44202-024-00252-0>
- Terzioğlu, M. A., & Uğurlu, T. T. (2023). Social media addiction in medical faculty students; the relationship with dissociation, social anxiety, and alexithymia. *Pamukkale Medical Journal*, 16(4), 580-592. <https://doi.org/10.31362/patd.1321281>
- Timms, R. J., & Connors, P. (1992). *Embodying healing: Integrating bodywork and psychotherapy in recovery from childhood sexual abuse*. Safer Society Press.
- Toqeer, S., Aqeel, M., Shuja, K. H., Bibi, A., & Abbas, J. (2021). Attachment styles, facebook addiction, dissociation and alexithymia in university students; a mediational model. *Nature-Nurture Journal of Psychology*, 1(28), 28–35.  
<https://doi.org/10.53107/nnjp.v1i1.2>
- Turkle, S. (1995). *Life on the screen: Identity in the age of the Internet*. Simon & Schuster.
- Tutgun-Ünal, A., & Deniz, L. (2015). Development of the social media addiction scale. *Academic Journal of Information Technology*, 6(21), 51–70.  
<https://doi.org/10.5824/1309-1581.2015.4.004.x>
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2019). Media use is linked to lower psychological well-being: Evidence from three datasets. *Psychiatric Quarterly*, 90(2), 311-331.  
<https://doi.org/10.1007/s11126-019-09630-7>

- Valkenburg, P. M. (2022). Social media use and well-being: What we know and what we need to know. *Current Opinion in Psychology*, 45, 101294.  
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2021.12.006>
- Van der Kolk, B. A. (2006). Clinical implications of neuroscience research in PTSD. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1071(1), 277–293.  
<https://doi.org/10.1196/annals.1364.022>
- Venta, A., Harmon, J., Abate, A., Marshall, K., & Mouton-Odum, S. (2019). Pilot data supporting an attachment-based theory of adolescent social media use. *Child and Adolescent Mental Health*, 24(3), 274-282. <https://doi.org/10.1111/camh.12329>
- Villanti, A. C., Johnson, A. L., Ilakkuvan, V., Jacobs, M. A., Graham, A. L., & Rath, J. M. (2017). Social media use and access to digital technology in US young adults in 2016. *Journal of Medical Internet Research*, 19(6), e196. <https://doi.org/10.2196/jmir.7303>
- Wagner-Skacel, J., Riedl, D., Kampling, H., & Lampe, A. (2022). Mentalization and dissociation after adverse childhood experiences. *Scientific Reports*, 12(1), 6809.  
<https://doi.org/10.1038/s41598-022-10787-8>
- Wéry, A., Deleuze, J., Canale, N., & Billieux, J. (2018). Emotionally laden impulsivity interacts with affect in predicting addictive use of online sexual activity in men. *Comprehensive Psychiatry*, 80, 192–201.  
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2017.10.004>
- Woods, H. C., & Scott, H. (2016). # Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of adolescence*, 51, 41-49. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>
- Wood, L., Hairston, D., Schrag, R. V., Clark, E., Parra-Cardona, R., & Temple, J. R. (2022). Creating a digital trauma informed space: Chat and text advocacy for survivors of

- violence. *Journal of interpersonal violence*, 37(19-20), NP18960-NP18987.  
<https://doi.org/10.1177/08862605211043573>
- Worsley, J. D., McIntyre, J. C., Bentall, R. P., & Corcoran, R. (2018). Childhood maltreatment and problematic social media use: The role of attachment and depression. *Psychiatry research*, 267, 88-93.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.05.023>
- Wu, P., Feng, R., & Zhang, J. (2024). The relationship between loneliness and problematic social media usage in Chinese university students: A longitudinal study. *BMC Psychology*, 12(1), 13. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01498-4>
- Wu, W., Huang, L., & Yang, F. (2024). Social anxiety and problematic social media use: A systematic review and meta-analysis. *Addictive Behaviors*, 153, 107995.  
<https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2024.107995>
- Xanidis, N., & Brignell, C. M. (2016). The association between the use of social network sites, sleep quality and cognitive function during the day. *Computers in Human Behavior*, 55, 121–126. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.004>
- Yargıç, L. I., Tutkun, H., & Sar, V. (1995). Reliability and validity of the Turkish version of the Dissociative Experiences Scale. *Dissociation: Progress in the Dissociative Disorders*, 8(1), 10–13. <https://hdl.handle.net/1794/1589>
- Yıldız Durak, H. (2020). Modeling of variables related to problematic internet usage and problematic social media usage in adolescents. *Current Psychology*, 39(4), 1375–1387. <https://doi.org/10.1007/s12144-018-9840-8>
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

