

EL PLAN DE FORMACIÓN

EJE TEMÁTICO	TEMAS	CURSOS
VIRTUDES HUMANAS	Virtudes humanas El tiempo libre Educar para el trabajo La Templanza	8°, 9° 8°, 9° 9° 1° Común
VOLUNTAD	Autoridad en la Familia Cómo reforzar la Voluntad Los problemas de la adolescencia Libertad y responsabilidad	9° 9° 10° 1° Común
EDUCACIÓN EN EL HOGAR	Manejo de la TV Comunicación padres-hijos Deberes de los padres Fiestas y permisos	8° 10° 1° Común 2° Bach.
AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD	Dignidad de la persona Principios básicos de la sexualidad humana Dimensión antropológica de la sexualidad humana Preparación para el amor Aspectos psicológicos y espiritual de la educación para el amor Aspectos biológicos de la educación para el amor	8° 9° 10° 10° 1° Común 3° Bach.
FORMACIÓN ESPIRITUAL	Los sacramentos Educación de la fe El Opus Dei Los 10 mandamientos La vocación cristiana La Santa Misa Hacia la santidad	8° 8° 10° 3° Bach. 3° Bach. 3° Bach. 3° Bach.

1. LA EDUCACIÓN DE LAS VIRTUDES HUMANAS

Los puntos importantes para recordar en el ámbito de las virtudes humanas son:

- Cada hijo es distinto y nace con cualidades positivas y negativas, pero en la familia se logra que crezcan en valores motivados por el amor y los padres usarán las ocasiones normales para educar.
- La educación en virtudes tiene 4 componentes: cognitivos, volitivos, afectivos y conductuales.
- En la formación del entendimiento se trata de que los hijos hagan suyos los criterios y valores que se les enseña y fomenten un sano espíritu crítico.
- Por lo tanto, el objetivo de la educación en valores es el integrar correctamente y en verdad la razón, la voluntad y los sentimientos, en cada actuación de la persona.
- Lo que realmente importa es la armonía de las virtudes: cuando mejora una virtud, todas las demás también mejoran.
- Los cuatro núcleos de virtud son:
 - Autodominio – orden
 - Trabajo – esfuerzo
 - Generosidad – solidaridad
 - Madurez – responsabilidad
- Lo que se hace o se deja de hacer en la infancia influye directamente en cómo se enfrentarán los hijos en la vida después.

El orden:

- Se refiere al orden material y al orden en la persona, es la base de los valores humanos a los que sirve y apoya.
- El orden proporciona: más tiempo, más rendimiento; tranquilidad, confianza y seguridad, evita disgustos y contratiempos; nos hace más felices con menor esfuerzo.
- Facilita la vida en familia y debe estar complementado de la autoconciencia y la libertad.

- También incluye el orden de la persona: La armonía y el equilibrio interior; la moderación y el autodomínio.
- Se relaciona con otras virtudes como la templanza, la sobriedad y la austeridad, la serenidad, sentido de economía, higiene y limpieza.
- Se debe intentar dar cierta regularidad a los horarios de comida, sueño, paseos, etc.
- El orden se aprende cuando les enseñamos que cada cosa tiene su sitio y siempre el mismo. Se requiere de paciencia y modelos repetidos de conducta ordenada.
- El horario facilita el orden y el aprovechamiento del tiempo, facilita la creación de hábitos. Con ello se puede exigir en las mismas cosas, a la misma hora, no hay que estar recordándolo constantemente.
- También debe haber orden en el tiempo libre.
- Algunos objetivos que deben conseguirse son:
 - Orden en la habitación, ropa en su sitio.
 - Cuidado de los libros y material de estudio, usar una agenda escolar.
 - Puntualidad en el horario, planificación de los fines de semana.

La sinceridad:

- La templanza y la sinceridad están muy relacionados en el orden y son la base de la educación. Los hijos deben tener un orden en las tendencias y en el uso de los bienes materiales: sobriedad.
- Cuando los hijos mienten, es necesario saber por qué lo hacen. El motivo de la mentira indica el camino para la corrección.
- Los niños también pueden sentir el impulso de quedar bien o mejor que sus compañeros o evitar quedar mal.
- La mentira por evitar un castigo, es más peligrosa y debe atajarse con firmeza porque puede convertirse en hábito.
- No es conveniente poner castigos con frecuencia, lo ordinario será agradecer la sinceridad. El esfuerzo por reparar el daño es suficiente correctivo.
- Conviene también fomentar la educación de la sencillez y la humildad cuando se empieza a mentir por orgullo o por no admitir una limitación.
- Un criterio importante es que la sinceridad no es un simple desenfreno verbal. Hay que decir lo que se piensa, pero se debe pensar lo que se dice.
- Fomentar tertulias familiares para los hijos cuenten cosas de su vida diaria.
- La educación de la sinceridad debe tener siempre un enfoque positivo: alabar los actos concretos de sinceridad.

