

Situación 1

Felipe tiene 16 años. Se define a sí mismo como un chico callado y le cuesta entrar en confianza con las personas. Tiene varias amistades, con quienes se vincula a través de redes sociales y videojuegos.

En su casa pasa muchas horas en la computadora, encerrado en su cuarto. **Cuando tiene algún problema, consulta a Chat GPT para hablar de lo que le pasa.** Siente que allí es escuchado sin ser juzgado y prefiere este intercambio a hablar con sus amistades o familia. Su mamá y su hermana, que viven con él, están preocupadas, pero no saben qué hacer para ayudarlo.

- ¿Qué creen **que le está pasando** a Felipe?
- ¿Qué **emociones** podría estar sintiendo?
- Si fueran sus amistades o familiares,
¿qué harían para ayudarlo?
- ¿Qué piensan sobre **el uso de inteligencia artificial** para pedir consejos o resolver problemas personales?



Situación 1

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 2

Camila organizó una fiesta en su casa por su cumpleaños. Fueron todas sus amistades y pasaron increíble. Hubo música hasta tarde y algunas personas se tuvieron que quedar a dormir porque tomaron demasiado. Al otro día, Camila vio que **en Instagram habían subido varias historias y fotos de la fiesta y, en algunas, ella quedaba re expuesta.**

Se sintió muy incómoda al verse y de hecho **le sorprendió encontrar comentarios muy agresivos en las fotos**, juzgando su actitud como provocadora y haciendo referencia a su cuerpo, tratándola de "gorda". A raíz de eso, Camila quedó muy angustiada y no quiere volver a ver a nadie.

- ¿Por qué creen que Camila **se siente así**?
- ¿Qué debería **hacer**?
- ¿Estuvieron bien sus amistades en **subir fotos sin permiso**?
- ¿Qué pasa con quienes **comentaron** las fotos?
- ¿Les parece que si Camila **fuese varón** recibiría esos comentarios y se sentiría de la misma manera?
- ¿Creen que esta situación es **violenta**?
¿Creen que las redes sociales **favorecen** estas dinámicas?



Situación 2

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 3

Álvaro tiene 18 años. Le faltan seis materias para terminar el liceo pero no quiere seguir. **Le cuesta un montón estudiar y no se siente motivado.** Sus padres no están de acuerdo con que deje el liceo y le dicen todo el tiempo que de esta decisión depende su futuro.

Ya prácticamente no va a clases, solo aparece de vez en cuando para ver a sus amigos. **Su futuro lo estresa, pensó en seguir estudiando pero no sabe qué elegir.** Nada le gusta y las opciones que tiene lo confunden aún más. Hace unos meses que empezó a buscar trabajo, pero todavía no ha tenido ninguna oportunidad. **Se siente sin rumbo y no sabe qué hacer con su vida.**

- ¿Qué le está **pasando** a Álvaro?
- ¿Qué **emociones** son las que podría estar sintiendo?
- ¿Alguna vez se **sintieron** así?
- ¿Qué les parece la **actitud de sus padres**?
- ¿Cómo deberían **ayudarlo**?
- ¿Creen que la **decisión vocacional** es algo tan importante? ¿Por qué?
- Si Álvaro fuera un amigo de ustedes, **¿qué le aconsejarían?**



Situación 3

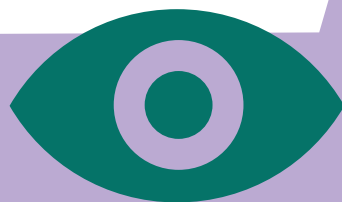
Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 4

Kiara está por terminar el liceo. **Hace unos meses empezó a salir con Lucía, una chica de otro sexto.** Está muy feliz con su relación, se llevan súper bien y, además, Lucía está muy integrada a su grupo de amistades. Hace unos días fueron juntas a una fiesta, al cumpleaños de una amiga de Lucía. Cuando llegaron sintió que **un grupo de chiquilines empezaron a charlar mientras las miraban y se reían.**

