



RAZONES PARA NUNCA UTILIZAR EL CASTIGO FÍSICO

Más de 50 años de estudios científicos desde la neurociencia, la psicología del desarrollo, la economía, la sociología y otras disciplinas, sugieren tres razones por las cuales el castigo físico, incluso las palmadas, nunca debería utilizarse como método de disciplina.



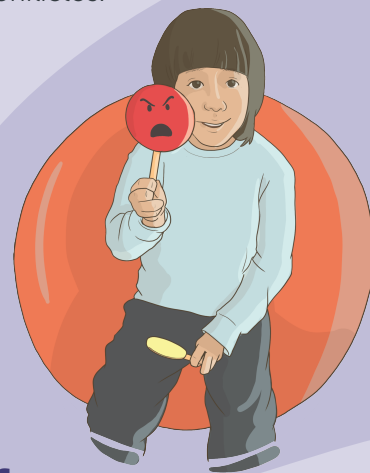
1. AFECTA NEGATIVAMENTE EL DESARROLLO

Los estudios muestran que el castigo físico se asocia en particular con los siguientes riesgos:

- Desarrollo atípico de las áreas del cerebro encargadas del conocimiento y emociones.
- Menor desarrollo del conocimiento, que puede generar problemas académicos y dificultar el aprendizaje.
- Problemas de salud mental, como depresión y ansiedad en la adolescencia y la adultez.
- Menor autocontrol, que puede generar dificultades para manejar las emociones y tener un buen comportamiento.
- Mayor agresividad. Si ven y experimentan la violencia, aprenden a utilizarla como medio para resolver los conflictos.

2. PRODUCE EFECTOS CONTRARIOS A LOS QUE SE BUSCAN

- Incrementa comportamientos indeseables y problemas de desarrollo.
- Empeora el mal comportamiento, al reducir su autorregulación y aumentar su agresividad.
- No permite entender e interiorizar las razones por las cuales el comportamiento es inadecuado.



3. LOS MÉTODOS NO VIOLENTOS SON MÁS EFECTIVOS

- Dejar de usar el castigo físico no significa que las niñas y los niños hagan lo que quieran.
- La disciplina efectiva se fundamenta en el diálogo y establecer reglas claras, con límites y consecuencias.
- La disciplina debe ser consistente y fundamentarse en la empatía para entender las razones del comportamiento.
- El ejemplo influye en el comportamiento. La crianza amorosa motiva relaciones basadas en el buen trato y el respeto.

Tomado del artículo: Tres razones para nunca utilizar el castigo físico, de acuerdo con la ciencia. Jorge Cuartas – Ph.D. Student Harvard Graduate School of Education. Codirector Fundación Apapacho.