Tiempo libre

- El tiempo libre es un tiempo para vivir, para crecer, para aprender, para descansar y recuperar fuerzas, para enriquecer a la persona. Son las vacaciones, los fines de semana o los tiempos después de clases.
- El tiempo libre ha de cumplir una triple misión: descansar, divertir y desarrollar capacidades.
- Nuestros hijos no nacen sabiendo aprovechar el tiempo libre: lo aprenden a través del ejemplo de los padres o los hermanos mayores.
- Se debe fomentar las aficiones para que consigan nuevas habilidades artísticas o intelectuales.
- Se recomienda también el deporte desde tempranas edades a fin de que experimenten el esfuerzo físico a la comodidad, estimule la superación personal, el trabajo en equipo, el respeto al contrario, a ganar o perder, etc.
- Se debe fomentar el hábito a la lectura para enriquecer el lenguaje, los conocimientos, creatividad, la capacidad crítica. Si los padres leen los hijos también leen. Hay que evitar los títulos que no nos gustaría ver en las manos de nuestros hijos.
- La mejor regla en la educación es dedicar tiempo a los hijos: escucharles, hablar con ellos, hacerles partícipes de nuestros asuntos, hacer planes familiares con todos los miembros.
- Los planes familiares no deben coartar la iniciativa de los hijos, sino debe fomentarla.

Educación para el trabajo

- El trabajo es un deber de primera importancia, nos realizamos a nosotros mismos, ganamos el sustento propio y de nuestra familia, contribuimos al bien común y al progreso de la humanidad.
- Hay que dar prioridad a la persona, no al resultado objetivo, debe ser libre y consiente; por lo tanto hay que darles razones para su trabajo, despertando en ellos la satisfacción por la obra bien hecha.

- El arraigo de los valores se manifiesta en que haga lo que debe sin quejas, cumpliendo sus compromisos aunque no tenga ganas y en el tiempo previsto.
- Vale que los hijos se ejerciten en la vida cotidiana en la virtud de la fortaleza:
 - Resistiendo un impulso, superando un disgusto.
 - Soportando una molestia, dominando la fatiga y el cansancio.
 - Acabando las tareas del colegio, cumpliendo el tiempo de estudio previsto y los deberes familiares.
- Hay que procurar que los hijos sean capaces de emprender acciones que conlleven un esfuerzo prolongado.
- En la pubertad, la exigencia debe ser distinta pero razonada, importando sobremanera, la motivación y la actitud a la hora de hacer las cosas como el estudio y el trabajo.
- La educación del adolescente debe estar dirigida al hacer pensar, profundizar el sentido del esfuerzo y del trabajo.
- Hay que enseñarle a que tenga paciencia consigo mismo y con lo que le pasa. Hay que exigirle para lo fundamental:
 - Estudio y generosidad
 - Respeto para los padres, hermanos, compañeros y profesores

Bibliografía recomendada:

- Educar hoy, Fernando Corominas
- Virtudes humanas, J. Alcazar y F. Corominas
- Situaciones Cotidianas de Tus Hijos Adolescentes, Teresa Artola González
- Cómo educar la voluntad – Fernando Corominas
- Educar el carácter – Alfonso Aguiló
- Las virtudes humanas – David Isaacs

2. LA EDUCACIÓN DE LA VOLUNTAD

La voluntad es educada fundamentalmente en el seno familiar. Las virtudes se van desarrollando a través de la convivencia familiar, por lo que los padres son los protagonistas de la educación de sus hijos. Se puede decir que hay 6 áreas para la educación de la voluntad:

