# ¿SON LOS DEBERES ESCOLARES UN MAL NECESARIO? REVISIÓN DE LA APA

Susana Villamarín y Cristina Castilla

En los últimos años, coincidiendo con la reforma educativa, se ha intensificado el debate sobre la conveniencia y utilidad de los deberes escolares, así como en la cantidad mínima necesaria que redunde en un mayor rendimiento escolar. Mientras que algunos proclaman sus beneficios, argumentando que las tareas que llevan a casa son clave a la hora de ayudar a los estudiantes a consolidar los conocimientos aprendidos, otros defienden un plan de estudios común, libre de deberes escolares. Pese a la polémica en torno a los pros y los contras de asignar tareas para casa, los investigadores coinciden en señalar un aspecto fundamental a tener en cuenta: la calidad de los deberes escolares.

En esta misma línea, la APA (*American Psychological Association*-Asociación Americana de Psicología) ha publicado un artículo en su revista *Monitor on Psychology*, donde aborda en profundidad este tema, a través de una revisión de las principales teorías y estudios realizados.

En primer lugar, si partimos de la idea de que "la práctica mejora el desempeño", sería lógico pensar que los deberes pueden ayudar a mejorar el rendimiento en las diferentes materias (por ejemplo, dedicar un tiempo a la práctica de la multiplicación o al aprendizaje de vocabulario). En relación con esta cuestión, el psicólogo social **Harris Cooper** de la Universidad de Duke (EE.UU) postula la trascendencia de los deberes en cuanto a beneficios académicos, entre ellos, el incremento de la comprensión y la retención del material aprendido. Sin embargo, en una investigación llevada por él mismo, basada en una revisión de estudios publicados desde 1987 hasta 2003, encontró que los deberes se asociaban con mejores resultados en los exámenes realizados en Secundaria, y se halló solamente una débil evidencia de su utilidad académica en Primaria, concluyendo que no todos los estudiantes pueden beneficiarse de las tareas escolares (Cooper y cols., *Review of Educational Research*-Revisión de la investigación educativa, 2006).

Entre las ventajas más citadas por los defensores de las tareas escolares, se enumeran el desarrollo de la responsabilidad, así como de las habilidades para gestionar el tiempo y de unos buenos hábitos de estudio. Sin embargo, algunos investigadores como **Mollie Galloway**, profesora asociada de liderazgo educativo del Instituto Lewis & Clark (Portland, Oregón), recuerdan que, a pesar de la creencia arraigada de que la ejecución de tareas repercute positivamente en las habilidades y hábitos de estudio, *"no podemos afirmarlo a ciencia cierta"*.

A este respecto, puntualiza la APA, incluso cuando los deberes pueden resultar útiles, *"nada es bueno en exceso"*. Como veremos más adelante, algunos inconvenientes señalados por los investigadores, y que se presentan de forma directamente proporcional al tiempo dedicado a la tarea son: el aburrimiento y el desánimo con los deberes, menos tiempo para las actividades extraescolares y las familiares, falta de sueño e incremento del estrés.

Como posible solución a estos problemas, Cooper postula una teoría: la regla de los 10 minutos, orientada a **limitar los deberes, no a eliminarlos**. De acuerdo con su planteamiento, la realización de los deberes no debería ocupar más de 10 minutos diarios en el primer curso de Educación Primaria. A partir de aquí, cada curso se incrementaría en 10 min. (por ej.: 30 minutos en 3º), hasta alcanzar las dos horas en Educación Secundaria, que es el límite máximo de tiempo apoyado por la Asociación Nacional de Educación (*National Education Association*) y la Asociación Nacional de Padres y profesores (*National Parent Teacher Association*). Asimismo, advierte, *"la sobrecarga de tareas no es buena para nadie"*. Cuando el hecho de estar comprometidos con los deberes escolares dificulta que los niños puedan participar en otras actividades de ocio, *"dejan de servir al interés superior del niño"*. Por ello, considera imprescindible disponer a diario de un tiempo no estructurado para jugar.

Pero, ¿se adhieren los profesores a la regla de los 10 minutos? Varios estudios indican que algunos niños llevan a casa mucho más trabajo del que pueden realizar. **Robert Pressman** y col., investigaron la aplicación de la Regla de los 10 minutos en una muestra de más de 1.100 estudiantes, hallando que los niños de Primaria recibían el triple de la cantidad recomendada de deberes escolares. Los datos revelaron que cuanto mayor era el volumen de tareas para casa, mayor era también el estrés familiar (*American Journal of Family Therapy, 2015*).

