

La Familia, La Fe y el Círculo de Gracia

Escuela Preparatoria

Modestia: ¿De qué se Trata?

A veces los jóvenes revelan información personal o detalles sobre incidentes que, para respetar la confidencialidad, deben tratarse fuera del entorno del grupo. Si esto sucede, dígame al joven: "Gracias por compartir eso, _____. Eso parece ser muy importante. Hablaré contigo de eso más tarde (al final de la clase, en el descanso, tan pronto como sea humanamente posible, etc.)". Cuando esto ocurra, asegúrese de hablar con el joven en la primera oportunidad que tenga y avísele a la administración. Recuerde que usted es la persona responsable de hacer una denuncia en los casos de sospecha de abuso.

Esta lección complementa las siguientes enseñanzas católicas:

- Las enseñanzas de la Iglesia reveladas en el Credo se aplican en nuestra vida cotidiana
- Las relaciones humanas están destinadas a ser experiencias de Amor Divino
- Pacto personal con Dios
- Vivir responsablemente como miembros plenamente iniciados de la Iglesia
- El discipulado es nuestra llamada a la santidad
- La relación entre el amor a Dios, el amor a uno mismo y el amor a los demás
- La imagen de Dios está en nosotros mismos y en los demás

Objetivo de la Lección

Los Jóvenes podrán:

1. Identificar y comprender por qué es importante la modestia
2. Reconocer los elementos clave de la modestia
3. Comprender la relación entre la modestia y su *Círculo de Gracia*
4. Reconocer que la modestia es un límite saludable que protege a la verdadera persona creada a imagen de Dios.
5. Reconocer las formas en que se les presiona para que no valoren la modestia
6. Saber cómo responder cuando se enfrentan a interacciones inapropiadas o violaciones

Materiales Necesarios

1. ¿Cuál es tu Coeficiente Intelectual (CI) de la Modestia? Cuestionario para cada estudiante (véase el final de la lección)
2. Guía de Respuestas del Líder para el Cuestionario de CI de la Modestia (ver al final de la lección)
3. Hoja del Resumen de los Conceptos Clave del Círculo de Gracia para cada estudiante (ver al final de la lección)
4. Hoja del Centro Íntimo para cada estudiante (ver al final de la lección)

5. Tablero o pizarra
6. Marcadores, bolígrafos y papel de periódico
7. Revistas aprobadas

Es importante comenzar la lección explicando que Dios no quiere ni hace que ocurran cosas malas. Habrá jóvenes que ya han experimentado situaciones inseguras o dolorosas. Es importante reforzar que no es su culpa, y que nunca es demasiado tarde para contárselo a un adulto de confianza. Queremos que nuestros jóvenes entiendan que Dios está con ellos y para ellos incluso cuando están heridos o tristes.

Para Empezar

Hoy vamos a hablar de la modestia. Quizá te preguntes: "¿cómo encaja la modestia con mi *Círculo de Gracia*?". Nuestra primera actividad nos ayudará a discutir esta conexión.

Actividad de Apertura: ¿Cuál es tu CI (Coeficiente Intelectual) de la Modestia?

Opción 1 - *Distribuir el cuestionario a cada estudiante. Haga que los jóvenes tomen el quiz individualmente y luego lo discuten con todo el grupo.*

Opción 2- *Distribuir el cuestionario a cada estudiante. Divida la clase en varios grupos. Haga que los grupos discutan las preguntas del cuestionario y luego pase a la sección de discusión con todo el grupo.*

Debate con Todo el Grupo:

¿Cuál creen que es la definición de modestia? Permita que respondan unos cuantos y luego deles la definición. ¿Creen que la modestia es un concepto antiguo? ¿Tiene cabida en nuestra vida cotidiana?

Permita algunas respuestas. Escríbalas en el tablero.

Hablemos sobre las preguntas del cuestionario.

La guía de respuestas al cuestionario se encuentra al final de la lección. Discuta cada pregunta. Pídales a los jóvenes que identifiquen la respuesta correcta y los conceptos clave relacionados con cada pregunta.