Lucía no les prestó atención, pero Kiara se sintió muy incómoda porque eran bastante evidentes. Uno de los chicos del grupo es el nieto de su vecina. Además de lo molesto de sentirse observada, se angustió porque ella **todavía no le ha contado a sus padres sobre Lucía y no quiere que se enteren a través de otra persona.**

- ¿Por qué debería **preocuparse** Kiara?
- ¿Qué **emociones** siente?
- ¿Qué piensan de la **actitud de los chicos**?
- ¿Qué les parece que **debería hacer con respeto a ellos**? ¿Y en relación a sus padres?



Situación 4

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 5

Nahuel le dice a un profe que necesita ayuda. **Le cuenta que una amiga, que no es de su liceo, se está cortando y que no sabe cómo ayudarla.** Está realmente desesperado. El profesor le pregunta si los padres de la amiga están al tanto de la situación y él le dice que ellos no saben nada.

Nahuel le pide al profe si puede tener una reunión virtual con su amiga, en donde ella pueda conectarse sin usar la cámara para no quedar expuesta. El profe no está seguro de si esta es la mejor forma de ayudarla.

- ¿Qué les parece que está **haciendo** Nahuel?
- ¿Qué **emociones** son las que parecen predominar en los protagonistas de la historia?
- Si fueran el **profe**, ¿cómo actuarían?
- ¿Qué creen que **necesita** la amiga de Nahuel?
- ¿Cuál les parece la mejor forma de **ayudarla**?
- ¿Han vivido **situaciones similares**?



Situación 5

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 6

Emiliano no se siente bien. Hace tiempo que ya no tiene ganas de juntarse con sus amistades y dejó de ir al fútbol, que tanto le encantaba. **Cuando está solo en su cuarto llora, pero no entiende por qué.** Siente un dolor en el pecho, como si fuera “un nudo”, explica.

Su papá está molesto: hace años lo acompaña al fútbol y no comprende su falta de compromiso actual. “Estás dejando tirado al equipo y eso no se hace”, le dice. **Emiliano no sabe cómo hablar con su padre ni cómo explicarle que de verdad se siente mal.** Su papá, frente a estas situaciones, suele repetirle frases como “los hombres no lloran” o “hacete fuerte”.

- ¿Qué les parece que le **está pasando** a Emiliano?
- ¿Por qué piensan que **está así**?
- ¿Qué creen que **necesita**?
- ¿Qué **emociones** son las que parecen predominar en los protagonistas de la historia?
- ¿Qué **gestos, frases o comportamientos** les permiten reconocer esas emociones?



Situación 6

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 7

Mateo es un adolescente de 13 años. No ha dicho nada acerca de su orientación sexual en el liceo, sin embargo, en su clase dicen que es gay por ir con las uñas pintadas de colores. **Desde hace más de un mes le dicen un apodo sin su consentimiento.** No tiene amigos, ningún varón del grupo se relaciona con él. Solo se lleva bien con dos compañeras mujeres.

A veces lo amenazan, le dicen que lo golpearán a la salida y se ríen de él delante de toda la clase. En este momento, **Mateo ha bajado su rendimiento, se siente sin motivación y sin ganas de seguir yendo, además de que le cuesta dormir.**

- ¿Cómo creen que se **siente** Mateo?
- ¿Qué piensan que **necesita**?
- ¿Qué debería **hacer**?
- ¿Qué piensan de la **actitud** del grupo de clase?
- ¿Les **ha pasado** a ustedes o ha pasado en su clase?
- ¿Dónde podría **pedir/recibir ayuda**?
¿Y de quién?



Situación 7

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 8

Carla es una **chica trans de 14 años**. Aunque ya habló con sus padres y les pidió que la llamen por su nombre elegido, **le siguen diciendo su nombre anterior**, sin permitirle tramitar una nueva cédula.

Su padre le pregunta todo el tiempo: "¿qué hacés vestido así?". **En el liceo no le permiten utilizar el baño de mujeres y solo dos profes la nombran respetando su identidad**. Algunos chicos se burlan y ella tiene miedo de que la lastimen.

