



UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

UANL

FaPsi



FACULTAD DE PSICOLOGÍA®

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

**APLICACIÓN DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA
INFORMACIÓN**

Evidencia de Aprendizaje 1.1

Documento Extenso (ensayo o informe)

Equipo 6

Torres Luna Diego
Zapata Ramírez Denilson Israel
Valdes Espiricueta Carlos Josue

Abordar la salud mental de los estudiantes a través de la lente del estrés de las tareas (trabajo en casa).

Jack Sorensen

Programa de Estudios Liberales, Universidad Estatal de California, Small

EDTE 490 W: Piedra angular de los Estudios Liberales

Dra. Maris Thompson

16 de diciembre de 2020

Abstracto

Los deberes son una práctica generalizada y controvertida, y un culpable común de producir estrés académico en los estudiantes. Si bien hay muchos argumentos a favor y en contra de esta práctica, este estudio buscó examinar la justificación subyacente de la tarea, las diversas experiencias de diferentes poblaciones de estudiantes relacionadas con la tarea y el estrés resultante, y las posibles medidas de alivio para prevenir estos resultados negativos. Al examinar estos elementos a través de la lente de la Teoría de la Actividad, se hace más evidente una desconexión entre las herramientas que les damos a los estudiantes y el resultado esperado de la tarea. A través de una revisión exhaustiva de la literatura y los datos de las entrevistas, los hallazgos de este estudio demostraron una clara necesidad de reexaminar el papel de la

tarea para los educadores, y la necesidad de técnicas de respuesta siempre que la práctica esté justificada para prevenir resultados negativos de salud mental debido al estrés de la tarea.

Palabras clave: deberes, estrés, salud mental

Los resultados de la salud mental de los adolescentes son una amenaza para la salud y el bienestar de los estudiantes, más de lo que nunca ha sido en la era moderna. A partir de 2019, los CDC informaron un aumento de casi el 40 por ciento en los sentimientos de tristeza o desesperanza en los últimos diez años, y aumentos similares en los sentimientos de ansiedad, así como en la ideación suicida (CDC, 2019). Además, estas cifras se recopilaban antes de la pandemia de Covid-19, por lo que los efectos se agravan, lo que hace que la investigación para revertir esta tendencia sea aún más apremiante. Cuando nos enfrentamos a la pregunta de cómo abordar esta crisis, nosotros, como docentes, a menudo podemos sentirnos perdidos, pero a menudo podemos recurrir a nuestras propias prácticas estándar que damos por sentado. Al considerar los factores estresantes constantes o cotidianos para los estudiantes, ¿qué problema se cita con más frecuencia que el de las tareas escolares (Katz et al. 2012, Moè et al. 2020, OCDE 2016)? Mi esperanza es que al desglosar un elemento tradicional de la instrucción, como la tarea, podamos identificar las formas en que una tradición tan controvertida y cuestionada durante mucho tiempo contribuye al estrés académico y a los resultados negativos de salud mental de los estudiantes. Por lo tanto, mi investigación se centró en esta pregunta; ¿Cómo pueden los diversos enfoques de la práctica de la tarea reducir los resultados negativos de salud mental en los estudiantes de primaria?

Planteamiento del problema

Los deberes han sido una práctica que se da por sentada en la mayoría de las aulas durante décadas, pero más recientemente han suscitado mucho debate y controversia sobre su uso. La sabiduría tradicional de muchos docentes suele ser que se necesita una práctica constante para mantener los conceptos frescos en la mente de los estudiantes, que los estudiantes deben desarrollar buenos hábitos de trabajo y que las tareas pueden proporcionar una valiosa evaluación formativa (Urauchi y Tanno 2022).

Por otro lado, los padres, los estudiantes e incluso otros profesores han argumentado sobre los aspectos negativos de la práctica, citándola como un factor de estrés constante para todas las partes involucradas, hasta el punto de que las relaciones entre cada parte pueden tensarse hasta un grado seriamente perjudicial (Katz. et al 2012).

Al abordar una crisis de salud mental como la que enfrenta nuestra generación actual de estudiantes, la tarea y el estrés académico asociado es un dominó psicosocial de alto riesgo; un factor estresante que, cuando no se aborda adecuadamente, puede provocar una disminución de la motivación, resultados negativos para la salud debido al estrés crónico e incluso al fracaso escolar (Pascoe et al. 2020, Schraml et al. 2012). Como futuros educadores, debemos aprender a manejar esta práctica controvertida pero omnipresente con la atención extrema que merece, para servir mejor a una población diversa de estudiantes.