Después de la discusión, proceda a la revisión.

Distribuya a los estudiantes los conceptos clave del "Círculo de Gracia". Explique cómo Dios está presente con nosotros y dentro de nosotros. Él quiere lo mejor para nosotros en todas las cosas. El concepto del Círculo de Gracia nos ayuda a darnos cuenta de su amor por nosotros y su deseo de mantenernos a salvo.

Dios está presente porque desea una relación con nosotros.

- Dios está con nosotros cuando estamos felices y tristes. Dios no hace que nos pasen cosas malas. Él nos ama mucho.
- Dios desea ayudarnos cuando estamos heridos, asustados o confundidos (inseguros).

- Tener fe no puede eliminar todas las luchas de la vida. Es debido a estas luchas, que Dios prometió estar siempre presente; proporcionando guía y consuelo en nuestros momentos de necesidad.

Dios nos ayuda a saber qué pertenece en nuestro Círculo de Gracia

- Nuestros sentimientos nos ayudan en conocernos a nosotros mismos y al mundo que nos rodea.
- Dios nos ayuda a saber qué pertenece a nuestro *Círculo de Gracia* permitiéndonos experimentar paz, amor o satisfacción cuando algo o alguien bueno entra en nuestro *Círculo de Gracia*.

Dios nos ayuda a conocer lo que no pertenece en nuestro Círculo de Gracia

- Dios desea ayudarnos cuando estamos heridos, asustados o confundidos (inseguros).
- El Espíritu Santo nos advierte (alerta) de que algo no pertenece en nuestro *Círculo de Gracia* dándonos "una sensación rara o incómoda" de que algo no es seguro. Esta sensación está ahí porque Dios quiere que estemos seguros.

Dios nos ayuda a saber cuándo debemos pedirle ayuda a alguien en quien confiamos.

- Dios nos da personas en nuestras vidas para que nos ayuden cuando tenemos problemas o luchamos con una preocupación.
- Dios quiere que hablemos con los adultos de confianza sobre nuestras preocupaciones, inquietudes o sensaciones raras o incómodas para que nos ayuden a estar seguros y a tomar las medidas adecuadas.

Es importante que los jóvenes comprendan la relación entre el Círculo de la Virtud y el *Círculo de la Gracia*. El *Círculo de Gracia* está siempre presente y nunca nos abandona. Nuestro Círculo de Virtud es nuestra respuesta positiva a nuestro *Círculo de Gracia*. Veamos las definiciones.

Círculo de Gracia: El amor y la bondad de Dios que siempre me rodea a mí y a los demás.

Círculo de la Virtud: Nuestra respuesta a la invitación de la gracia de Dios cultivando la bondad y la virtud en nuestras vidas.

Modestia: Como expresamos el conocimiento de quiénes somos realmente a los ojos de Dios.

Humildad: Comprensión de la verdad de Dios y de quiénes somos realmente; hechos a su imagen.

Debate

¿Qué significan realmente estos conceptos? Vamos a discutir cada concepto en profundidad. *Dele la oportunidad al grupo para responder las preguntas. Escribe las respuestas en el tablero.*

1. **Círculo de Gracia:** La presencia de Dios en todo momento; la presencia y la salida del

Espíritu Santo.

- ¿Cuáles son algunos ejemplos de que el Espíritu Santo mora en nosotros?
Ejemplos: Sacramentos, Dones del Espíritu Santo, anhelo de la verdad y de ser amado.
- ¿Cuáles son algunos ejemplos de que el Espíritu Santo habita fuera de nosotros?
Ejemplos: Experimentar el amor incondicional y el perdón, todas las interacciones/relaciones buenas y sagradas.

2. **Círculo de la Virtud**: Nuestra respuesta positiva a la Gracia de Dios. Esta respuesta surge de una relación íntima con Dios.