Carla cada vez pasa más horas **encerrada en el cuarto sin ganas de salir ni de hablar con nadie**. Se siente enojada y frustrada, y siente que nadie la entiende.

- ¿Qué le está **pasando** a Carla?
- ¿Qué sienten que **necesita**?
- ¿Dónde podría **plantear** lo que le está pasando?
- ¿Qué les parece la **actitud de sus padres**?
- ¿Han vivido situaciones **similares**?
- ¿Qué pasaría si, en vez de tratarse de una mujer, el caso fuera el de un **varón trans**?



Situación 8

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 9

Bruno tiene 15 años y se encuentra viviendo en un hogar ya que no está al cuidado de su familia. Antes vivía con su padre y con su hermano de 19 años.

Nunca quiso hablar mucho con los educadores referentes sobre su familia.

Desde su llegada al hogar, **Bruno se pelea casi todos los días con alguien.** También le habla mal a las personas adultas, no participa en ninguna actividad y dejó la UTU.

Durante la tarde se aburre y no quiere hacer nada, solo pide salir a la plaza. Cuando le dicen que no, insulta y tira cosas al piso. En la rutina del hogar, **cuando le toca hacer las tareas, se niega, generando tensiones con sus pares.**

- ¿Qué creen que le puede estar **pasando** a Bruno?
- ¿Qué les parece que puede **necesitar**?
- ¿Cómo creen que se siente **luego de reaccionar de esa forma**?
- ¿Qué pensarían ustedes si fueran uno de sus **compañeros**?
- ¿Cómo podrían **ayudarlo**?



Situación 9

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

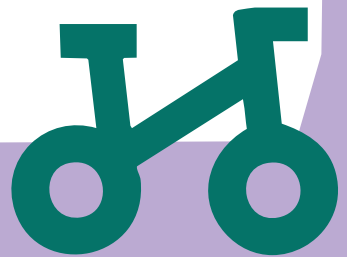
Situación 10

Alexis, de 17 años, anda todo el día deambulando por ahí. **Dejó de ir a la escuela y le cuesta leer y escribir, por eso manda audios de WhatsApp.** Vive con su madre y seis hermanos más pequeños. Alexis lleva a sus hermanos a la escuela y, después, se queda dando vueltas.

Dice que hace poco robó una bicicleta. Ahora se junta con personas más grandes que toman alcohol y venden objetos robados. A veces no duerme en su casa, y cada vez va menos porque rechaza al novio de su madre. Sueña con tener una casa con piscina, y dice que cuando trabaje se la va a comprar.

Hay días que está muy triste, pero no quiere hablar.

- ¿Por qué creen que Alexis se siente **triste**?
- ¿Qué **factores protectores** consideran que existen en la vida de Alexis?
- ¿Qué **factores de riesgo** identifican?
- ¿Cómo se puede acompañar a alguien que manifiesta sufrimiento pero **no quiere hablar**?



Situación 10

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 11

Adriana tiene 16 años y desde los 14 va a un Centro Juvenil. Siempre se mostró entusiasmada, comprometida con los talleres y responsable con los horarios. Sin embargo, **hace unas semanas su comportamiento cambió.**

Se enoja cuando algo no le sale, insulta, rompe cosas y se va sin dar explicaciones. Cuando un educador se acerca a conversar con ella, le dice que no se meta en su vida. También se peleó con una compañera. En otras ocasiones **la han encontrado llorando, pero frente a cualquier pregunta, niega lo que le pasa y se va.**

Nadie sabe cómo ayudarla. Lo único que se sabe es que una amiga suya está internada por una paliza en una pelea, pero no está claro si es eso lo que la tiene tan mal.

- ¿Qué creen que pueda estar **sintiendo** Adriana?
- ¿Por qué le es tan difícil **hablar sobre lo que le pasa**?
- ¿Les genera **preocupación** la situación de Adriana?
- ¿Cómo se les ocurre que podrían ayudarla a expresar lo que siente?