Justificación del estudio

Creo que este trabajo es de suma importancia para el campo de la educación. La tarea es una práctica casi universal, la mayoría de las escuelas públicas tienen un enfoque bastante estandarizado y, sin embargo, debido a Covid-19, muchas de estas prácticas se interrumpieron y luego se reevaluaron rápidamente, una respuesta que a menudo varía enormemente entre los diferentes distritos y estados. El empeoramiento increíblemente preocupante de la salud mental de los estudiantes tiene un gran impacto, no solo académico o para la salud a nivel individual, sino para el sistema y la sociedad en su conjunto. Es un fenómeno frecuente que uno de los principales generadores de estrés en el día a día de los estudiantes es el estrés resultante de los deberes (Katz et al. 2012, Moè et al. 2020, OCDE 2016), una experiencia de la que yo y muchos otros (especialmente aquellos con enfermedades psiquiátricas preexistentes) podemos dar fe. Ha habido un gran esfuerzo para abordar esta tensión, especialmente a través de la rápida adaptación requerida por la pandemia, pero de ninguna manera es consistente entre distritos y estados ni se centra claramente en abordar los problemas de raíz de la práctica.

REVISIÓN DE LA LITERATURA

Introducción

El propósito de esta revisión es examinar críticamente el papel que juegan los deberes en la introducción del estrés en el sistema social de escolarización. Desde la perspectiva de los educadores, las familias, los organizadores de programas, los administradores y, sobre todo, los estudiantes, el papel que juegan los factores estresantes en la dinámica de este sistema social es una preocupación constante, ninguna más omnipresente que la lucha diaria con la tarea. El tema de la asignación de tareas en las escuelas primarias ha generado un debate de décadas sobre su efectividad, consecuencias e impacto en la vida escolar para estudiantes, padres y maestros por igual. En un esfuerzo por permanecer neutral en cuanto a su lugar en la educación, esta revisión se centrará más bien en las causas y efectos subyacentes del estrés relacionado con las tareas escolares y examinará los factores que pueden tratar de medir y mejorar este estrés. Si bien la controversia en torno a su lugar en la educación no es concluyente, podemos buscar mejores formas de interactuar con todos los aspectos del sistema social de escolarización para abordar las implicaciones de las tareas escolares a través de un enfoque exhaustivo basado en la investigación.

Justificación de la tarea

Si bien esta revisión no busca tomar partido por el debate en torno a los deberes como una práctica fundamental, sí busca enmarcarlos adecuadamente tal como los utilizan los educadores. Empezando, como sugerirían muchos educadores en ejercicio, con el por qué o con qué fin; ¿Por qué asignamos tareas?, ¿para qué es?, ¿realmente? Según los datos recopilados y analizados por Urauchi y Tanno (2022), la cantidad de tareas asignadas por los maestros de primaria se correlacionó con ciertas creencias subyacentes sobre la práctica. Después de que el estudio inicial pudo categorizar y validar el constructo de esas creencias (calificando las respuestas en categorías de centrado en el niño, comunicativo, manejo de la atención, etc.), la cantidad de tareas asignadas se correlacionó con las

creencias sobre la importancia de la "formación de hábitos" y la "comprensión y evaluación del aprendizaje", pero se correlacionó más fuertemente con la "promoción del aprendizaje". Es probable que estos maestros estén operando bajo suposiciones que fueron inculcadas en su propia educación, que luego reproducen en su propia práctica. Los investigadores concluyeron que "si los formadores de docentes identifican y reconocen las creencias de los docentes sobre los deberes, pueden ser capaces de abordar de manera más eficiente los problemas relacionados con la importancia de ese conocimiento en clase" (Urauchi y Tanno 2022, p. 9).

En una revisión meta-analítica de la masa de investigación sobre este tema, con la mayoría de los datos provenientes de la investigación de nivel elemental, se observaron diferencias significativas en la eficacia de las tareas entre los niveles de grado, con los investigadores afirmando "... Se puede concluir que la tarea funciona bien en los niveles de grado superior, como 5-8 y 9 y superiores, en lugar de en los niveles de grado inferior, como 1-4". (Baş et al. 2017, p. 40), y el rango de grado más bajo mide la mitad de la efectividad de los rangos más altos. Una posible explicación para este fenómeno, citan los investigadores, es una mejora en los dominios de desarrollo a medida que el estudiante crece, incluidos niveles más altos de conciencia, responsabilidad, resolución de problemas, pensamiento crítico, atención y concentración. En el mismo análisis, si bien existió una relación positiva en todos los tipos y niveles de experimentos entre las tareas asignadas y el rendimiento académico, el efecto se considera débil (p. 44), y los investigadores destacan otros factores como potencialmente más influyentes en la relación. como la calidad de las tareas, la duración apropiada para el nivel de desarrollo y la red de apoyo circundante para los estudiantes, incluida la ayuda de los padres y la retroalimentación de los maestros, de la misma manera que

Urauchi (2022), que sostuvieron conclusiones similares.