- ¿Cuáles son algunas respuestas positivas a la Gracia de Dios?
Ejemplos: El deseo de conocerle a un nivel más profundo, la capacidad de discernir el bien y el mal, el deseo de cuidar de su creación, que nos incluye a nosotros mismos.
- ¿Cómo es una relación íntima con Dios?
Ejemplos: Uno tiene fe en Su amor y perdón. Uno desea pasar tiempo en oración.

3. **La humildad**: Desarrollamos la humildad conociendo la verdad de Dios y lo que somos. Desafortunadamente, la humildad tiene una injusta reputación de ser mala/débil. Muchos la ven como algo negativo. La cultura popular nos hace creer que es más importante ser orgulloso que humilde. En realidad, la humildad es una hermosa virtud. Es llegar a una clara comprensión de la verdad de Dios y de quién es uno realmente, ¡y eso es una buena noticia!

- Dé algunos ejemplos de cómo nuestra cultura nos incita a tener un falso sentido del orgullo.
Ejemplos: Uno tiene el control de su vida. Ganar y ser el mejor se convierte en nuestro dios.
- Dé algunos ejemplos de los medios de comunicación en los que alguien haya mostrado un verdadero sentido de la humildad.
Ejemplos: El policía le da unas botas a un vagabundo, programa de televisión en el que la persona a cargo trabaja secretamente como un empleado más.

4. **Modestia**: Debido a esta humildad, deseamos que los demás nos conozcan tal y como hemos sido creados "A su imagen".

- Dé algunos ejemplos de ataques a la modestia en los medios de comunicación.
Ejemplos: Programas de televisión, videos musicales, películas. Pídale más ejemplos a los jóvenes.
- Dé algunos ejemplos de opiniones positivas sobre la modestia en los medios de comunicación.
Ejemplos: Un jugador de fútbol americano se bendice antes de un partido. Los adolescentes recaudan dinero para un compañero de clase que tiene cáncer. Pídale a los jóvenes más ejemplos.

Actividad - Centro Íntimo

1. Distribuya el folleto del Centro Íntimo a cada estudiante.
2. Divida la clase en cuatro grupos.
3. Entregue a cada grupo dos hojas grandes de papel/papel de periódico. Muestre los cuatro términos anteriores para que la clase pueda consultarlos: *Círculo de Gracia, Círculo de Virtud, Humildad, Modestia.*
4. En la primera hoja de papel grande, escriba una carta de un lector que le pide ayuda a un columnista de consejos sobre sus luchas con la modestia (puede adicionar imágenes para que sea visual).
5. En el segundo papel grande, escriba los consejos del columnista sobre cómo vivir el concepto de modestia en la vida cotidiana. (puede adicionar imágenes para que sea visual)
6. Vuelva a reunir a los grupos y pídale que informen sobre sus columnas. *¿Qué parte fue más difícil de hacer? Considere la posibilidad de exponerlo en el aula.*

Debate Final -

¿Cuáles son algunas de las formas en que un joven puede buscar ayuda si es presionado para ser indecente o experimentar violaciones de otros límites personales?

Dé a los jóvenes la oportunidad de responder a la pregunta. Escriba las respuestas en el tablero. Indique las siguientes respuestas.

- Escucha tu instinto, es el Espíritu Santo el que te indica que algo va mal. Aprende a reconocer los entornos e interacciones que pueden llevarte a situaciones incómodas.

Ejemplos:

- *Hay alcohol en una fiesta que te incomoda.*
- *Alguien te desafía a enviar una foto posando semidesnudo(a).*
- *Un compañero de clase quiere que te unas para difamar a otro compañero en una red social.*
- Cuando alguien te presione, intenta apartarte de la situación.

Ejemplo: Prepara una respuesta para salir de situaciones difíciles. Discute las posibles respuestas con tus padres o con un adulto de confianza.

- Puedes liberarte de las relaciones no saludables buscando la ayuda de un adulto de confianza.
 - Cuéntaselo a alguien que pueda ayudarte. Habla con alguien de confianza: padres, profesionales, consejeros u otros adultos de confianza.
-

¿Cuál es tu CI de la Modestia?