## Anexo A

Tabla A1

*Ecuaciones utilizadas para la búsqueda en las bases de datos*

Base de datos	Ecuaciones de búsqueda	Filtros aplicados	Resultados	Seleccionados
Psycinfo	TI,AB(("social media" OR "social networking site*" OR SNS OR instagram OR tiktok OR facebook OR twitter OR selfie) AND (mentaliz* OR "reflective functioning" OR mentalization OR mentalisation OR dissociat* OR "dissociative experiences"))	Peer-reviewed; English/Spanish; 2010–2025	68	13
Medline	((("social media"[Title/Abstract] OR "social networking site*" [Title/Abstract] OR SNS[Title/Abstract] OR instagram[Title/Abstract] OR tiktok[Title/Abstract] OR facebook[Title/Abstract] OR twitter[Title/Abstract] OR selfie[Title/Abstract]) AND (mentaliz*[Title/Abstract] OR "reflective functioning"[Title/Abstract] OR mentalization[Title/Abstract] OR mentalisation[Title/Abstract] OR dissociat*[Title/Abstract] OR "dissociative experiences"[Title/Abstract]))	Humans; Journal Article; English/Spanish; 2010–2025	56	11
Scopus	TITLE-ABS-KEY(("social media" OR "social networking site*" OR SNS OR instagram OR tiktok OR facebook OR twitter OR selfie) AND (mentaliz* OR "reflective functioning" OR mentalization OR mentalisation OR dissociat* OR "dissociative experiences"))	Article; English/Spanish; 2010–2025	234	25
Web of Science	TS=(("social media" OR "social networking site*" OR SNS OR instagram OR tiktok OR facebook OR twitter OR selfie) AND	Article; Early Access; English/Spanish; 2010–2025	350	20

(mentaliz\* OR "reflective  
functioning" OR mentalization OR  
mentalisation OR dissociat\* OR  
"dissociative experiences"))

---

*Nota.* TI,AB = búsqueda en título y resumen; TITLE-ABS-KEY = búsqueda en título, resumen y palabras clave; TS = topic search; SNS = social networking sites. Los resultados corresponden al número de artículos identificados antes del cribado y eliminación de duplicados.

**Anexo B**

Tabla B1

*Características demográficas de las muestras de los estudios*

Estudio	Muestra	Rango de edad	Edad media	Género	País	Reclutamiento
Bassi et al. (2024)	Adultos jóvenes	18–30	23.84	Mixto	Italia	Encuesta online
Bersani et al. (2022)	Adultos jóvenes	18–34	24.4	Mixto	Italia	Encuesta online
Calaresi et al. (2025)	Adolescentes	14–17	15.43	Mixto	Italia	Institutos
Casale et al. (2025)	Adultos	>18	20.29	Mixto	Italia	Universidades
Imperato et al. (2023)	Adolescentes	13–19	16.18	Mixto	Italia	Institutos
Kircaburun et al. (2020b)	Adultos jóvenes	18–25	20.76	Mixto	Turquía	Universidad
Musetti et al. (2021)	Adolescentes	No especificado	16.27	Mixto	Italia	Institutos
Musicò (2025)	Adultos	>18	31.8	Mujeres	Italia	Encuesta online
Ozturk et al. (2025)	Adultos	18–68	25.8	Mixto	Turquía	Encuesta online
Santoro et al. (2024)	Adultos	18–60	29.92	Mixto	Italia	Encuesta online
Temler et al. (2024)	Adultos	19–78 años	36.44	Mixto	No especificado	MTurk
Terzioğlu y Uğurlu (2023)	Adultos	No especificado	No especificado	Mixto	Turquía	Encuesta online
Venta et al. (2019)	Adolescentes	15–18	16.52	Mixto	Estados Unidos	Instituto