Para respaldar la idea de que los factores altamente situacionales tienen una relación sustancial con la eficacia de las tareas, un estudio de las diferencias de género y edad en las experiencias de tareas escolares encontró que el compañerismo y la ubicación (dónde y con quién) tenían efectos dramáticos y

variables entre diferentes grupos de edad y género (Kackar et al 2011). Por ejemplo, a pesar de que el tiempo promedio dedicado a las tareas escolares aumenta uniformemente a medida que aumenta la edad, el estrés reportado al hacer la tarea fue mayor para las niñas en casa mientras estaban solas que para los niños de edades similares, y menor que para los niños cuando hacían la tarea con amigos (p. 76). Las conclusiones que podemos extraer de estos efectos tan variables de los deberes apuntan a una contradicción; Si bien las creencias sobre la utilidad de la tarea por parte de los maestros son relativamente uniformes, en la práctica la experiencia de los estudiantes es todo lo contrario. En cuanto a los resultados en los que creen los maestros, la relación existe, pero varía mucho en cuanto a la edad del estudiante en particular y varios otros factores. Si bien eso puede dificultar la medición de si la práctica tiene el efecto deseado, lo que podemos medir y abordar de manera más concreta es la otra cara de la moneda, que es el efecto psicológico en los estudiantes.

Los deberes como factor estresante primario y sus efectos

Según una encuesta reciente de la OCDE (Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico), el 66% de los estudiantes informaron sentirse significativamente estresados por las malas calificaciones, entre muchos otros indicadores más específicos que los investigadores agrupan como estrés relacionado con el ámbito académico (OCDE 2016). Los efectos continuos de este estrés se pueden agrupar en varias categorías, que incluyen; perjudiciales para el bienestar mental, mayor probabilidad de consumo de sustancias, disminución de la capacidad para recibir una cantidad adecuada de sueño, mayor probabilidad de malos resultados de salud física y, finalmente, malos resultados académicos, incluida una mayor probabilidad de fracaso escolar (Pascoe et. al. 2020). Estos hallazgos son corroborados por un estudio longitudinal sobre los efectos inmediatos del estrés crónico a lo largo de un año escolar, combinado con las medidas objetivas recopiladas a partir de datos académicos, en el que los estudiantes que reportaron percibir altas demandas académicas y que mostraron síntomas de estrés crónico tuvieron un rendimiento académico significativamente peor al final de un año (Schraml et al. 2012).

Es claramente necesaria una forma válida de evaluar y medir cómo los deberes pueden estresar a los estudiantes, así como qué factores pueden amplificar o aliviar dicho estrés. El constructo "Estrés en torno a la tarea", propuesto por Katz et al. en su artículo de validación de constructos de 2012, ofrece un enfoque prometedor para abordar el problema. A través de la lente de la medición de factores correlacionados como la autoeficacia, la motivación y la dinámica estudiante-padre, los investigadores buscaron vincular mejor el estrés relacionado con las tareas escolares con las causas y efectos en el sistema social educativo. En un segundo estudio complementario, junto con la validación del constructo, también se realizó una comparación con las diferencias esperadas en los estudiantes con dificultades de aprendizaje. Estos estudios fueron exitosos, ya que demostraron que el estrés de la tarea se podía medir para correlacionarse de manera esperada con la autoeficacia y la motivación interna frente a la controlada, tanto en el estudiante como en un grado similar en los padres/tutores (Katz. et al 2012 p. 412) Este constructo, aunque todavía nuevo, podría ayudar a definir claramente cómo los factores subyacentes contribuyen al estrés relacionado con la tarea. en lo que respecta al estrés académico como se describió anteriormente. Con estas herramientas, nosotros, como educadores, podemos enmarcar claramente nuestra comprensión de las causas y efectos de este fenómeno, y evaluar mejor las diversas soluciones propuestas en la literatura posterior.