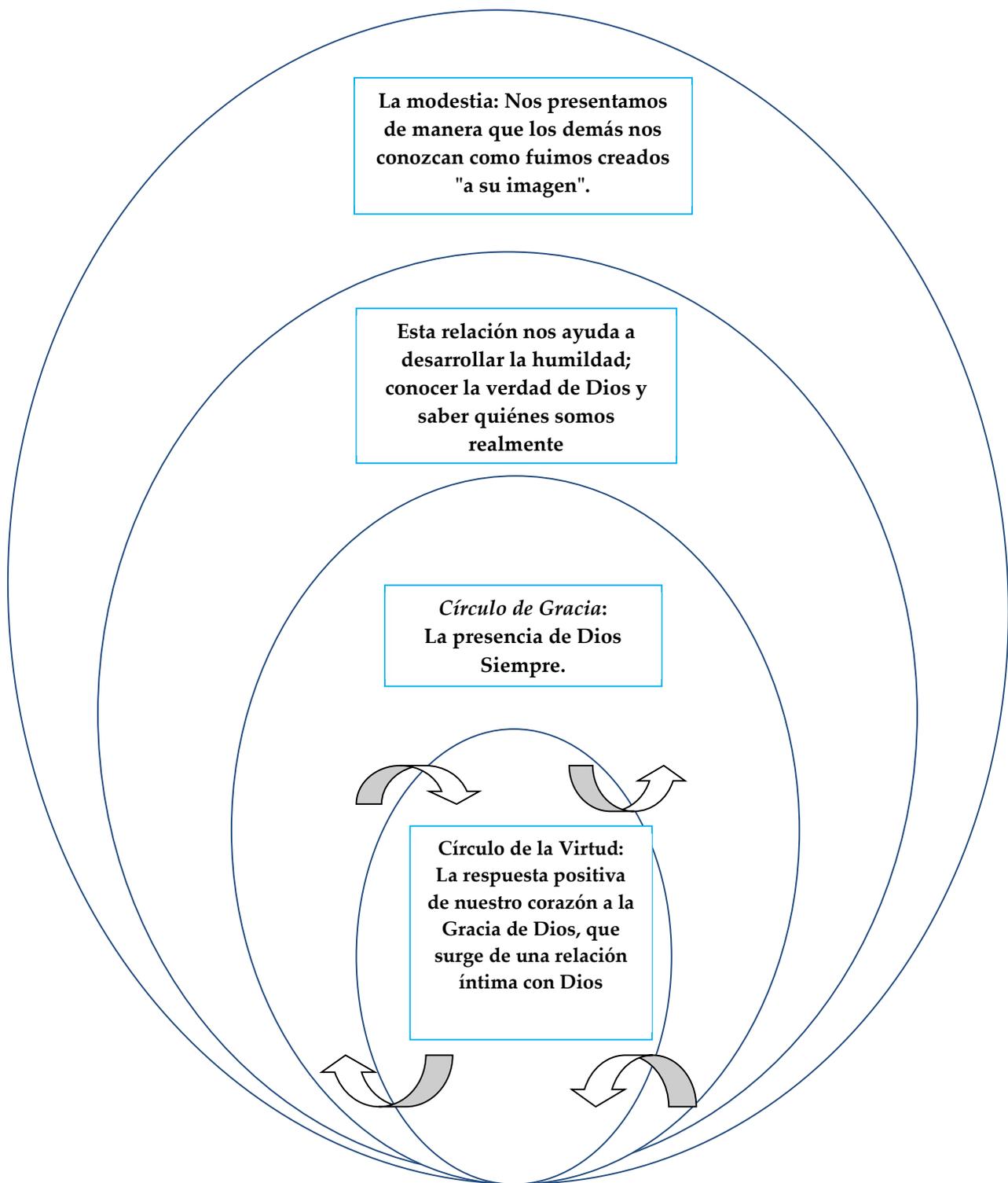
Completa las siguientes preguntas. Prepárate para discutir las con todo el grupo.