- a) *La educación temprana:* Tratando el tema de la voluntad, la educación temprana consiste en estimular un valor o virtud en su periodo sensitivo, es decir, en el momento en que el desarrollo evolutivo de las capacidades de la persona facilitan y potencian unos determinados aprendizajes.
- b) *La educación eficaz:* Se produce cuando –a más de los esfuerzos normales para conseguir un objetivo- es en el propio hijo que se da una fuerza generada en su propio sistema que potencia por sí sola el resultado final obtenido.
- c) *La educación preventiva:* Consiste en educar en futuro, que es adelantarse en el bien, es llegar antes con los hábitos buenos. Por lo tanto, hay que aprender a educar para no improvisar, conocer los periodos sensitivos y apoyarnos en ellos.
- d) *La educación con el ejemplo:* El mejor ejemplo que podemos dar los padres es el que nuestros hijos vean nuestra lucha por ser mejores personas, por hacer mejor las cosas cada día, el deseo de superación y el constante esfuerzo por levantarnos ante los fracasos. Si un padre tiene una conducta reprochable o un vicio, entonces su ejemplo será francamente negativo.
- e) *La educación motivada:* La forma más común y directa de motivar es a través de los premios o castigos. Hay que premiar las actitudes positivas, es el mejor mecanismo para encausar la actividad del niño: cumplir siempre lo prometido, premiar cuando lo merece por una actitud, un esfuerzo extraordinario o un resultado excepcional.
- f) *La educación personalizada:* Los padres debemos conseguir intensificar las relaciones con los hijos con la finalidad de conocerlos a fondo y así facilitar su educación de acuerdo a su edad y realidad particular. Hay que enseñarles a educar su voluntad, renunciando a los caprichos y a esforzarse para ganarse las cosas. El verdadero objetivo de la voluntad es conseguir la victoria sobre uno mismo. Para mantener tensa y bien dispuesta la voluntad es esencial ejercitarse en pequeños vencimientos diarios aunque no reporten ningún beneficio inmediato.

Bibliografía recomendada:

- Cómo educar la voluntad – Fernando Corominas
- Educar el carácter – Alfonso Aguiló
- Cómo educar a tus hijos – Fernando Corominas
- La conquista de la voluntad - Enrique Rojas
- Película El aceite de Lorenzo
- Película Mi Pie Izquierdo
- Video Tony Meléndez

3. LA EDUCACIÓN EN EL HOGAR

- Hay que cuidar mucho la convivencia en la familia y el cariño que se demuestra entre sus miembros, especialmente en los detalles externos prácticos de afabilidad, como:
 - Tener un trato delicado con todos.
 - Acostumbrarse a no mandar sin razones, no hablar en tono dogmático.
 - Estar asequibles a los hijos para que hablen con nosotros.
 - Hacer que sea natural prestar pequeños servicios y que nadie se sienta humillado por hacerlo.
 - Aprender a reprender o a negar un permiso.
 - Saber lo que les interesa a los hijos para facilitar el trato con ellos
- Hay que saber escuchar, hay que esforzarse por ser agradables a los demás, para lo cual se requiere paciencia, pero sobretodo deseos de aprender de los demás.
- Es posible conjugar la autoridad de los padres con la amistad con los hijos. Es necesario crear un clima de confianza y de libertad aún a riesgo que alguna vez seamos engañados.
- Tienen también que entender que deben obedecer, que nos guste o no, todos obedecemos. Para facilitar la obediencia es necesario:
 - Exigirse en los mismos puntos en que se manda o se corrige.
 - Mandar con afán de servicio, no exhibir demasiado la autoridad.
 - Hablar con llaneza y sin apasionamientos, hablar con claridad y a la cara.
 - Ser siempre positivo, poner primero las buenas cualidades.
 - Respetar la intimidad de los hijos, su armario, su mesa de estudio y enseñarles a respetar la intimidad ajena.
- Hay que inculcar siempre a los hijos un inconformismo natural con lo mediocre.

Bibliografía recomendada:

- Educar hoy, Fernando Corominas
- Virtudes humanas, J. Alcazar y F. Corominas
- Situaciones Cotidianas de Tus Hijos Adolescentes, Teresa Artola González
- Cómo educar la voluntad – Fernando Corominas
- Educar el carácter – Alfonso Aguiló

4. LA EDUCACIÓN DE LA AFECTIVIDAD Y SEXUALIDAD

Educación es instruir, formar, guiar, sacar lo mejor que hay dentro de una persona; ir la puliendo y limando para hacerla más dueña de sí misma. La educación debe estar presente a todo lo largo de la vida; pero la educación integral tiene su punto de partida en la infancia y en la adolescencia.

La educación sexual –que es responsabilidad exclusiva de los padres– consiste en la consecución de un conocimiento adecuado de lo que es la sexualidad, que va desde su desarrollo hasta la culminación del encuentro físico entre un hombre y una mujer, que apunta hacia la madurez psicológica y la plenitud de la persona, en el marco de lo que debe ser la dignidad humana. Ese conocimiento no descuida ningún aspecto del hombre: va de la anatomía al plano físico, de los aspectos psicológicos a los sociales y culturales, pasando por el terreno espiritual y el entorno en donde ésta se desarrolla o las etapas evolutivas que ésta va a tener. Educación plena, completa, integral.

