

# Creo saber lo que estás pensando: Teoría de la mente

**SER HUMANO**



**POR MAURICIO MIGUEL ORTIZ GUTIÉRREZ**

24/02/2022

## **El pensamiento de María**

Cuando María supo que visitaría a sus abuelos –quienes vivían en al otro extremo de la ciudad–, se emocionó mucho, ya que eran ellos los que siempre la visitaban. La noticia sonaba a una aventura. El motivo de la visita era la fiesta de su prima Tania.

Al llegar a casa de sus abuelos, lo primero que hizo María fue explorar el lugar, recorrió la sala, la cocina, los cuartos, y por último, el patio, y al cabo de unos minutos se acercó a sus padres, que platicaban con sus abuelos. Con voz fuerte, les dijo: “¡La casa está muy sucia, hay mucha basura!”. De pronto, la cara de sus padres se puso roja y seria; ella no comprendió en ese momento lo que acaba de ocurrir. Tenía sólo 4 años.

Más tarde, inició la fiesta y muchos niños fueron llegando. María no conocía a la mayoría, así que se acercó a donde todos platicaban. Otro niño más grande presumía que en su fiesta de cumpleaños le habían dado muchos regalos, juguetes caros, e incluso que fueron un payaso y un mago.

“Está fiesta está muy aburrida”, dijo el niño en forma burlona. María pudo ver la molestia en su prima y eso la hizo sentir triste. En ese momento entendió la reacción de sus padres y abuelos. Sus padres se sintieron molestos y apenados por su comentario de la basura.

*Las palabras pueden hacer sentir mal a los demás, pensó, y continuó escuchando al niño que se burlaba de la fiesta de Tania y empezó a sentir mucho enojo. En un arranque, se levantó y le dio una patada al niño, tratando de defender a su prima. Eso hará que Tania se sienta feliz, pensó María, pero inmediatamente sus padres la regañaron y castigaron por su mal comportamiento.*

Durante el regreso a casa, María pensaba en lo que había pasado en la fiesta. Recordó lo que dijo sobre la casa y lo que pudieron pensar los demás en ese momento; también en lo que podría estar pensando su prima sobre el otro niño, y se preguntó qué estaban pensando sus papás sobre ella después de haberle pegado a éste. Muchas ideas sobre lo que pensaban todos le estaban dando vueltas en su mente.



## ¿Leer la mente? No tanto, pero casi

Teorizar sobre lo que los demás piensan acerca de sus actos se conoce como Teoría de la mente. Se trata de una facultad que acompañará a María por el resto de su vida y le ayudará a suponer pensamientos, creencias, intenciones y sentimientos ajenos, y a regular su comportamiento dentro de sus círculos sociales.

Socializar es muy importante para todas las personas, ya que es la forma en que pueden relacionarse y ayudarse mutuamente, o tener pequeñas peleas si nos gana el enojo. El desarrollo de un pensamiento social nos ha dado la capacidad de identificar e intercambiar señales con las cuales obtenemos información para aprender y predecir las respuestas de otros ante ciertas situaciones, tal como ocurrió con el caso de María.

El comportamiento con los demás se dará dependiendo de con quién nos relacionemos, y será nuestro pensamiento el que nos dirá si algo está bien, si es correcto o si tendrá consecuencias para los demás. La anticipación de nuestros actos, pensar en cómo podrían afectar y cómo podrían responder los demás, parece ser una herramienta muy conveniente para evitarnos conflictos.

El término de Teoría de la mente (ToM, por sus siglas en inglés) se le atribuye a los investigadores en primates David Premack y Guy Woodruff, quienes en 1978 intentaban demostrar si los chimpancés podían reconocer las intenciones de los humanos al realizar ciertas tareas. En sus experimentos mostraban a los chimpancés unos videos donde una persona dentro de una jaula intentaba alcanzar un objeto fuera de ella sin tener éxito, posteriormente exponían una serie de fotografías de dos tipos: unas mostraban la solución al problema de la persona en el video y las otras mostraban respuestas incorrectas. La mayoría de las veces acertaban al seleccionar la fotografías.

Con estos datos, los investigadores llegaron a la conclusión de que los chimpancés podían suponer lo que quería la persona, es decir, podían anticipar la intención y deducir el objetivo de la acción. Por tanto, Premack y Woodruff definieron la ToM como un proceso por el cual un sujeto A puede teorizar sobre lo que un sujeto B quiere; de cierta forma el sujeto A se atribuye pensamientos propios y reconoce los posibles pensamientos de los demás. Tal como le pasó a María cuando vio que su prima Tania se sentía triste y enojada, pues pensó que ella estaba así por la actitud del otro niño, y también pensó que sus padres se habían sentido apenados por sus comentarios sobre la casa; es decir, María estaba pensando en lo que pensaban los demás.

La adquisición de la ToM permite generar las habilidades desde dos perspectivas: los sentimientos y el pensamiento. Estas habilidades son reguladas por redes cerebrales localizadas en distintas partes del cerebro, pero que interactúan al mismo tiempo. Los sentimientos se pueden referir a lo emocional, la capacidad de deducir deseos, miedos o alegrías, y a su vez anticipar la conducta de las otras personas; se ha identificado que este proceso ocurre en la zona más profunda del cerebro, principalmente en la amígdala y la ínsula. Los pensamientos se relacionan con creencias e intenciones, éstas parecen apoyarse en la corteza prefrontal, que se ubica en la región de la frente. Esta unión de procesamientos lleva a desarrollar los estados de empatía que permiten identificar cómo se sienten los demás.

