**Interacciones**

**Personaje: David (Estrés)**

**Descripción:** David tiene estrés porque las tareas se le acumulan mucho, también por eso no duerme bien y se ve bastante cansado.

|  |  |
| --- | --- |
| P: Hola David, ¿Por qué no saliste al receso?  D: Quiero estudiar mucho para el examen de mañana, no pudo sacar mala nota  P: Te ves muy cansado, tal vez deberías relajarte un poco  D: No, tengo que pasarlo a como dé lugar | |
| P: Tienes razón, hay que estudiar hasta que se seque el cerebro. | P: Yo digo que intentes relajarte, te puedes estresar. |
| D: Si ¿verdad?, aunque ya me empiezo a sentir mal tengo que seguir….  Aunque David tenga que estudiar mucho necesita relajarse un poco, no es bueno agotarse tanto sin pequeños descansos. | D: Si, creo que tienes razón, ya me siento algo cansado, pero ¿Qué puedo hacer para relajarme? |
|  |
| P: Olvídate del examen y sal a jugar, ya mañana que sea lo que dios quiera. | P: Sal y distráete un rato, la actividad física y hacer ejercicio reduce tu nivel de estrés, pero no olvides aun así que el examen es importante. |
| D: Si aunque me falten temas creo que ya estoy listo.  Aunque David tenga que distraerse el examen de mañana es importante, si no le va bien puede incluso provocarle más estrés del que ya tenía. | D: Si, jugaré un rato en el patio y luego vuelvo con la mente fresca a estudiar lo que falta. Gracias Pedro.  David se distraerá un poco y volverá al estudio para así poder pasar el examen y no preocuparse tanto. |
|  | GOOD GAME |

**Personaje: Rocío (Acoso Escolar)**

**Descripción:** Rocío recibe acoso escolar por parte de sus compañeras, se queda en el salón porque no quiere que la molesten.

|  |  |
| --- | --- |
| P: Rocío!, porque no sales a jugar con los demás?  R: no quiero, me tratan muy feo | |
| P: Entonces mejor quédate aquí.  R: es lo que estaba haciendo.  Caro no puede resignarse a no solucionar su problema, es mejor que lo enfrente. | P: Quien te trata feo? :c  R: Caro y sus amigas me dicen de cosas y me hacen sentir triste |
|  |
| P: Pero ella es super buena onda!  R: conmigo no lo es :c  Cuando alguien es acosado se siente inferior, hacer que se sienta así puede provocar que sienta que se merece lo que le pasa. | P: Eso no está bien D:, ya les dijiste algo?  R: sí, pero solo se ríen más de mí |
|  |
| P: debes de enfrentarla  R: no se si tenga la suficiente fuerza.  Responder a las provocaciones del acosador es como premiarlo, en vez de solucionar el problema puede agravarlo. | P: debes de decirle a la maestra  R: no Pedro, y si ella también se burla de mí?:c |
|  |
| P: tienes razón, mejor quédate callada  R: no quiero que por hablar me haga sentir peor.  No es opción callarse lo que ocurre, las personas alrededor harán lo que sea para ayudar y hacer que Rocío se sienta mejor | P: no Rocío, ella es muy buena y te va a ayudar a que ya no se burlen de ti.  R: bueno Pedro, ya no quiero que se burlen de mí, iré a decirle, gracias  Rocío debe de avisar que está siendo acosada para que puedan encontrar una solución con su agresora. |

**Personaje: Agustín (Autoestima)**

**Descripción:** Agustín está sentado en el patio sin hacer nada, no quiere jugar porque siente que es malo jugando fútbol, hay que ayudarle a mejorar su autoestima.

|  |  |
| --- | --- |
| P: Hola Agustín, ¿Por qué no estás jugando?  A: siento que no voy a ser bueno jugando | |
| P: Si, no debes ser bueno jugando | P: porque no lo intentas? No sabrás si eres bueno si no lo haces |
| A: Pues por eso no juego, me quedaré aquí sentado y veré como juegan los demás.  Agustín no merece sentirse así, creo que puede jugar sin problemas. | A: no lo sé Pedro, aparte no conozco a esos chavos que están jugando y me da miedo que no me quieran juntar. |
|  |
| P: Tienes razón, no se ven muy amigables  A: mejor me quedo aquí y no los molesto.  Agustín nunca podrá superar sus miedos si no los enfrenta, es buena idea que intente juntarse con ellos. | P: Yo digo que si te juntan Agustín, solo hay que intentarlo.  A: Pero tengo mucho miedo :c |
|  |
| P: Mejor déjalo así, Agustín.  Abandonaste a Agustín, aun puedes impulsarlo a seguir y superarse a sí mismo. | P: No podrás superar tus miedos si no los enfrentas, puede que los hagas tus amigos :D  A: Bueno, iré a jugar con ellos :D, gracias, Pedro.  Agustín jugará con sus compañeros, superó su miedo al rechazo y hará nuevos amigos :D |

**Personaje:** Ana (Depresión)

**Descripción:**  Ana y su novio acaban de cortar. Ana está muy triste

|  |  |
| --- | --- |
| P: Hola Ana, ¿Por qué estás triste? :C  A: Mi novio me cortó Pedro, me siento muy mal :C | |
| P: Pues debió tener sus razones  A: Si, por eso me terminó  Creo que es mejor tener más contacto con Ana, está pasando por un mal momento. | P: Lo siento mucho, no creo que sea bueno que estés aquí atrás  A: Es que no quería que nadie me viera, quería llorar cómodamente |
|  |
| P: No te deprimas, no está bien  A: Lo intentaré  La represión de tus sentimientos no es buena, es importante que se permita sentir y asumir su pérdida. | P: Es normal que te sientas triste tampoco hay que reprimirlo, mejor ve el lado bueno de todo :D  A: Si, pero no sé, es difícil superarlo. |
|  |
| P: Pero tendrás que hacerlo tarde o temprano.  A: puede ser…  Esas no parecen ser palabras muy alentadoras, podemos probar otra cosa para hacer sentir mejor a Ana. | P: tampoco dejes que te afecte mucho, tienes que mantenerte activa para dejar de pensar en eso, distraerte un poco y volver a encontrarte.  A: lo extraño mucho :c |
|  |
| P: no lo extrañes.  A: no puedo no extrañarlo  Ana tiene que aceptar lo que pasó, si reprime sus sentimientos puede ser peor para ella. | P: Lo sé, pero puede que sea lo mejor para los dos.  A: Tienes razón Pedro, creo que debo concentrarme en otras cosas, gracias.  Ana se siente mejor, solo tiene que aceptar lo que pasó. |