
Mila y la torre que se cayó
Un cuento sobre la frustración
carveyteach.com

Una torre muy alta



Leo construía una torre. Quería hacerla tan alta como una jirafa. Mila miraba cómo elegía cada bloque.



Al colocar el último bloque... ¡pum!
La torre cayó. Leo sintió calor en la cara
y apretó las manos.
—¡No quiero hacerlo otra vez!

Estoy aquí contigo



—Trabajaste mucho y no salió como esperabas —dijo Mila—. Parece que estás frustrado. ¿Quieres que me quede contigo? Leo asintió.

Podemos hacer una pausa



—Podemos descansar, pedir ayuda o probar otra idea —ofreció Mila.
Leo miró los bloques.
—Primero quiero sentarme un poquito.



Después de un rato, Leo eligió los bloques más grandes para la base.
—¿Me ayudas a sostener este? —preguntó.
Mila se quedó cerca.

Puedo seguir a mi ritmo



Esta torre quedó más bajita. Leo todavía quería una enorme, pero estaba listo para seguir probando.

—Puedo pedir ayuda —dijo—. Y también puedo descansar.

¿Qué podría ayudarte?



Cuando algo no sale como esperabas, ¿qué podría ayudarte?

Puedes señalar, dibujar o contar tu idea.



Descansar



Pedir ayuda



Probar otra manera

10 preguntas para sentir y pensar

Puedes hablar, señalar, dibujar o representar. Elige unas pocas preguntas cada vez; no es un examen.

01 ¿Qué quería construir Leo?

02 ¿Qué pasó con la torre?

03 ¿Qué notaste en sus manos y su cara?

04 ¿Cómo crees que se sintió? ¿Qué te hace pensarlo?

05 ¿Qué hizo Mila para acompañarlo?

06 ¿Qué opciones le ofreció?

07 ¿Cuál eligió Leo primero?

08 ¿Qué cambió en su siguiente intento?

09 ¿Qué podrías decirle a alguien que está frustrado?

10 Si te pasara algo parecido, ¿qué ayuda te gustaría recibir?

Construimos y probamos

Una actividad de juego acompañado. Tiempo flexible: alrededor de 10 a 15 minutos.

Propósito: reconocer señales de frustración y practicar cómo elegir una pausa, pedir ayuda o probar una alternativa.

Materiales: bloques grandes o vasos resistentes sin bordes cortantes, una superficie estable y espacio para jugar. Elige materiales adecuados para la edad y acompaña la actividad.

1. Invita

"¿Qué te gustaría construir?". Deja que el niño elija una idea posible.

2. Observa

Narra lo que ves: "Pusiste el bloque grande abajo". Da tiempo para explorar.

3. Acompaña

Si aparece frustración de forma natural, ofrece compañía. No derribes la torre para provocarla.

4. Ofrece opciones

"¿Quieres descansar, que te ayude o probar otra manera?". También puede elegir terminar.

5. Reconoce el proceso

"Pediste ayuda para sostener el bloque". Evita comparaciones o exigir que deje de sentir frustración.

Para adaptar: ofrece dos opciones con objetos reales o gestos. Un adulto puede escribir lo que el niño diga. No es necesario que hable para participar.

Para observar: ¿cómo expresó que algo no salía como esperaba?, ¿qué apoyo aceptó?, ¿qué quiso intentar después? Describe lo ocurrido sin poner etiquetas al niño.

Mi plan cuando me frustro

Nombre: _____ Fecha: _____

Algo que no salió como yo esperaba:

Mi cuerpo me avisó así. Puedo dibujar o contar:

Hoy puedo elegir. Marco, señalo o digo una opción:

- ◯ Hacer una pausa
- ◯ Pedir ayuda
- ◯ Probar otra manera

También puedo elegir otra ayuda o terminar la actividad.

La persona que puede acompañarme es:

_____

Mi siguiente paso será:

_____