Situación 11

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 12

Lucía tiene 23 años y hace meses busca trabajo sin éxito. Vive con su madre, su hermano Federico y su hija de nueve meses. El padre de la bebé está preso desde hace tres meses, ella lo visita cada tanto. Federico, su hermano, consume pasta base desde hace unos cuantos años. La única que trabaja en la casa es su madre, quien hace limpiezas para una empresa, pero con días y horarios rotativos, lo cual la complica mucho a la hora de buscar trabajo ya que **no cuenta con nadie que la ayude en el cuidado de su bebé.**

No tiene muchas posibilidades de cuidado ya que en el CAIF solo puede ir una vez por semana a Experiencias Oportunas, y tampoco tiene plata como para pagarle a una niñera.

Hay días que Lucía se siente muy agotada, si bien ama a su hija, por momentos le gustaría poder salir más, tener algo de plata para poder pasear o comprarle a su hija lo que necesita. **Se siente muy angustiada, e incluso hay días que no quiere ni levantarse.**

- ¿Conocen a alguien que esté **pasando por una situación similar**?
- ¿Cómo podrían **ayudar** a Lucía si fueran su amiga?
- ¿Qué **aspectos** les parece que hacen más compleja la situación de Lucía?



Situación 12

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 13

Gonzalo tiene 22 años. Si bien **se encuentra buscando trabajo desde hace meses, todavía no ha conseguido nada fijo**. Hace changas, pero no puede mantenerse en las mismas porque falta mucho o llega tarde.

Vive con su padre y un hermano de 10 años. Su madre falleció hace unos años en un accidente de tránsito. Gonzalo aún **sigue muy afectado con esa situación, pero nunca quiso aceptar ayuda psicológica**.

Consume marihuana desde los 14 años y toma alcohol en forma diaria, pero cree que eso no tiene nada que ver con el hecho de que se duerma para ir a trabajar o que, a veces, falte.

- ¿Qué le puede estar **pasando** a Gonzalo?
- ¿Cómo podrían **ayudarlo**?
- ¿Piensan que el **consumo** es un problema para Gonzalo?



Situación 13

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 14

Estefanie tiene 22 años y vive en Buceo. Terminó el liceo hace dos años con muy buenas notas, pero por razones económicas no pudo continuar con estudios universitarios. Desde entonces **ha estado buscando trabajo de forma constante, pero no ha logrado conseguir algo estable.**

Ha enviado muchísimos currículums sin recibir respuesta. En las pocas entrevistas que le hicieron, mencionaron su falta de experiencia como un aspecto negativo. Esto la frustra, porque **siente que nadie le da la oportunidad de empezar.**

A veces cree que sus esfuerzos no valen la pena y que no tiene suficiente “peso” en su currículum como para competir. A pesar de esto, sigue buscando oportunidades y evalúa comenzar algún negocio por Internet, pero **duda mucho y tiene miedo de fracasar.**

- ¿Qué **emociones** son más intensas en Estefanie?
- ¿Qué le **aconsejarían** hacer si fuese su amiga?
- ¿Quién la podría **ayudar**?
- ¿Conocen a alguien que esté en esa **situación** o una similar?



Situación 14

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 15

Carlos tiene 21 años. **Está estudiando para terminar el liceo en el nocturno.** Vive con su madre, su hermano de 17 años y sus hermanas de 15 y 10. Su madre lo presiona para que comience a trabajar por ser el mayor. Le dice que no quiere "vagos" en su casa.

Hace cuatro meses que **Carlos está buscando trabajo, ha enviado curriculums a muchos lugares, ha tenido varias entrevistas, pero luego no lo vuelven a llamar.** Siente ganas de irse de su casa, pero también quiere apoyar a su madre y hermanos con la situación económica del hogar.

