

CLÍNICA PÉREZ-VIECO

El oficio de crecer

Escuela de familias
6 a 9 años · Seis sesiones

Sergio Pérez Serer

Psicólogo General Sanitario · Colegiado CV07113

Sexólogo clínico

CLÍNICA PÉREZ-VIECO

El oficio de crecer · Programa completo

Programa de crianza para primer ciclo de primaria (6 a 9 años)

Diseño y dirección: Sergio Pérez Serer, Psicólogo General Sanitario, colegiado CV07113, y sexólogo clínico. Clínica Pérez-Vieco · Calle Maestro Valls 28 · 46022 Valencia · 601 082 966 · info@sexologosvalencia.es

Primera edición, octubre de 2026. Gratuita para uso familiar y docente. Puede imprimirse y compartirse citando la fuente. Para impartirlo en un centro o entidad, escribe a info@sexologosvalencia.es

Aviso. Material educativo: no sustituye la formación reglada ni una intervención clínica. Ante sospecha de abuso, no interrogues al menor y consulta cuanto antes. ANAR: 900 20 20 10 (familias) y 116 111 (menores). Riesgo inmediato: 112.

Índice

1 El marco

De dónde salen estos contenidos

2 Sesión 1 · Autonomía y responsabilidades

Repartir tareas reales y soltar lo que ya puede hacer solo.

3 Sesión 2 · Deberes sin guerra

Sacar al adulto del papel de vigilante.

4 Sesión 3 · Amigos, conflictos y acoso

Distinguir un conflicto normal de algo que requiere intervención.

5 Sesión 4 · El elogio que sirve

Construir autoestima sin inflarla.

6 Sesión 5 · Miedos y preocupaciones

Acompañar el miedo sin alimentarlo.

7 Sesión 6 · El primer dispositivo

Entrar en el mundo digital con reglas puestas antes.

8 Competencias

Qué se espera al terminar la etapa

9 Preguntas que harán

Con respuesta lista para usar

CAPÍTULO UNO

El marco

De dónde salen estos contenidos, y por qué este orden.

Empieza el colegio de verdad, aparecen los amigos propios y, con ellos, los primeros conflictos que no puedes resolver tú. Seis sesiones sobre autonomía, deberes sin guerra, amistades, autoestima y miedos, y sobre el primer dispositivo, que a esta edad ya está en casi todas las casas.

Referencia	Qué aporta
Orientaciones técnicas de UNESCO	Contenidos por franjas de edad y la revisión de la evidencia: los programas integrales no adelantan el inicio de las relaciones.
Estándares de la OMS para Europa	Una matriz de educación sexual holística desde la primera infancia, centrada en derechos y bienestar.
Normativa española	La educación afectivo-sexual está recogida en la normativa educativa y en la ley de protección integral a la infancia.

Los dos criterios de todas las sesiones

Responder a lo que se pregunta **sin adelantar lo que no toca**, y tratar la sexualidad como parte de la salud y de los derechos, no como una lista de peligros.

CAPÍTULO DOS

Sesión 1 · Autonomía y responsabilidades

45 min · 6 a 9 años

Objetivo

Repartir tareas reales y soltar lo que ya puede hacer solo.

Desarrollo

- 1 Lista de lo que ya podría hacer sin ayuda y no hace porque es más rápido hacérselo.
- 2 Elegir dos tareas fijas de casa, elegidas por el niño, con día asignado.
- 3 Aceptar que lo hará peor que tú: ese es el precio del aprendizaje.
- 4 Retirar ayuda por partes, no de golpe.

Ha funcionado si...

Que cada familia suelte una cosa concreta esta semana.

Qué evitar

Tareas que cambian cada semana: no se consolidan.

CAPÍTULO TRES

Sesión 2 · Deberes sin guerra

45 min · 6 a 9 años

Objetivo

Sacar al adulto del papel de vigilante.

Desarrollo

- 1 Sitio fijo, hora fija y sin pantallas en la mesa, también para el adulto.
- 2 El adulto está disponible, no sentado al lado corrigiendo.
- 3 Separar el error del esfuerzo: se corrige el trabajo, no al niño.
- 4 Cuándo hablar con el colegio en vez de seguir peleando en casa.

Ha funcionado si...

Que la familia defina su encuadre y lo pruebe dos semanas.

Qué evitar

Convertirse en el segundo profesor del niño.

CAPÍTULO CUATRO

Sesión 3 · Amigos, conflictos y acoso

50 min · 6 a 9 años

Objetivo

Distinguir un conflicto normal de algo que requiere intervención.

Desarrollo

- 1 Qué es un conflicto entre iguales y qué es acoso: repetición, intención y desequilibrio.
- 2 Enseñar a resolver lo pequeño sin que el adulto entre cada vez.
- 3 Señales de alarma: dolores de barriga los domingos, no querer ir, pérdidas de material.
- 4 Qué hacer si aparece: documentar, hablar con el centro, no contactar a la otra familia en caliente.