Perspectivas para aliviar el estrés de las tareas

Una perspectiva más reciente sobre una antigua explicación del "problema de los deberes" es el estudio de Zuzanek de 2009 sobre la asignación de tiempo. Los estudiantes en el estudio informaron sus sentimientos en tiempo real durante las tareas a lo largo del día, reportando el doble de estrés y ansiedad al hacer la tarea que en clase, aunque Zuzanek se enfoca en el resultado que muestra que los estudiantes informaron "sentirse desafiados" a una tasa mucho mayor haciendo la tarea que en clase también. Concluyen que los maestros, incapaces de desafiar a los estudiantes durante la jornada escolar, descargan ese trabajo para después de la escuela. En última instancia, concluye señalando lo que describió como una

"crisis social de gestión del tiempo", en la que la jornada escolar dejaba a los estudiantes decisiones difíciles a la hora de seleccionar las tareas en lugar de otras actividades, y dejaba a los padres demasiado presionados por su jornada laboral para apoyarlos (p. 114). Si bien esta perspectiva es interesante por su metodología, en última instancia es representativa de una respuesta más pasiva al problema. Zuzanek, al culpar a la amplia incapacidad de la sociedad para asignar eficientemente el tiempo, simplemente hace un gesto hacia problemas sistémicos más amplios en lugar de dar soluciones concretas e implementables.

Un informe fundacional sobre un conjunto más moderno e intensivo de enfoques se puede encontrar en Margolis (2005), en el que el autor categoriza los enfoques más prometedores identificados para aliviar el estrés de las tareas. Esto significa una búsqueda activa de la participación de los padres/tutores, la participación del grupo después de la escuela y la moderación administrativa. Margolis ofrece estrategias específicas para la colaboración con los padres individuales de los estudiantes con dificultades, como el desarrollo de planes de apoyo y tareas de apoyo específicas, e incluso la limitación del tiempo de las tareas. El estudio posiciona la gestión de los deberes como un proceso adaptativo, en el que el profesor colabora con todos los actores del sistema para producir los mejores resultados.

Aumentar la adopción de "prácticas de apoyo a las necesidades", o prácticas que satisfagan las necesidades psicológicas básicas de competencia, autonomía y relación tanto para el estudiante como para los padres mientras completan la tarea. "Las prácticas de apoyo a la necesidad consisten en una variedad de comportamientos, como mostrar comprensión, tomar la perspectiva del niño, fomentar la elección, la competencia y un sentido de volición (como mostrar paciencia, proporcionar una justificación, no ser intrusivo), mientras que las prácticas de frustración de la necesidad consisten en comportamientos que impiden que los niños tomen la iniciativa, experimenten competencia y relaciones de apoyo, como gritar, induciendo culpa, amenazando o castigando, estableciendo reglas sin permitir que el niño reflexione sobre su significado" (p. 1.2) El estudio encontró que las prácticas de frustración de necesidades no solo se transferían en gran medida al estrés de las tareas de los estudiantes, sino que a menudo nacían de una frustración de las necesidades por parte de los padres, ya que su competencia para ayudar a su hijo se veía amenazada por la falta de educación, recursos, o la comprensión del problema. Tanto los grupos de estudiantes como los de padres informaron una reducción en el estrés de las tareas después de un breve programa de intervención informativa, en el que fueron entrenados para implementar estas prácticas positivas. Este estudio, cuando se combina con las ideas de Margolis (2005), proporciona un marco para intervenir tanto a nivel de estudiante, padre y maestro para reducir las prácticas negativas que conducen al estrés de la tarea, un dominio que podría reducir significativamente el estrés relacionado con lo académico y la disminución de los resultados negativos asociados con él.

METODOLOGÍA

En esta sección explicaremos la metodología de esta indagación, incluyendo nuestra propia posicionalidad, el marco teórico del análisis y una revisión de una entrevista realizada a un educador de la comunidad. Nuestra propia historia y perspectiva sobre el tema es importante para nuestros objetivos de la investigación, ya que ha dado forma a la manera en que hemos llevado a cabo nuestra investigación desde el principio. Lo mismo puede decirse de la lente teórica de la teoría de la actividad, que ha influido en los estudios y en los aspectos específicos de esos estudios que más nos han llamado la atención. Por último, nuestro socio de la comunidad fue de gran ayuda, ya que nos proporcionó una perspectiva práctica como docente con experiencia reciente en el replanteamiento de la práctica

Posicionalidad

Nuestra posición sobre el tema de la tarea y cómo se relaciona con el estrés de los estudiantes ha sido moldeada por nuestra experiencia como estudiantes con dificultades, así como por nuestras observaciones de las prácticas de la escuela primaria en la actualidad. Durante toda nuestra carrera académica, hemos tenido problemas para completar las tareas regulares, desde nuestras primeras experiencias en la educación primaria, donde regularmente teníamos que quedarnos en el recreo para completar las tareas que faltaban. Atribuimos esta lucha tanto a las dificultades promedio de un niño en la era moderna, como a nuestro TDAH, que no fue diagnosticado hasta el año pasado. Nuestra incapacidad para prestar atención fue reconocida a estas edades tempranas, pero no se combinó con un comportamiento hiperactivo estereotipado, sino que se atribuyó al aburrimiento con el material. Nos colocaron en el programa para