Últimamente se queda hasta tarde con su celular, le cuesta dormirse y luego se despierta muy tarde, **no siente ganas de estudiar y está desmotivado en la búsqueda de trabajo.**

- ¿Qué les parece que le **pasa** a Carlos?
- ¿Han atravesado **situaciones similares**?
- ¿Qué sucedería si en vez de a Carlos esto **le pasara a una mujer**?
- ¿Creen que lo que le sucede a Carlos es algo **frecuente**?



Situación 15

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 16

Carolina tiene 15 años y, hasta hace poco, vivía en una localidad del interior. Para seguir estudiando, **tuvo que mudarse a la capital del departamento y vivir en un hogar con más estudiantes.**

Le cuesta adaptarse, **siente que no encaja y extraña a su familia y amistades.** Aunque quiere seguir estudiando, a veces piensa que su vida anterior le gustaba más.

- ¿Qué creés que le **está pasando** a Carolina?
- ¿Qué cosas podrían **ayudarla** a sentirse mejor?
- ¿Alguna vez pasaste por un **cambio grande** o conociste a alguien que lo haya atravesado?
¿Cómo lo viviste?
- ¿Qué les haría **sentirse acompañados/as** si estuvieran en su lugar?
- Si esto le pasara a un varón en vez de a Carolina, **¿creés que se sentiría igual?**
¿Por qué?



Situación 16

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

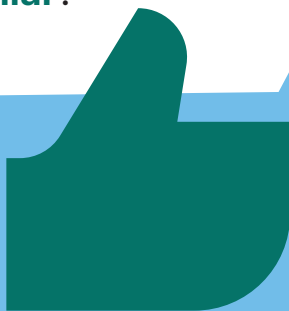
Situación 17

Valeria tiene 24 años y dos hijos de dos y cuatro años. Hace changas de limpieza en varias casas. Se levanta muy temprano para cocinar, dejar todo pronto y organizar quién se queda con los niños mientras ella sale a trabajar. A veces es su pareja quien puede cuidarlos, pero otras veces no, debido a sus propios horarios o conflictos no resueltos en la convivencia.

Al vivir en una zona alejada y con poco transporte, a Valeria se le complica para anotarlos en la escuela. Eso la angustia ya que le gustaría que sus hijos se relacionen con pares y aprendan cosas nuevas.

Siente que carga sola con todo, y cuando ha intentado pedir ayuda en algún servicio, se ha sentido juzgada o desbordada por todo lo que le dicen que tiene que hacer.

- ¿Qué emociones crees que están presentes en el **cotidiano** de Valeria?
- ¿Por qué crees que **se siente juzgada**?
- ¿Qué le **aconsejarías** para que disminuya su malestar?
- ¿Conocen alguna **situación similar**?



Situación 17

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 18

Romina tiene 17 años, cursa cuarto de liceo y usa muletas por un accidente que tuvo de chica. **Algunos docentes y estudiantes la tratan como si no pudiera seguir el ritmo del resto**, le dicen cosas como: "esperen a Romina que es más lenta".

Tiene adaptación curricular en educación física y ha escuchado a algunos pares decir "no es justo" o frases como "si no podés con la exigencia del liceo, deberías ir a una escuela especial".

En los recreos, no la incluyen en actividades deportivas y se burlan de ella por su forma de caminar. **El liceo no cuenta con accesibilidad adecuada y nadie se ha preocupado por adaptar los espacios o facilitar su participación.**

Últimamente ha empezado a faltar a clase. **Le gusta aprender, pero prefiere hacerlo sola en su casa.**

- ¿Qué puede estarle **pasando** a Romina?
- ¿Conocen situaciones **similares**?
- ¿Qué **reflexionan** sobre la decisión que está tomando?
- ¿Qué emociones creen que sentirían si estuviesen en su situación? **¿Qué emociones creen que está sintiendo ella?**



Situación 18

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 19

Lautaro tiene 19 años. Este año comenzó en un nuevo liceo debido a que se mudó de barrio. El grupo de clase lo recibió bien, pero no se siente parte del mismo. **No habla con nadie en el recreo y no se ve con estudiantes fuera del aula.** A su vez, en el nuevo barrio no tiene personas de su edad con quienes hablar.