Ha funcionado si...	Qué evitar
Que sepan la diferencia y a quién acudir en el centro.	Resolver por el niño todos los conflictos pequeños.

CAPÍTULO CINCO

Sesión 4 · El elogio que sirve

40 min · 6 a 9 años

Objetivo

Construir autoestima sin inflarla.

Desarrollo

- 1 Elogiar el esfuerzo y la estrategia, no la capacidad: «lo has intentado de otra forma».
- 2 Evitar las etiquetas, también las buenas: «eres listísimo» pesa más de lo que parece.
- 3 Dar responsabilidades reales, que es lo que más autoestima construye.
- 4 Cómo responder cuando dice «soy un desastre».

Ha funcionado si...	Qué evitar
Que cambien una frase habitual de casa por otra.	Elogiar todo: pierde valor y deja de informar.

CAPÍTULO SEIS

Sesión 5 · Miedos y preocupaciones

45 min · 6 a 9 años

Objetivo

Acompañar el miedo sin alimentarlo.

Desarrollo

- 1 Validar el miedo y no ceder a la evitación, que es lo que lo mantiene.
- 2 Acercamiento por pasos, acordado con él y con metas pequeñas.
- 3 Qué hacer con las preguntas repetidas que buscan tranquilización.
- 4 Cuándo consultar: cuando interfiere en el colegio, el sueño o los amigos.

Ha funcionado si...	Qué evitar
Que diseñen un primer paso concreto para un miedo real.	Prometer que no pasará nada: no se puede sostener.

CAPÍTULO SIETE

Sesión 6 · El primer dispositivo

45 min · 6 a 9 años

Objetivo

Entrar en el mundo digital con reglas puestas antes.

Desarrollo

- 1 Decidir para qué se le da y qué resuelve: no por edad ni por presión del grupo.
- 2 Acuerdo escrito antes de entregarlo: dónde, cuándo, qué aplicaciones y quién acompaña.
- 3 Qué hacer si ve algo que le incomoda: contarlo nunca tiene castigo.
- 4 Zonas y horas sin pantalla, también para los adultos.

Ha funcionado si...	Qué evitar
Que el acuerdo esté escrito antes de que el dispositivo entre en casa.	Entregarlo primero y poner normas después.

CAPÍTULO OCHO

Competencias

Qué se espera al terminar la etapa, por dominios.

Dominio	Competencias
Vínculo y afecto	Mantiene un rato diario de atención exclusiva; Elogia el esfuerzo, no la capacidad.
Conducta y límites	Mantiene normas estables y consecuencias proporcionadas; Permite que resuelva solo los conflictos pequeños.
Emociones	Acompaña el miedo sin reforzar la evitación; Responde a la autocrítica sin discutirla.
Autonomía y hábitos	Tiene dos tareas fijas de casa; Hace solo lo que ya puede hacer solo.
Escuela y aprendizaje	Tiene encuadre de deberes definido; Sabe cuándo acudir al centro.
Pantallas y riesgos	Tiene acuerdo escrito antes del primer dispositivo; Reconoce las señales de acoso.

En la versión interactiva puedes marcar lo trabajado y ver la cobertura por dominios, además de registrar cada sesión impartida con su participación.

CAPÍTULO NUEVE

Preguntas que harán

Las que más se repiten a esta edad, con respuesta lista para usar.

No quiere hacer los deberes, ¿qué hago?

Encuadre fijo, adulto disponible y no sentado encima. Si la pelea es diaria y larga, suele ser señal de que el problema no es de voluntad, y toca hablar con el colegio.

¿Cómo sé si sufre acoso?

Preocupan la repetición, la intención de hacer daño y el desequilibrio de poder, junto a señales como dolores los domingos, no querer ir o pérdidas frecuentes de material.

¿Le doy móvil a los 9?

La pregunta útil no es la edad, sino qué resuelve y qué acuerdo hay escrito antes de entregarlo. Un dispositivo sin acuerdo previo convierte cada día en una negociación.

Para impartirlo en un centro o entidad

Este programa se imparte en centros educativos, AMPA, ayuntamientos y entidades sociales: seis sesiones por grupo, una sesión con familias y formación al equipo educativo, con memoria de actividad al terminar.

Solicitar una propuesta

info@sexologosvalencia.es · 601 082 966

Indica la etapa, el número de grupos y las fechas aproximadas.



Sergio Pérez Serer

Psicólogo General Sanitario · Colegiado CV07113
Sexólogo clínico · Director de Clínica Pérez-Vieco

Clínica Pérez-Vieco · Calle Maestro Valls 28 · 46022 Valencia
601 082 966 · info@sexologosvalencia.es
Lunes a jueves, de 9:00 a 21:00

Primera edición · Septiembre de 2026