Otro estudio llevado a cabo en escuelas de alto rendimiento, y publicado en el año 2013 en la Revista de Educación Experimental (*Journal of Experimental Education*), reveló que en Secundaria se excedía igualmente el límite aconsejado de deberes, siendo de un promedio aproximado de tres horas diarias. Aquellos estudiantes que empleaban una gran cantidad de tiempo en los deberes, admitían estar más implicados en clase, pero, por contra, disponían de menos tiempo para la familia, los amigos y las actividades extraescolares, e informaban de un mayor estrés académico, más problemas de salud física, así como de una serie de síntomas específicos (dolores de cabeza, problemas estomacales, falta de sueño…).

Algunos investigadores manifiestan que la utilidad de los deberes escolares no disminuye aun dedicando menos horas semanales para su realización (*¿Por qué mandar 50 problemas de matemáticas, cuando 10 pueden ser igual de beneficiosos?*). A este respecto, los estudios han demostrado que reducir las tareas en un tercio, e incluso a la mitad, no influye negativamente en los resultados de los exámenes.

A pesar de lo anterior, la experiencia pone en evidencia la dificultad real de cambiar la "cultura de los deberes", sustentada en creencias erróneas y falsas expectativas relacionadas con los mismos. La solución, a juicio de los investigadores, es que docentes y legisladores educativos establezcan metas claras en relación con las tareas escolares –teniendo en cuenta, a su vez, la opinión de padres y alumnos-, vertebrando los objetivos a través de una serie de preguntas, tales como *"¿cuál es el propósito de los deberes?, ¿por qué se han mandado? o ¿quién se puede beneficiar de ellos y quién no?"*.

La APA concluye su artículo recordando que, hasta que las escuelas y las comunidades no se comprometan a adoptar una postura dando respuesta a estas preguntas, *"las mochilas seguirán volviendo llenas de tareas para llevar a casa"*.

**Para acceder al artículo completo, ir a:** http://www.apa.org/monitor/2016/03/homework.aspx

# III CONGRESO NACIONAL DE PSICOLOGÍA

## Oviedo, 3-7 de julio de 2017

Entre los días 3 y 7 de julio de 2017, tendrá lugar el **III Congreso Nacional de Psicología**, en la ciudad de Oviedo (Asturias), organizado por el Consejo General de la Psicología de España (COP).

En su deseo de continuar promocionando y consolidando la profesión, el Consejo se ha comprometido con retomar la celebración de un congreso nacional bianual que pretende, en adelante, constituirse en una cita ineludible para todos los profesionales y estudiantes de la Psicología, en sus vertientes investigadora y profesional.

Con esta idea en mente, y con una enorme ilusión, se viene configurado un programa en el que intervendrán, a través de diferentes actividades y encuentros, algunos de los profesionales y científicos más destacados de las distintas áreas de la Psicología, y en el que ya han confirmado su participación como conferenciantes: **Amalio Blanco** (Universidad Autónoma de Madrid), **Ángel Carracedo** (Univ. Santiago de Compostela, Fundación Pública y Centro Nacional de Genotipado-ISCIII), **Antonio Andrés Pueyo** (Universidad de Barcelona), **Antonio Puente** (American Psychological Association, APA), **Antonio Verdejo García** (Universidad de Monash), **Carmelo Vázquez** (Universidad Complutense de Madrid), **César González-Blanch** (Hospital Universitario Marqués de Valdecilla y ANPIR), **Esther Calvete Zumalde** (Universidad de Deusto), **José María Peiró** (Universidad de Valencia), **José Muñiz** (Universidad de Oviedo), **Josep M. Blanch** (Universidad Autónoma de Barcelona), **Maite Garaigordóbil** (Universidad del País Vasco), **Marino Pérez Álvarez** (Universidad de Oviedo), **Miguel A. Santed** (Conferencia de Decanos de Psicología de las Universidades Españolas y UNED) y **Roberto Colom Marañón** (Universidad Autónoma de Madrid).

El COP quiere que el Congreso sea un gran encuentro de la Psicología española, con un programa amplio, diverso, exigente y muy participativo. Por esa razón, esperamos contar con vuestra presencia dentro de los espacios formales y en las actividades sociales que hemos previsto, y poder disfrutar juntos del marco incomparable de la ciudad de Oviedo, cuna de los Premios Príncipe de Asturias, reconocida por su enorme belleza, encanto y magnífica gastronomía.

**Más información sobre el programa e inscripciones en**: http://oviedo2017.es/