El éxito de la educación consiste en proporcionar un conocimiento equilibrado de uno mismo y de la realidad, promoviendo una adecuada jerarquía de valores. La educación sexual fracasa cuando sólo es información técnica y cuando hay un claro desajuste o una falta de armonía en lo que se enseña. No hay verdadero progreso humano si éste no se realiza con un fondo moral.

A los niños hay que iniciarlos a medida que avanza su edad. Son explicaciones sencillas y conformes a su psicología, pero sin falsear la verdad. Sabiendo servirla como algo normal, natural, positivo.

En la adolescencia sugerimos a los padres la postura de adelantarse y así, ir trazando unos criterios que le ayuden a comprender lo que en esos momentos experimentan dentro de sí. Cada caso necesitará una estrategia distinta. Siempre las formas elegantes y prudentes le darán al tema más calidad.

Educar en y para la libertad siempre es un riesgo. Pero es una tarea noble, que contribuye a introducirle a uno en la realidad y que pretende en último término, desarrollar todas las estructuras de un individuo buscando su realización integral. Dominar y ser señor de la propia sexualidad, gobernándola con amor, para entregarla a otra persona, a través de una donación comprometida. Cuando no ocurre así, los impulsos sexuales van ganando terreno según su capricho, llegando a tiranizar la conducta, marcándole una línea obsesiva y machacona, que no libera al hombre, sino que lo rebaja. De ahí que amor y sexualidad formen conjunto recíproco: no se puede dar el uno sin el otro en la relación hombre-mujer.

Bibliografía recomendada:

- Manual de educación sexual – Procodes
- Matrimonio para un tiempo nuevo - Antonio Vázquez
- Preguntas y respuestas sobre sexo y amor - Mary Beth Bonacci
- ¡Por favor hablemos del amor! – Ines Pelissie du Rausas
- Video – Pam Stenzel
- Video – Defendamos la vida

5. LA FORMACIÓN ESPIRITUAL

La mayoría de los padres del colegio profesan la religión católica, aunque también hay no católicos. Conviene recordar los siguientes puntos:

- La fe católica es revelada por Dios mismo.
- La ley de Dios está impresa en la inteligencia del hombre y la pone Dios para que el hombre pueda alcanzar la felicidad temporal y eterna.
- La certeza de la fe esta fundamentada en la fe de los apóstoles con Pedro a la cabeza y sus sucesores los papas, hasta Benedicto XVI.
- Esperamos el cielo y la vida eterna.
- Para conseguirlo necesitamos ejercitarnos en la fe y las obras.
- La fe no es esperar por los milagros.
- Las virtudes teologales se infunden en el bautismo y son: Fe, Esperanza y Caridad.
- Sin virtudes humanas no se da el desarrollo de las teologales.
- El compromiso es aumentar la Fe con el conocimiento de la doctrina católica.
- Es necesario ejercitarse en los Sacramentos, evitar el pecado y practicar las Normas de Piedad.
- El conocimiento de la Doctrina se consigue a través de: Lectura de la Biblia, el estudio de la Moral Cristiana y lectura del Catecismo de la Iglesia.
- Es necesario el ejercicio continuo de los Sacramentos especialmente: Eucaristía y Penitencia.
- Los padres dan ejemplo a través del sacramento del matrimonio.
- Algunas normas de piedad son:
 - Ofrecimiento de obras del día
 - Asistencia a la Misa del domingo
 - Un rato de oración mental
 - Lectura de un libro espiritual
 - Visita al Santísimo
 - Santo Rosario
 - Examen de la noche
- El crecimiento en la fe se consigue con el buen ejemplo de los padres, mucha paciencia, con mucha constancia, con mucho amor.
- Todo esfuerzo vale la pena...son nuestros hijos.

Adicionalmente las familias disponen de la orientación y preparación para recibir los sacramentos con bautismo, primera comunión, confirmación y matrimonio, con un plan de charlas para padres e hijos acorde a las necesidades.

Bibliografía recomendada:

- Catecismo de la Iglesia Católica
- Resumen de la Doctrina Católica, Juan Larrea Holguín
- Sagrada Biblia – Ediciones Universidad de Navarra
- Curso de teología moral – Ricardo Sada, Alfonso Monroy
- Educar la conciencia – José Luis Aberásturi y Martínez
- La Santa Misa, Alberto Clabell
- Es Cristo que pasa, San Josemaría Escrivá de Balaguer