*Nota.* “Mixto” indica muestras compuestas por hombres y mujeres. MTurk = Amazon Mechanical Turk.

Tabla B2

*Resultados de los modelos multivariados*

Estudio	Tipo de análisis	Variable independiente / predictora	Variable dependiente	Variabes mediadoras o moderadoras	Hallazgos principales
Bassi et al. (2024)	Análisis de redes	Hipomentalización	PSMU	Trauma infantil y apego	La hipomentalización actuó como nodo puente entre trauma infantil/apego y PSMU. Las asociaciones fueron mayores con las subdimensiones de modificación del estado de ánimo y deterioro funcional.
Bersani et al. (2022)	Mediación	Función reflexiva	Ideación suicida	PSMU e IGD	La asociación entre menor capacidad de mentalización e ideación suicida estuvo mediada por síntomas de PSMU e IGD.
Calaresi et al. (2025)	Regresión y mediación	Inteligencia emocional rasgo	PSMU	FoMO y disociación	Menor inteligencia emocional se asoció con mayor PSMU; dicha relación estuvo mediada por FoMO y experiencias disociativas.
Casale et al. (2025)	Longitudinal	PSMU (T0)	Disociación corporal y absorción imaginativa (T1)	—	El PSMU en T0 predijo mayor disociación corporal y absorción/imaginación en T1.

Imperato et al. (2023)	Mediación	Función reflexiva	Exploración y reconsideración identitaria	PSMU	El PSMU medió completamente la relación entre función reflexiva y exploración identitaria profunda, y parcialmente con la reconsideración del compromiso identitario.
Kircaburun et al. (2020b)	Mediación	Disociación	PSMU	—	Mayores niveles de disociación se asociaron con mayor PSMU. Los perpetradores de ciberbullying mostraron mayores niveles de disociación.
Musicò (2025)	Mediación	Baja claridad del autoconcepto	Disociación corporal	PSMU de Instagram	El uso problemático de Instagram medió la relación entre baja claridad del self y disociación corporal.
Musetti et al. (2021)	Mediación	Abuso emocional infantil	PSMU	Diferenciación self-otro y función reflexiva	La relación entre abuso emocional infantil y PSMU estuvo parcialmente mediada por déficits de diferenciación self-otro y menor función reflexiva.
Ozturk et al. (2025)	Mediación	PSMU	Ciberdisociación	Trauma infantil	El abuso emocional, negligencia física y abuso sexual actuaron como mediadores parciales entre PSMU y ciberdisociación.
Santoro et al. (2024)	Mediación	Estilos de apego	PSMU	Hipomentalización	La hipomentalización medió parcialmente la relación entre apego ansioso/desorganizado y PSMU.

Temler et al. (2024)	Regresión	Disociación y habilidades verbales	Uso de redes sociales y amistades online	—	La disociación fue el predictor más importante del uso de redes sociales. Menores habilidades verbales también se asociaron con mayor uso y mayor probabilidad de compartir enlaces sin leerlos.
Terzioğlu y Uğurlu (2023)	Regresión	Disociación y ansiedad social	Riesgo de PSMU	—	La disociación online y la ansiedad social predijeron el riesgo de PSMU; la alexitimia no mostró efecto significativo.
Venta et al. (2019)	Mediación	Apego materno	Comparación social y feedback-seeking	Hipermentalización parental	La hipermentalización parental, específicamente los errores de sobreinterpretación, medió significativamente la relación entre apego materno y comparación social/feedback-seeking.

