

Registro de frustración

Nombre del niño: _____ Mes/Año: _____

Momento	Situación	Señales de frustración	Resultados/Estrategias
<ul style="list-style-type: none">• Hora del día• Día de la semana• Fecha	¿Qué estaba haciendo su hijo justo antes de que empezara a sentirse frustrado? ¿Quién más estaba presente?	¿Qué señales físicas o verbales mostraron que su hijo se estaba sintiendo frustrado?	¿Cómo se calmó su hijo? ¿Alguien probó estrategias para evitar que las cosas se salieran de control? ¿Alguna idea que pueda ser útil para la próxima vez?

Registro de frustración

Nombre del niño: Carlos

Mes/Año: 10/2019

Momento	Situación	Señales de frustración	Resultados/Estrategias
<ul style="list-style-type: none"> • Hora del día • Día de la semana • Fecha 	¿Qué estaba haciendo su hijo justo antes de que empezara a sentirse frustrado? ¿Quién más estaba presente?	¿Qué señales físicas o verbales mostraron que su hijo se estaba sintiendo frustrado?	¿Cómo se calmó su hijo? ¿Alguien probó estrategias para evitar que las cosas se salieran de control? ¿Alguna idea que pueda ser útil para la próxima vez?
<ul style="list-style-type: none"> • 7:45 a.m. • Martes • 1/10/19 	Carlos se estaba preparando para ir la escuela y no encontraba sus zapatos ni su carpeta. Yo también estaba tratando de ayudar a Nico a estar listo.	Carlos subía y bajaba las escaleras y le gritaba a Nico, culpándolo de cambiar sus cosas de lugar.	Hice que Nico esperara afuera mientras buscábamos las cosas de Carlos. Separar a los niños ayudó un poco. Hoy por la noche intentaré ayudar a Carlos a tener sus cosas listas antes de ir a dormir.
<ul style="list-style-type: none"> • 4 p.m. • Miércoles • 2/10/2019 	Carlos no podía encontrar el equipo deportivo que necesita para su práctica.	Lo escuché haciendo revuelo en su habitación azotando cajones. Gritó pidiendo ayuda. Perdí la paciencia y lo amenacé con sacarlo del equipo.	Conduje en silencio mientras Carlos se tranquilizaba. Sugerí hacer una lista de revisión para ayudar a tener listas las cosas la noche anterior. Él se puso tenso, usó su estrategia de respiración y dijo: "Está bien".
<ul style="list-style-type: none"> • 8:30 p.m. • Miércoles • 2/10/2019 	Carlos empezó a hacer la tarea de matemáticas mientras Nico y yo veíamos la televisión.	Carlos empezó a refunfuñar y a jalarse el cabello. Después rompió la hoja de su tarea y dijo que las matemáticas eran estúpidas y que odiaba la escuela.	Carlos se quedó despierto hasta tarde jugando videojuegos y fue a la escuela sin haber terminado su tarea. ¿Tal vez debería hablar con el maestro otra vez?