superdotados, donde el ritmo acelerado del material podía mantener más fácilmente nuestro interés, pero lo que exacerbó nuestro problema para completar la tarea. La frustración resultante causó una tensión sustancial en nuestra relación con nuestros padres, maestros e incluso en nuestra propia imagen. Desde entonces, la tarea ha seguido siendo el aspecto más estresante de la escuela para nosotros, incluso nos llevó a nuestro propio roce con el fracaso escolar en nuestro primer intento de ir a la universidad. Si bien solo una parte de los estudiantes puede tener luchas similares con enfermedades mentales, la mayoría de los estudiantes con los que interactuamos durante nuestras observaciones en las escuelas primarias locales informaron al menos un estrés leve a moderado a diario relacionado con la tarea, y de hecho observamos un efecto similar en nuestro maestro colaborador. La cantidad de trabajo que se entregaba semanalmente era alta, e informaron que calificar las tareas y otras tareas como su mayor compromiso de tiempo semanalmente, lo que creaba un cuello de botella que afectaba a otros aspectos del aula. Nos dimos cuenta de que la tarea estaba ejerciendo una gran cantidad de estrés en todas las partes involucradas, lo que, combinado con su consistencia, tendría un impacto negativo en el bienestar mental de los estudiantes, padres y maestros por igual. Tanto nuestras luchas personales como nuestra historia, combinadas con estas observaciones, nos hicieron querer investigar técnicas y perspectivas alternativas sobre la tarea.

Marco teórico

El marco teórico que me pareció más útil para examinar el tema es Actividad Teoría. Establecido por primera vez refinando la crítica de la Teoría de la Conducta originada en la Escuela Rusa de Psicología con Vygotsky, Leont'ev y más tarde la escuela escandinava de AT refinaría este pensamiento para describir los mecanismos internos y externos entrelazados de la actividad humana y el grado en que los constructos sociales y tradicionales pueden influir en la forma de pensar y, por lo

tanto, en la acción de los sujetos humanos (Roth 2007). Este marco es especialmente pertinente para esta investigación, ya que la teoría comienza examinando una actividad particular, en este caso el trabajo a casa, e identifica una matriz circundante de "artefactos" construidos culturalmente, en este caso nuestras prácticas culturales con respecto a la tarea doméstica, como qué herramientas están disponibles y cómo se divide el trabajo entre las partes participantes. A menudo, estudios como Katz et al. (2012) y Margolis (2005) deben lidiar con los sistemas sociales circundantes y los sistemas mentales internos de la actividad de la tarea doméstica y, por lo tanto, buscan formar una conexión entre el sujeto individual y la realidad social de acuerdo con la teoría. Ha sido muy útil para mi comprensión de estos estudios clasificar si los investigadores identifican una tensión que se relaciona con las divisiones del trabajo, como el papel que desempeñan los padres y los maestros en las técnicas de reducción del estrés, o incluso si hay una desconexión entre el objeto y el resultado, como la confusión sobre si el éxito académico o la tarea como producto en sí mismo es el resultado de la actividad.

Entrevista con Socios Comunitarios

Para ayudar a obtener información sobre el tema de la tarea y sus efectos en la salud mental de los estudiantes, realicé una entrevista con la Sra. Williams (seudónimo), una maestra actual de 5º grado con una década de experiencia en educación. Al no ser ni un miembro senior del personal, ni una nueva contratación, estábamos seguros de que ella podría ofrecer una perspectiva equilibrada sobre un tema. Además, habíamos entablado una conversación sobre el tema después de que yo enseñara una lección a algunos de sus estudiantes como parte de un proyecto, y ella expresó que el distrito y su equipo de grado habían experimentado recientemente muchos cambios en el área. Al enmarcar los cambios recientes en torno a las preocupaciones resultantes de la pandemia, e indicar que podría ser parte de una tendencia más

amplia en el espacio, supe que había una gran oportunidad para profundizar la comprensión que ya proporciona la literatura.