1. El *Círculo de Gracia* es realmente el espacio personal de alguien.
Verdadero Falso
2. El *Círculo de la Virtud* permite discernir entre el bien y el mal en situaciones difíciles.
Verdadero Falso
3. Defina la humildad:
4. Defina la modestia:
5. La modestia protege el "centro íntimo de la persona".
Verdadero Falso
6. La modestia sólo tiene que ver con el tipo de ropa que usas.
Verdadero Falso
7. Hay libertad en ser modesto.
Verdadero Falso
8. No hay nada malo en mostrar tus atributos físicos.
Verdadero Falso
9. ¿Qué dice la cultura popular sobre la modestia?
10. En el reverso de este papel, enumera 5 formas en las que se presiona a los jóvenes para que no sean modestos y algunas formas en las que podrías buscar ayuda si te presionan para ser indecente o experimentas violaciones de otros límites personales.

¿Cuál es tu CI de la Modestia?

Guía de Respuestas para los Líderes

1. El *Círculo de Gracia* es realmente el espacio personal de alguien.
Falso, el Círculo de Gracia es mucho más que un "espacio personal". Es el amor y la bondad de Dios que siempre nos rodea a cada uno de nosotros. Es el espacio que siempre se comparte con Dios que anhela una relación íntima con cada uno de nosotros.
2. El *Círculo de la Virtud* permite discernir entre el bien y el mal en situaciones difíciles.
Es cierto, pero es mucho más. El Círculo de la Virtud es nuestra respuesta a la invitación de la gracia de Dios al cultivar la bondad y la virtud en nuestras vidas.
3. Defina la humildad: *La humildad se basa en el conocimiento de la verdad sobre Dios, sobre uno mismo y sobre los demás. Cuanto más conozcamos a Dios, más nos daremos cuenta de quiénes somos en realidad... cada segundo de nuestras vidas lo sostiene la mano amorosa de Dios.*
4. Defina la modestia: *El Catecismo de la Iglesia Católica afirma que la modestia protege el centro íntimo de la persona. Este centro íntimo alberga nuestro verdadero deseo divino de amar completamente (cuerpo, mente y alma) en unión con la voluntad y el amor de Dios por nosotros.*
5. La modestia protege el "centro íntimo de la persona". *Verdadero, ver respuesta 4*
6. La modestia sólo tiene que ver con el tipo de ropa que se usa.
Falso, uno puede pensar que la modestia es una respuesta a las influencias externas como la fe, los padres o la cultura. La verdadera modestia surge de una influencia interior. Esta influencia interna dirige nuestra apariencia y nuestras interacciones con el mundo; tiene una correlación directa con nuestra relación con Dios y nuestra comprensión de estar hechos a su imagen. Dios creó al hombre y la mujer a su imagen, y lo vio como algo muy bueno. (Génesis 1:27-31)
7. Hay libertad en ser modesto.
Verdadero. La libertad para ser quien realmente eres y no lo que los medios/la cultura te dictan que seas.
8. No hay nada malo en mostrar tus atributos físicos.
Falso, ¡no hay nada de malo en querer estar lo mejor posible! Pero resaltar o acentuar una parte concreta de tu cuerpo, de forma indecente, no hace honor a tu verdadero yo (ejemplos: blusas escotadas, faldas muy cortas, estar sin camiseta o usar pantalones que cuelgan por debajo de la cintura). Quieres que la gente te recuerde por lo que realmente eres y no por una parte concreta de tu aspecto físico
9. ¿Qué dice la cultura popular sobre la modestia?
Su lema es "si lo tienes, presume de ello". La palabra clave es "eso". La cultura engaña a los jóvenes haciéndoles creer que su cuerpo está separado de lo que son. Los anima a creer la mentira de que lo que hacen con su cuerpo no tiene impacto en la persona. Esta desconexión les hace perder de vista quiénes son realmente, hijos de Dios.
10. Enumera 5 formas en las que se presiona a los jóvenes para que no sean modestos y algunas formas en las que un joven puede buscar ayuda si es presionado para ser indecente o experimenta violaciones de otros límites personales. *Escriba las respuestas de los estudiantes en el tablero.*



*Centro Intimo de una Persona:
Cómo influye en la expresión externa de nuestro verdadero yo*

Resumen de los Conceptos Clave del "Círculo de Gracia"



Dios nos da a cada uno de nosotros un Círculo de Gracia donde Él siempre está presente:

Levanten las manos por encima de la cabeza y luego bajen lentamente los brazos extendidos.

