

Los cuentos de Hugo



Sandra Ribeiro
Psicóloga

Los niños crecen jugando, imaginando y escuchando historias. A través de los cuentos, les ayudamos a comprender el mundo que les rodea y también a sentirse cuidados y seguros.

Hugo nace como un personaje cercano para que los más pequeños descubran que las normas no son castigos, sino abrazos invisibles que les protegen y les permiten seguir explorando.

Gracias por leerlo y por convertir cada historia en un momento compartido de amor y aprendizaje con vuestros hijos e hijas.

Sandra Ribeiro



Este cuento pertenece a:

Sandra Ribeiro

CENTRO DE PSICOLOGÍA

Hugo y las luces mágicas

Hugo es un osito muy curioso.

Le encanta correr rápido, trepar a los árboles, perseguir mariposas y descubrir cada rincón del bosque.

Pero a veces, tanta emoción le hace olvidar algo muy importante: los peligros que no conoce.

Un día, mientras jugaba, vio al fondo del bosque unas luces brillantes que se movían muy deprisa.



-¡Qué chulas! -pensó
Hugo.
-. Quiero correr
hacia ellas.



SU mamá sonrió.

-Sí puedes, pero solo cuando estés con nosotros y te digamos que es seguro.

Las luces no son malas, pero no saben que eres pequeño. Por eso tus orejas

tienen que escuchar y tus patitas

hacer caso de nuestras palabras.



Esa tarde, sus padres le enseñaron un juego:
cuando mamá o papá dijeran "ROJO", Hugo tenía
que quedarse quieto como una estatua.
cuando dijeran "AMARILLO", debía mirar a su
alrededor y esperar instrucciones.
Y solo cuando escuchara "VERDE", podía correr
feliz y seguro.



Hugo practicó una y otra vez.

Le encantaba el juego, y pronto se dio cuenta de algo: obedecer no era un castigo, sino una forma de cuidarse y seguir disfrutando de sus aventuras.

Desde ese día, cada vez que veía las luces del bosque, recordaba las palabras mágicas.

Y así, Hugo siguió explorando... pero también aprendió a estar seguro sin dejar de ser curioso.

FIN



Preguntas para después del cuento



- ¿Qué crees que habría pasado si Hugo hubiera corrido hacia las luces?
- ¿Por qué sus padres le enseñaron el juego del semáforo?
- ¿Qué significa para ti el rojo, el amarillo y el verde?
- ¿Qué cosas de tu vida se parecen al "verde", al "amarillo" y al "rojo"?
- ¿Te gustaría practicar el juego con mamá/papá?

Hugo en el Zoo de colores

Hugo estaba muy emocionado.

Ese día iba con su familia al zoo por primera vez.

Quería ver a los leones, a las jirafas, a los elefantes... y, sobre todo, a los monos, porque eran los que más le hacían reír.



Nada más entrar, Hugo empezó a correr.

-¡Mira, mamá, un tigre! -gritó mientras se acercaba demasiado a la valla.



Su madre lo alcanzó justo a tiempo y le dijo con voz firme pero cariñosa:

-Hugo, en el zoo hay animales preciosos, pero también peligrosos. Si te acercas demasiado o corres sin mirar, puedes hacerte daño.

Hugo torció la boca.

-Pero yo solo quiero verlos de cerca...



SU madre sonrió.

-Lo sé, corazón. Por eso vamos a usar el juego del semáforo. ¿Te acuerdas?

-¡Sí! -respondió Hugo entusiasmado.

-Muy bien. Cuando yo diga **ROJO**, te quedas quieto como una estatua.



Cuando diga **AMARILLO**, miras a tu alrededor y esperas mi señal.



Y cuando diga **VERDE**, puedes andar conmigo de la mano.



Mientras caminaban, pasaron por la zona de los elefantes. Hugo estaba tan emocionado que echó a correr hacia la barandilla.

-¡ROJO! -dijo su madre.

Hugo se quedó quieto como una estatua.

Miró a su madre y ambos rieron.