En primer lugar, quería hacer una pregunta similar a la de Urauchi (2022), y averiguar cuál era el propósito de ellos, como educadores. La respuesta fue muy esclarecedora, ya que apuntó a un cambio de mentalidad que podemos estar viendo a medida que se resta importancia a los deberes. La Sra. Williams declaró que la tarea es más beneficiosa para los estudiantes que necesitan práctica adicional o apoyo con ciertos conceptos, y no como consecuencia de problemas de comportamiento o como contenido de "relleno". Ella cree que su papel debe ser limitado, que las tareas en los últimos años de la primaria son principalmente para ayudar a establecer hábitos de asignación de tiempo que benefician a los estudiantes de educación secundaria. Esta filosofía coincide con la dirección en la que se está moviendo el distrito, así como con las actitudes de muchos de sus colegas, ya que la política de tareas en el equipo de 5º grado de la Sra. Williams se ha simplificado a solo un puñado de elementos consistentes, complementados solo por el trabajo no completado en clase. Ella explica que, si bien tiene sentido extender la oportunidad de dominar un concepto a un estudiante con dificultades con tiempo fuera del aula, no tiene sentido "castigar" a los estudiantes que ya han alcanzado la competencia o que usan su tiempo de clase sabiamente. Con la excepción de las cuotas diarias de lectura, una vez que se demuestra el dominio en las áreas objetivo (por ejemplo, nombrar los 50 estados, completar las tablas de multiplicar), esa obligación fuera de clase desaparece.

Con estas nuevas prácticas implementadas, la Sra. Williams no ha observado mucho estrés por parte de los estudiantes. Más bien, identifica a los padres como la principal fuente de quejas sobre las tareas, y los que parecen estar más estresados. Algunas quejas se hacen eco de los estribillos comunes de los estudiantes, de que las tareas parecen inútiles o entran en conflicto con las actividades extracurriculares, mientras que otras son frustraciones específicas en torno a la participación, como la falta de conocimientos previos o el rechazo de las técnicas básicas comunes. Esta es una de las principales conclusiones que enfatizó en la entrevista, que la comunicación de los padres es clave. Recomendó que la

comunicación con los padres sea una prioridad para los nuevos maestros, con expectativas que se establezcan claramente al comienzo del año, amplias oportunidades para preguntas y apoyo, y suficiente tiempo después de que su estudiante reciba una tarea para hacer preguntas u obtener más instrucción si es necesario.

Si bien la entrevista no abordó todos los aspectos de mi problema de práctica, creo que esta información sigue siendo muy útil para comprender las tendencias e ideas actuales que pueden estar circulando en los distritos escolares hoy en día, así como las perspectivas de los maestros que impulsan y, en última instancia, implementan estos cambios. Si bien es posible que esta no sea una filosofía universal, escuchar que se está adoptando un enfoque más personalizado y sin énfasis en una escala más amplia que en las aulas individuales tiene muchas implicaciones sobre cómo la investigación ha afectado y afectará la participación en las tareas y el estrés académico en el futuro.

HALLAZGOS Y DISCUSIÓN

En esta sección, trataremos de sintetizar las respuestas de la entrevista con el socio de la comunidad y mi análisis de la literatura bajo la lente de mi marco teórico para producir varios hallazgos concretos.

Discusión de los hallazgos

Aunque los deberes son una práctica de larga data, está claro que no están exentos de críticas válidas desde muchos ángulos. Si bien los docentes tienen puntos de vista relativamente consistentes sobre el propósito de la tarea como herramienta para promover el aprendizaje (Urauchi 2022), los beneficios de la tarea son inconsistentes entre las diferentes poblaciones de estudiantes (Baş et al. 2017; Kackar et al. 2011;

O'Sullivan et al. 2014), y pueden tener efectos nocivos en la salud mental de los estudiantes (Katz et al 2012). Podemos agrupar los hallazgos de la revisión de esta literatura, y las conclusiones extraídas de la metodología de la investigación, en dos categorías; que un cambio en la justificación y aplicación de las tareas sería beneficioso para la salud mental de los estudiantes, y que cuando se justifica la tarea, existen técnicas que pueden reducir su impacto negativo en la salud mental de los estudiantes.

Hallazgo uno: La tarea puede tener un efecto académico contraproducente

Como muestra la literatura, el efecto deseado de la tarea y sus efectos reales tienen una desconexión fundamental. Si bien buscamos aumentar el rendimiento académico a través de las tareas, las experiencias reales de los estudiantes de diferentes edades, géneros y estatus socioeconómico pueden variar mucho, y el estrés académico adicional puede conducir a resultados académicos adversos. Este estrés se siente no solo en el sujeto de la actividad, es decir, el estudiante, sino también en el sistema social circundante, incluidos el maestro y los padres. Algunos estudiosos señalarán los deberes como el objeto que hay que cambiar, como Baş et al. (2017), que destacan la calidad de las tareas como un factor decisivo importante en la eficacia, o más bien señalan un defecto en las herramientas a disposición de los estudiantes, como Zuzanek (2009), que culpa a la mala gestión del tiempo. Sin embargo, lo que hay que examinar no son los artefactos culturales circundantes, sino más bien el resultado previsto de la práctica. Como se discutió en mi entrevista con el socio de la comunidad, un movimiento para restar importancia a la tarea y reclasificar la práctica como una herramienta utilizada solo en circunstancias específicas para lograr metas específicas, puede reducir el estrés en gran medida por parte del estudiante. Además, dado que el efecto de los deberes en los estudios académicos es más débil en los primeros grados, pueden reducirse más fácilmente para que sean apropiados para el desarrollo (Baş et al. 2017). A través de un examen exhaustivo de la justificación de la tarea, los educadores pueden tratar de crear currículos más apropiados para el desarrollo y buscar resultados apropiados que no sean la adherencia a la tradición que perjudica a los estudiantes.