## **Interactuar es aprender**

La ToM se adquiere alrededor de los primeros años de vida. Estudios realizados por Ríos y Flores [1] indican que los bebés en periodo de lactancia ya reconocen diferentes emociones básicas. Estas investigaciones realizadas indican que a partir del primer año los bebés ya pueden sentir empatía. A los dos años pueden diferenciar entre la realidad y la fantasía. De



los dos años y hasta los cuatro se comienza a desarrollar la suposición de lo que piensan y sienten los demás. Entre los tres y cinco años se presenta una etapa crucial para el desarrollo cognitivo, social y emocional, ya que inicia la comprensión y percepción de la conducta, pensamientos y sentimientos tanto propios como ajenos.

Asimismo, algunos autores como Rodríguez y Monforte [2], indican que entre los periodos de los dos a los 12 años la ToM se desarrolla y se hace más compleja progresivamente. Sin embargo, se ha descubierto que existe una excepción en la adquisición de estas habilidades: no se desarrolla por completo en las personas que presentan autismo, lo que les dificulta la interacción con otras personas.

La ToM se forma según interactuamos con otras personas. A María le faltan más fiestas y mucha convivencia con diferentes personas para saber cómo debe actuar con los demás en diferentes situaciones de la vida cotidiana.



## Lenguaje y memoria: dos puertas de un mismo cuarto

Al abordar la ToM y revisar cómo es que el pensamiento social de desarrollo, se debe revisar otro punto que de gran interés en el mundo científico y con el cual no tendríamos forma para comunicar ni aprender toda la

información que obtenemos. Me refiero al lenguaje. El lenguaje nos ayuda a entender a los demás, y no sólo de forma hablada, también [corporal](#).

Cuando vamos creciendo aprendemos que tenemos que comportarnos de cierta forma en lugares específicos, como la escuela, la visita al médico, o al ser invitados a una fiesta como pasó con María. Esto nos permite adecuarnos al contexto e interactuar de forma conveniente. El lenguaje se relaciona con la memoria operativa, la cual almacena información y nos permite realizar tareas como leer, pensar y aprender, y también con el control inhibitorio, que se encarga de manejar nuestra conducta, pensamientos y las respuestas que damos a otras personas.

Lev Vygotsky –destacado teórico de la psicología del desarrollo– propone que el desarrollo de los humanos se puede explicar solamente en términos de la interacción social. Y este desarrollo consiste en la apropiación de instrumentos culturales como el lenguaje, que inicialmente no nos pertenece, sino que pertenece al grupo humano en el que nacemos. Esto ayuda a que los niños comiencen a generar un sentido de pertenencia y de significado cultural. El lenguaje es la herramienta de la comunicación entre los miembros de un grupo.

La interacción lleva a desarrollar las habilidades del lenguaje, el cual es estimulado principalmente por los padres con la intención de formar vínculos afectivos y emocionales. Los niños se esfuerzan en expresar lo que sienten y piensan en función de sus habilidades lingüísticas, este esfuerzo los lleva a realizar el proceso de imitación que es el primer paso para comunicarse.

El pensamiento social permite identificar y representar de forma correcta el lenguaje con los demás, es por eso que la convivencia con otras personas es necesaria, ya que no podemos vivir aislados, necesitamos de los otros para nuestro desarrollo. La familia es el primer círculo social que ayuda en el desarrollo de los más pequeños, en ella se aprenden reglas de convivencia. Los familiares adultos son los que ayudan y dan las herramientas para saber cómo comportarse en diferentes situaciones, y a resolver las dificultades que se presenten durante las interacciones sociales.

Los niños desarrollarán sus capacidades cognitivas, entre ellas el lenguaje, y a la par, la ToM. Los primeros años de vida del niño son imprescindible para que estas capacidades se desarrollen. El lenguaje se convertirá en una herramienta vital para la transmisión de conocimiento y expresión de sus pensamientos y sentimientos, y la adquisición de la ToM ayudará a establecer las bases para entender el comportamiento social de los otros.

Por eso, es importante que tanto María como nosotros utilicemos la ToM en todo momento, pues como vimos, nos ayudará a tener una mejor relación con las personas que nos rodean y a darnos cuenta cuando “metemos la pata”.



## Referencias

- [1] Ríos, J., & Flórez, E. (2017). *Teoría de la mente en niños de 6 a 10 años de edad con antecedente de nacimiento prematuro y en edad escolar*. *Psychologia*, 11(2), 29-43. doi: 10.21500/19002386.2626
- [2] Rodríguez, I., & Monforte, D. (2018). *¿Existen diferencias en la adquisición de Teoría de la Mente entre niños sordos de padres sordos y de padres oyentes con respecto a los niños con audición normal? Una Revisión*. *Revista ORL*, 10, 133-140. <https://doi.org/10.14201/orl.19539>