---

*Nota.* PSMU = *problematic social media use* (uso problemático de redes sociales); IGD = *internet gaming disorder* (trastorno por juego en internet); FoMO = *fear of missing out* (miedo a perderse algo); T0 = tiempo 0; T1 = tiempo 1.

## Anexo C

### *Declaración uso de herramientas de inteligencia artificial generativa*

Título del trabajo: Uso de redes sociales, disociación y mentalización: una revisión sistemática

Autor/a: Hernán Ferro Cepeda

DNI/Alumno/a: 50348885E

Nombre del Director/a de TFM: Carlos Pitillas Salva

Nombre del Máster: Máster en Psicología General Sanitaria

Coordinador/a de TFM: Pablo Fernández Cáncer

Mediante la presente, declaro que en la elaboración del trabajo arriba indicado he utilizado herramientas de Inteligencia Artificial Generativa en las siguientes fases:

Búsqueda y localización de bibliografía:

- Se utilizó la herramienta ChatGPT (OpenAI).
- En algunas ocasiones se solicitaron referencias y artículos relacionados con temas específicos. Ninguna referencia fue incorporada al trabajo sin acceder previamente al artículo original y comprobar la información proporcionada.
- Se emplearon prompts que aclarasen la necesidad de que se trate de información verídica.

Resumen/ayuda para comprensión de textos:

- Se utilizó la herramienta ChatGPT (OpenAI).
- Se solicitaron explicaciones simplificadas de algunos textos teóricos complejos, después de haber realizado una lectura y un intento previo de comprensión independiente de los textos originales.

Organización/estructura del trabajo:

- Se utilizó la herramienta ChatGPT (OpenAI).
- Se empleó como apoyo para revisar la organización general del TFM y para orientar la ubicación de tablas, figuras y apartados del documento.

Revisión ortográfica/estilo:

- Se utilizó la herramienta ChatGPT (OpenAI).
- Se revisaron posibles errores de redacción y estilo académico en algunos párrafos concretos, especialmente en el resumen y en determinados apartados de discusión.
- Se revisó el lenguaje utilizado para describir los resultados y las conclusiones derivadas. En específico, se evitó declarar relaciones causales y se intentó adaptar el lenguaje a las conclusiones que se pueden extraer a partir de modelos de mediación, regresión y análisis de redes empleados en los estudios seleccionados.

Generación de texto (fragmentos): [indicar herramienta(s) y especificar exactamente qué se generó y cómo fue editado por el autor del TFM].

- Se utilizó la herramienta ChatGPT (OpenAI).
- La herramienta se empleó para traducir el resumen al inglés. Posteriormente, la traducción fue revisada y corregida manualmente de forma detallada.

Otros:

*Explica qué hiciste para comprobar y garantizar que la información proporcionada por la IA era correcta.*

- Utilizaba prompts específicos orientados a verificar la veracidad de las respuestas: “hazlo a través únicamente de información verídica”, “no inventes nada” o “revisa varias veces la veracidad de tus conclusiones”.
- Las respuestas obtenidas fueron revisadas críticamente y, cuando fue necesario, se solicitaron reformulaciones o nuevas comprobaciones del contenido y formato.
- En caso de citas de referencias bibliográficas o contenido derivado de artículos científicos, accedía al texto completo y examinaba la exactitud de la información proporcionada. Si encontraba discrepancias o información contradictoria, utilizaba exclusivamente la información representada en el artículo.

Declaración de veracidad:

Firmo y certifico que la información procedente de herramientas de IA ha sido verificada por mí mediante consulta de fuentes académicas primarias y que el texto final incorpora un trabajo de redacción, síntesis y reflexión personal.

Firma del/a alumno/a:

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, cursive letters that appear to be 'JG' or similar initials.

---

Fecha: 15/05/2026