Hallazgo dos: Los efectos negativos del estrés de la tarea se pueden abordar comunitariamente

Si bien muchos a menudo se sienten tentados por esta reevaluación a descartar la práctica por completo, como lo discutió mi socio comunitario, todavía hay muchas formas válidas en que se usa la práctica, como el tiempo de lectura diario o para extender la oportunidad de desarrollar la competencia para los estudiantes con dificultades. En estos casos, la literatura confirma que toda la red social del estudiante es necesaria para abordar los inconvenientes de las tareas. En otras palabras, el problema de la actividad puede abordarse desde un enfoque comunitario y de división del trabajo. Es tarea del educador, como facilitador de la actividad, mediar estas soluciones, empezando por aceptar el esfuerzo extra de la práctica adaptativa. Técnicas como ajustar la carga de trabajo y la dificultad a las necesidades de los alumnos con dificultades, involucrar al alumno conectando las tareas con experiencias o metas del mundo real, y ayudar a fomentar las habilidades de estudio y los sistemas de apoyo social entre compañeros, son ejemplos de trabajo que forma parte de la actividad de tarea que puede redistribuirse hacia el educador y quitarse de los hombros de los estudiantes. y se ha demostrado que ayudan enormemente (Margolis, 2005). Del mismo modo, podemos abordar el estrés que se siente en la relación entre padres y estudiantes y, por extensión, cómo reaccionan los padres a estas tareas. Usando una práctica comunicativa como base, como lo sugirió mi socio comunitario, podemos tratar de informar a los padres sobre la mejor manera de apoyar a su hijo, ya sea a través de la construcción de planes de apoyo o simplemente enfatizando técnicas de apoyo a las necesidades, como no impedir el afecto negativo y presentar razones en lugar de avergonzar o usar imperativos. Sin embargo, no podemos ignorar que no todos los estudiantes tienen acceso a la ayuda de sus padres, y mientras comunicamos a los padres de bajo nivel socioeconómico que su contribución es muy importante para el éxito de su hijo (O'Sullivan et al., 2014), el uso de las tareas puede tener que adaptarse a los recursos disponibles para el estudiante. Más que nada, si todas las partes pueden contar entre sí como un recurso en lugar de un competidor en este proceso, hay muchas maneras de hacer que la tarea sea un proceso menos estresante. Según lo recomendado por mi socio comunitario,

debemos dar amplias oportunidades para responder preguntas y brindar apoyo, y estar preparados para adaptar nuestra propia práctica según sea necesario.

CONCLUSIÓN

En esta sección, resumiremos nuestra exploración del problema del estrés relacionado con las tareas y sus impactos en la salud mental de los estudiantes, así como el marco, la metodología y los resultados de esta investigación. A continuación, presentaremos las implicaciones de los hallazgos y las recomendaciones para los educadores.

Conclusión

Con el fin de ayudar a aliviar el creciente problema de la salud mental de los estudiantes, es esencial reevaluar las técnicas educativas tradicionales, como las tareas. Al examinar la práctica desde cero, desde su justificación hasta sus efectos en diversas poblaciones de estudiantes, podemos ver que existe una desconexión entre el objetivo de la mejora académica y los efectos perjudiciales del estrés introducido en el sistema social del estudiante. Esta contradicción puede abordarse desde dos frentes, en el marco de la Teoría de la Actividad debemos examinar el resultado previsto de la actividad y los artefactos culturales a disposición del estudiante. De acuerdo con los datos recopilados del método de entrevista comunitaria de esta encuesta, esto significa examinar cuidadosamente la justificación de la tarea, relegando su uso a contextos apropiados para el desarrollo y hacia demandas académicas específicas que no se pueden satisfacer en el aula. Cuando se justifica, la literatura apoya el abordaje de los problemas endémicos de su uso desde una perspectiva comunitaria y de división del trabajo; Implementar técnicas para reducir el estrés de los estudiantes, padres y maestros por igual a través de un enfoque adaptativo a las necesidades de los estudiantes con dificultades.

