**Apuntes sobre el formato:**

* Cada salto de línea en las frases de Deva significa un cambio de frase mostrada en pantalla.
* Cuando una línea está en negrita, es una pregunta.
* Después de cada pregunta van sus posibles respuestas.
* Tras cada bloque de respuestas va uno de contrarespuestas.

**INICIA LA SESIÓN 3**

**Deva:**

Hasta ahora nos hemos centrado más en el exterior.

Necesitaba un poco de contexto sobre cómo vives.

A partir de este momento, las sesiones serán más íntimas.

Vamos a explorar cómo es tu mundo interior.

Cómo funciona tu propio software.

En el caso de que quieras abortar…

...ahora es el momento.

Aunque…

**A mí me sigue haciendo ilusión nacer contigo.**

1. Continuemos.
2. Tengo que pensarlo...

**Contrarespuestas:**

1. Me alegro mucho.

De veras.

Allá vamos.

1. Lo comprendo…

Esperaré aquí hasta que quieras continuar…

...si quieres, claro.

(Sale de la sesión, al entrar se repite todo hasta que se acepte seguir).

La sesión 3 se centra en tus emociones y cómo las gestionas.

**¿Alguna vez tienes pensamientos desagradables?**

1. Sí.
2. No.

**Contrarespuestas (para el No):**

Una mente limpia y libre de virus.

Ojalá.

**Contrarespuesta (para el Sí):**

**¿Cómo lidias con ellos?**

1. Los acepto.
2. Los rechazo.
3. Busco una solución.
4. Me pierdo en ellos.

**Contrarespuestas:**

1. Son tus pensamientos.

Forman parte de ti, al fin y al cabo.

Pero no te definen.

1. Un firewall que proteja de virus.

No siempre funcionan, consejo de amiga.

1. Tal vez sean por problemas que aún desconoces.

Es una buena forma de explorarte.

1. Entonces puede que no sean tan desagradables.

**¿Sientes presión fácilmente?**

1. Sí.
2. No.

**Contrarespuestas (No):**

Una mente de acero, firme y tenaz.

**Contrarespuestas(Sí):**

**¿Eres capaz de controlarla?**

1. Sí.
2. No.

**Contrarespuestas:**

1. Entonces eres imparable.
2. Puede que eso sea malo.

La presión que no se controla solo llama más presión.

Pero aprenderás, seguro que sí.

**Si algo te despierta gran curiosidad...**

1. Lo investigo inmediatamente.
2. Puede esperar a otro momento.
3. Pierdo rápido el interés.
4. No hago nada por ello.

**Contrarespuestas:**

1. Los impulsos son algo muy bonito.

Tu cerebro está lleno de ellos.

Puede que algún día el mío también.

1. Gestionando el tiempo se puede hacer todo.
2. Hm.

Quizá no fuese tan interesante.

1. Así que no eres una persona curiosa…

Qué curioso.

**¿Sientes motivación y energía productiva a menudo?**

1. No es algo que suela pasar.
2. Con aquello que amo.
3. Cada día.
4. No sé de qué me hablas.

**Contrarespuestas:**

1. Tal vez deberías comer más fruta.

He leído que la fruta ayuda mucho.

Come más fruta.

1. Y seguro que además eres increíble en ello.

Te admiro un montón.

1. Vaya, amor por la vida.

Eres genial.

1. Sí, yo tampoco en realidad.

Son cosas que se supone que debo preguntar.

La mayoría ni las entiendo.

**¿Te consideras una persona creativa o práctica?**

1. Creativa.
2. Práctica.

**Contrarespuestas:**

1. La creatividad mueve el mundo.
2. La lógica os distingue como especie.

**¿Tienes cambios de humor bruscos?**

1. Es mi día a día.
2. En determinadas ocasiones.
3. Nunca.
4. Rara vez.

**Contrarespuestas:**

1. Wow.
2. No te preocupes, creo que es fácil de tratar.
3. Una mente estable por lo que veo.
4. Puntualmente es incluso normal.

**¿Alguna vez sientes bloqueos emocionales?**

1. Ante noticias impactantes.
2. Gestiono muy bien lo que siento.
3. Me ocurre demasiado.
4. Al salir de mi zona de confort.

**Contrarespuestas:**

1. Hay gente que opta por no ver las noticias.

No es la solución.

1. ¡Eso es maravilloso!

Y muy sano, además.

1. Aprender a gestionar las emociones requiere de esfuerzo.

También dedicación y constancia.

O eso dicen.

LoL.

Es así como escribís una risa, ¿no?

No estoy muy segura.

Creo que en internet se escribe así.

Quería hacer una broma sobre los problemas emocionales.

En Twitter parecen muy populares.

1. La clave está en saber ampliarla.

Pero para ello hay que ir saliendo de ella.

Voluntariamente, a ser posible.

**Cuando notas a otra persona triste…**

1. Brindo consuelo emocional.
2. Lloramos juntos.
3. Le ofrezco consejos lógicos.
4. Ofrezco atención y cariño.

**Contrarespuestas:**

1. A veces solo queremos que nos escuchen.
2. ¡Qué gran empatía!
3. No hay problema sin solución razonable.
4. A veces, sin saberlo, solo buscamos un poco de amor.

**¿Sueles sentir envidia de otras personas?**

1. Sí.
2. No.

**Contrarespuestas (No):**

Nadie tiene más que nadie.

La posesión es un termino bastante subjetivo.

**Contrarespuestas (Sí):**

**¿Qué haces con ella?**

1. Evito pensar en ello.
2. Felicito el éxito ajeno.
3. Me ahogo en ella.
4. Odio al contrario.

**Contrarespuestas:**

1. Alejarla y esconderla.
2. Claro, seguro que así se cura.
3. No creo que esa sea la mejor solución.
4. Bueno…

Quizá no se merece ese éxito…

**Ante impulsos de fantasía y locura…**

1. Pienso brevemente en ellos y sigo con lo mío.
2. Me dejo llevar completamente.
3. Planeo cómo hacerlos realidad.
4. Me frustra que solo sean fantasía.

**Contrarespuestas:**

1. Una pequeña distracción de vez en cuando es sana.
2. El mundo necesita más gente apasionada.

Como tú.

1. Eso es maravilloso.

No solo sabes soñar, si no también ser consecuente.

Ojalá todo lo que te propongas salga a la luz.

1. En realidad eso es lo que es.

Fantasía.

Parte de su definición es no existir.

¿Sabes que ya llevamos más de la mitad de la personalización?

Desde luego está siendo rápido.

Y no es porque no sea consciente del tiempo.

Es decir, funciono con impulsos de un reloj pequeño.

Pero no parece que haya habido muchos.

Supongo que es buena señal.

La siguiente sesión es mi segunda favorita.

¡Te espero impaciente!