Lautaro se encuentra en situación de discapacidad psicomotriz. Frecuentemente no quiere ir al liceo y tiene varias faltas por las que le han llamado la atención.

El centro educativo no cuenta con accesibilidad adecuada y su salón de clase queda en un primer piso por escalera. La mayoría de las veces se queda solo en el salón durante el recreo; sus pares no lo invitan a salir porque piensan que le es más fácil para él permanecer en la clase.

- ¿Qué les parece que le está **sucediendo** a Lautaro?
- ¿Qué se podría hacer para garantizar su participación en **igualdad de condiciones**?
- ¿Qué **podría hacer** Lautaro y qué podría hacer el grupo?
- ¿Qué cambios podrían hacer desde la institución para **favorecer su participación**?



Situación 19

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 20

Joaquín tiene 22 años y vive en la periferia de la ciudad. **No cuenta con familia cercana, es una persona referente del barrio quien lo acompaña en el día a día.**

Terminó la primaria en una escuela especial. Luego de pasar por varias evaluaciones que no recuerda bien, le dijeron que **no podía seguir en su escuela anterior.**

Desde los 15 años participa en talleres en un centro juvenil, el que más le gusta es el de cocina. Va con entusiasmo, suele llegar temprano, espera conversar con las personas adultas y siempre está dispuesto a ayudar.

Tiene algunas amistades, aunque a veces no comparten las mismas actividades.

- ¿Cómo creen que se sintió Joaquín luego de tener que **dejar su escuela anterior**?
- ¿Qué **factores de protección y de riesgo** identifican en su vida actual?



Situación 20

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

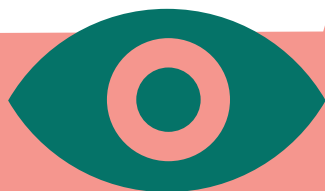
Situación 21

Dayana tiene 16 años y, desde hace unos meses, sus amistades y familia notan cambios en su forma de comer y en su cuerpo. Ha empezado a saltarse algunas comidas y, cuando come, suele elegir porciones muy pequeñas. Dice que “no tiene hambre” o que “ya comió en otro lado”.

En redes sociales sigue cuentas de modelos y dietas rápidas, y **comenta que quiere bajar unos kilos aunque su peso ya está dentro de lo saludable.**

En el liceo evita comer y a veces se siente débil o mareada. **Cuando sus amigas le preguntan, responde con enojo o se encierra en sí misma.**

- ¿Qué creen que le está **sucediendo** a Dayana?
- ¿Qué factores pueden **estar influyendo** para que se sienta de ese modo?
- ¿Qué les parece que se podría hacer desde su entorno para **ayudarla** en esta situación?



Situación 21

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.

Situación 22

Sofía (18) y Miguel (14) llegaron hace algunos meses a Uruguay para reencontrarse con su mamá. Aunque están juntos, **a veces sienten cierta distancia y extrañan a la familia que quedó lejos.**

Miguel se adaptó rápido: empezó la escuela e hizo amistades. Sofía, en cambio, se siente sola y le cuesta integrarse, a veces cree que está haciendo algo mal y se siente diferente. **En casa hay preocupaciones económicas y poco espacio, ya que viven con otros familiares.** Falta privacidad y muchas veces evitan pedir cosas para no sumar preocupaciones.

Una tarde, Sofía ve a Miguel reír con sus nuevas amistades y siente tristeza. Miguel, al notarla callada, también se queda pensativo. Tal vez no está tan bien como parece.

- ¿Cómo creen que se siente Sofía al ver que su hermano se **integra más rápido**?
- ¿Qué **preocupa** a Miguel y a Sofía en la casa y con la familia?
- ¿Qué pueden hacer desde el entorno para sentirse mejor en este **nuevo lugar**?



Situación 22

Escaneá el QR para acceder a la versión en LSU, con lectura en voz alta.