Implicaciones y recomendaciones

Las implicaciones de esta investigación apuntan a la necesidad de que tanto los maestros individuales como los distritos en su conjunto reexaminen cómo se utilizan las tareas en la educación primaria. Cada uno de los profesores puede evaluar si cada tarea fuera de clase justifica la tensión añadida y, de ser así, qué técnicas y políticas se pueden poner en marcha para reducir el impacto negativo en los estudiantes. Familiarizarse con las técnicas de adaptación, las soluciones basadas en la comunidad y el lenguaje de intervención de apoyo a las necesidades, tal como se describe en la literatura, pueden ser herramientas de la incumbencia de los educadores. La promoción de un cambio más amplio también debería ser una prioridad, porque, como ha señalado mi socio comunitario, la educación secundaria tendrá que examinar sus propias prácticas de trabajo antes de que realmente pueda reducirse de manera responsable a su cantidad óptima en el nivel primario. Si bien seguir la investigación en torno a la tarea puede parecer complicado y, a menudo, contradictorio, todo lo que podemos hacer como educadores es mantenernos informados y adaptables, poniendo las necesidades de nuestros estudiantes en primer lugar por encima de nuestra propia adherencia a la tradición.

Referencias

- Bas, G., Sentürk, C., & Cigerci, F. M. (2017). Tarea y rendimiento académico: una revisión metaanalítica de la investigación. *Temas de Investigación Educativa*, 27, 31-50.
<http://www.iier.org.au/iier27/bas.pdf>
- Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. 2019. *Resumen de Datos de Vigilancia de Conductas de Riesgo Juvenil e Informe de Tendencias: 2009-2019*. Departamento de Salud y Servicios Humanos de EE. UU.
<https://www.cdc.gov/healthyyouth/data/yrbs/pdf/YRBSDataSummaryTrendsReport2019-508.pdf>
- Kackar, H. Z., Shumow, L., Schmidt, J. A., & Grzetich, J. (2011). Diferencias de edad y género en las experiencias de los adolescentes con las tareas escolares. *Revista de Psicología del Desarrollo Aplicada*, 32(2), 70-77. doi:10.1016/j.appdev.2010.12.005
- Katz, I., Buzukashvili, T., & Feingold, L. (2012). Estrés por la tarea: validación de constructo de un Medir. *Revista de Educación Experimental*, 80(4), 405–421.
<https://www.jstor.org/stable/26594362>
- Margolis, H. (2005). Resolver las dificultades de los estudiantes con dificultades en las tareas: trabajar con Estudiantes de escuela primaria y padres. *Prevención del fracaso escolar*, 50(1), 5–12.
<https://doi-org.mantis.csuchico.edu/10.3200/PSFL.50.1.5-12>
- Moè, A., Katz, I., Cohen, R., & Alesi, M. (2020). Reducir el estrés de las tareas escolares mediante el aumento de la adopción de prácticas de apoyo a las necesidades: Efectos de

una intervención con los padres. *Aprendizaje y Diferencias Individuales*, 82, 101921.

doi:10.1016/j.lindif.2020.101921

OCDE, P. (2016). Resultados PISA 2015 (Volumen I): Excelencia y equidad en la educación. PISA

Editorial OCDE, París.

O'Sullivan, R. H., Chen, Y.-C., & Fish, M. C. (2014). Participación de los padres en las tareas de matemáticas de las familias de bajos ingresos con los estudiantes de secundaria. *Revista de la Comunidad Escolar*, 24(2), 165–187.

Pascoe, M., Hetrick S., & Parker A. (2020) El impacto del estrés en los estudiantes de secundaria y educación superior, *International Journal of Adolescence and Youth*, 25:1, 104-112,

DOI: 10.1080/02673843.2019.1596823 \

Roth, W.-M., & Lee, Y.-J. (2007). "El legado olvidado de Vygotsky": actividad histórico-cultural Teoría. *Revista de Investigación Educativa*, 77(2), 186–232.

<http://www.jstor.org/stable/4624893>

Schraml, K, Perski, A., Grossi, G., Makower, I. (2012). Estrés crónico y sus consecuencias en el rendimiento académico posterior de los adolescentes. *Revista de Psicología de la Educación y del Desarrollo*. (2)1. 10.5539/jedp.v2n1p69.

Urauchi, S., & Tanno, S. (2022). La tarea y el maestro: Relaciones entre las creencias de los maestros de primaria sobre la tarea y las asignaciones de tareas. *Japonés*

Investigación Psicológica. <https://doi-org.mantis.csuchico.edu/10.1111/jpr.12412>

Zuzanek, J. (2009). El tiempo de estudio de los estudiantes y su "problema de tarea". *Indicadores Sociales*

Investigación, 93(1), 111–115. <http://www.jstor.org/stable/27734902>