-Muy bien, Hugo. Así estás seguro.





Más tarde, al llegar al lago de los flamencos, Hugo volvió a impacientarse.

-¡AMARILLO! -dijo su madre.

Hugo se detuvo, miró a su alrededor y esperó.

Su madre le tomó la mano.

-Ahora sí: VERDE.



Y juntos caminaron despacio hasta ver a los flamencos, que parecían bailar sobre una pierna.

Ese día, Hugo descubrió muchos animales increíbles.

Y también comprendió algo importante: las normas no eran para fastidiar, sino para cuidarle.

Cuando salieron del zoo, su madre lo abrazó.

-Gracias por jugar al semáforo conmigo. Estoy muy orgullosa de ti.

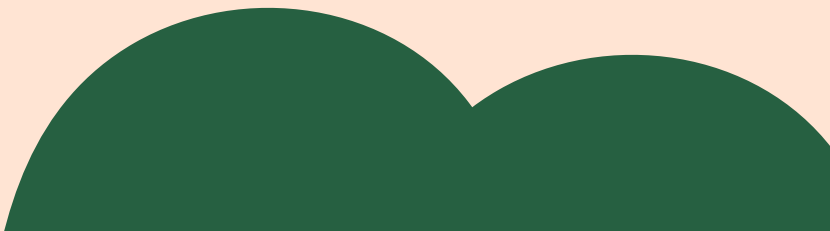
Hugo sonrió y pensó:

"Escuchar a mamá y a papá me hace fuerte y me deja seguir jugando sin peligro."

FIN



Actividades sugeridas después del cuento:

- Juego del semáforo en casa o en el parque (con cartulinas de colores).
 - Dibujo del zoo: que el niño dibuje a Hugo frente a diferentes animales, usando rojo, amarillo y verde.
 - Semáforo de bolsillo: crear un pequeño semáforo de cartón para que el niño practique en salidas familiares.
 - Refuerzo positivo: cada vez que obedezca a un “rojo” o “amarillo”, mamá o papá refuerzan con frases como: “Gracias por cuidarte y dejar que te cuidemos”.
- 

Ficha terapéutica de los cuentos de Hugo

Edad recomendada: 3 a 7 años

Temas que aborda:

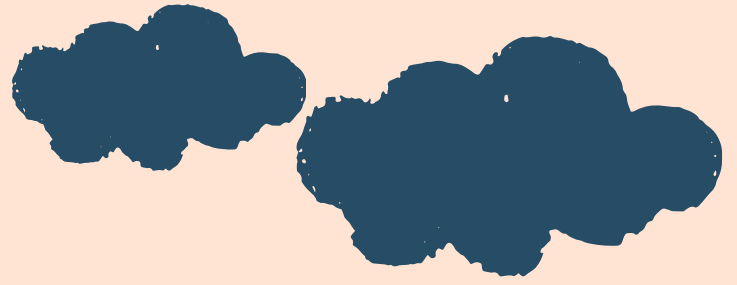
- La importancia de las normas como cuidado.
- Seguridad en lugares públicos (zoo, parques, calles, centros comerciales).
- Técnica del semáforo como recurso de autorregulación.
- Obediencia entendida como vínculo de confianza.



Objetivos terapéuticos:

- Introducir la noción de límites en un contexto lúdico y cercano.
- Enseñar al niño a detenerse, esperar y actuar con seguridad.
- Vincular el cumplimiento de normas con amor y protección, no con miedo o castigo.





Gracias por leer este cuento con vuestro hijo o
hija. Cada vez que compartís un ratito de
lectura y juego, estáis construyendo un
recuerdo que se quedará en su corazón. Las
normas se aprenden mejor cuando están
acompañadas de cariño y presencia.

Sandra Ribeiro





Sandra Ribeiro

CENTRO DE PSICOLOGÍA

Terapia individual | Pareja | Familiar |
Adolescente | Infantil

Calle Puerto de los Leones, 2

2ª planta, puerta 4A

Majadahonda, Madrid

(34) 644633155

www.sandraribeiro.es