Extiendan los brazos por delante y luego por detrás abrazando todo el espacio que los rodea

Lleguen lentamente a sus pies.

Sepan que Dios está en este espacio con ustedes. Este es su Círculo de Gracia; están en él.

Dios está presente porque desea una relación con nosotros.

- Dios está con nosotros cuando estamos felices y tristes. Dios no hace que nos pasen cosas malas. Él nos ama mucho.
- Dios desea ayudarnos cuando estamos heridos, asustados o confundidos (inseguros).
- Tener fe no puede eliminar todas las luchas de la vida. Es debido a estas luchas, que Dios prometió estar siempre presente; proporcionando guía y consuelo en nuestros momentos de necesidad.

Dios nos ayuda a saber qué pertenece en nuestro Círculo de Gracia

- Nuestros sentimientos nos ayudan a conocernos a nosotros mismos y al mundo que nos rodea.
- Dios nos ayuda a saber qué pertenece en nuestro Círculo de Gracia al experimentar paz, amor o satisfacción cuando algo o alguien bueno entra en nuestro Círculo de Gracia.

Dios nos ayuda a conocer lo que no pertenece en nuestro Círculo de Gracia

- Dios desea ayudarnos cuando estamos heridos, asustados o confundidos (inseguros).
- El Espíritu Santo nos advierte (alerta) de que algo no pertenece a nuestro Círculo de Gracia dándonos "una sensación rara o incómoda" de que algo no es seguro. Esta sensación está ahí porque Dios quiere que estemos seguros.

Dios nos ayuda a saber cuándo debemos pedir ayuda a alguien en quien confiamos.

- Dios nos da personas en nuestras vidas para ayudarnos
- Dios quiere que hablemos con los adultos de confianza sobre nuestras preocupaciones, inquietudes o "sentimientos raros o incómodos" para que puedan ayudarnos a estar seguros.

La Familia, La Fe y el Círculo de Gracia

La Modestia: ¿De qué se Trata?

Evaluación

Fecha _____

Parroquia/Escuela _____ *Ciudad* _____

Líder _____ *Número de jóvenes en la clase* _____

El plan de estudios de cada grado fue diseñado para cumplir los objetivos generales del programa.

Compruebe si se han cumplido los objetivos del Programa del *Círculo de Gracia*.

1. SÍ ____ NO ____ Los jóvenes entienden que han sido creados por Dios y viven en el amor del Padre, del Hijo y del Espíritu Santo.
2. SÍ ____ NO ____ Los jóvenes serán capaces de describir el *Círculo de Gracia*.
3. SÍ ____ NO ____ Los jóvenes serán capaces de describir el Círculo de la Virtud.
4. SÍ ____ NO ____ Los jóvenes entienden que tener una relación íntima con Dios nos ayuda a saber quiénes somos realmente.
5. SÍ ____ NO ____ Los jóvenes entienden que la modestia proviene de un deseo interior de presentarse de forma que los demás nos conozcan tal y como hemos sido creados, "a su imagen".
6. SÍ ____ NO ____ Los jóvenes identificarán las formas en que se les presiona para que sean indecentes, sin honrar lo que realmente son.
7. SÍ ____ NO ____ Los jóvenes sabrán qué medidas tomar cuando se les presione para ser indecentes o para violar otros límites.

Escriba lo que ha funcionado bien y los recursos que le gustaría compartir con otros (utilice el reverso si es necesario).

Escriba cualquier sugerencia que pueda mejorar las clases (utilice el reverso si es necesario).

Devuélvalo al Administrador Escolar, al Director de Educación Religiosa o al Director del Ministerio Juvenil.