

EL
CUADERNO
donde
POR FIN
me puedo
expresar
SIN
FILTROS

YO Y LOS MÍOS

LAROUSSE

Dirección editorial: Jordi Induráin
Edición: Sofía Acebo
Redacción: Cristian Olivé y Èlia Riudavets
Ilustraciones: Anna Fradera
Diseño de cubierta, interiores
y maquetación: RedMood Agency

© Larousse Editorial, S. L.
Rosa Sensat, 9-11, 3.ª planta (08005 Barcelona, España)
Telf.: 34 93 241 35 05

✉ larousse@larousse.es

🌐 www.larousse.es

🐦 @Larousse_ESP

📷 @larousse_esp

📘 @larousse.esp

Reservados todos los derechos. El contenido de esta obra está protegido por la Ley, que establece penas de prisión y/o multas, además de las correspondientes indemnizaciones por daños y perjuicios, para quienes plagieren, reprodujeren, distribuyeren o comunicaren públicamente, en todo o en parte y en cualquier tipo de soporte o a través de cualquier medio, una obra literaria, artística o científica sin la preceptiva autorización.

Primera edición: 2021

ISBN: 978-84-18473-81-4

DL: B-9882-2021

1E1I

Este CUADERNO es...

Un espacio para mí y para nosotros. Para escuchar, entender y valorar todo lo que me rodea. Descubrir qué personas son imprescindibles en mi vida y me han convertido en quién soy hoy. Comprender lo que me gusta de mi gente, lo que compartimos y lo que admiro de su forma de ser (Espera, ¿yo he dicho eso?).

Una oportunidad para dejar durante unos minutos (aunque ¡ya aviso que no serán muchos! 😊) de lado el móvil y conectar conmigo y con los míos.

Un lugar donde, por fin, sentirme capaz de decir lo que nunca me he atrevido a expresar en voz alta. Para alejarme de las presiones, las etiquetas, las convenciones y descubrir quién quiero ser de verdad y qué espacio ocupo en mi entorno, más allá del postu.

SUMARIO

1	Mi gente	8
2	Tag de la familia	12
3	Lo que cuenta su insta	16
4	Mejores amigos	22
5	Mi crush	32
6	Mis influencers sin filtros	34
7	Violencia gratuita	38
8	Probando life hacks virales	42
9	Encuestas rápidas	48
10	iMe meo!	50
11	Me has fallado	52
12	Vlog. Viaje en compañía	54
13	Tips para gente con brackets	58
14	Estar sin móvil a cambio de... ..	62
15	Y yo, ¿qué hice mal?	64
16	Sapo	68
17	Yo nunca	72
18	Locura por amor	74
19	No nos conformemos	76

20	Mi clase	78
21	Mis profes	82
22	¿Qué prefieres?	88
23	La entrevista	92
24	¡Ah! ¡Espera! Esto es como lo que pasó en... ..	102
25	Personalidad	106
26	Grupos de whatsapp	110
27	¡Menudo trauma!	114
28	Yo nunca (versión amigos)	116
29	Mis notas ocultas del móvil	118
30	Viene tu crush... ¡actúa normal!	122
31	Cosas que odio	124
32	El protagonista en mi casa	126
33	En plan... así no	128
34	Móviles en el insti... ¡Mis confesiones! ...	132
35	¿Quién me conoce mejor?.....	136
36	¿Qué libro hay en la mesilla de noche de...?	138
37	Me voy a la mani	142
38	Diccionario para boomers	150
39	Mis puntuaciones	152
40	Dislike	154
41	Mi playlist de Spotify	158

EL
CUADERNO
donde
POR FIN
me puedo
expresar
SIN
FILTROS

YO Y LOS MÍOS



¿ALGUNA VEZ ME HE PARADO A PENSAR EN CÓMO SON MIS RELACIONES SOCIALES?



¿A QUIÉN LE CONTARÍA UN SECRETO INCONFESABLE? _____



¿QUIÉN ESTÁ SIEMPRE AHÍ PARA ESCUCHARME CUANDO MÁS LO NECESITO? _____



¿A QUIÉN AYUDARÍA CON SOLO PEDIRMELO? _____



¿CON QUIÉN ME PASARÍA HORAS HABLANDO POR LOS CODO? _____



¿QUIÉN ME APOYARÍA ANTE CUALQUIER DECISIÓN POR LOCA QUE FUERA? _____



¿CON QUIÉN ME PASO MÁS HORAS HABLANDO POR WHATSAPP? _____



¿QUIÉN ME HACE LAS BROMAS MÁS GRACIOSAS? _____



¿A QUIÉN LE REIRÍA CUALQUIER GRACIA AUNQUE (¡OH, VAYA!) NO LA TUVIERA? _____



¿CON QUÉ AMISTAD PODRÍA NACER EL AMOR? _____

puaj, pero nunca pasará!

TAG DE LA FAMILIA

MIS PADRES ✕

FAMILIA ✕

HERMANOS ✕

PREGUNTAS FAMILIARES ✕

TODO SOBRE LOS MÍOS ✕

MI GENTE ✕

ENTREVISTA ✕

Si fueras youtuber y tus seguidores pudieran preguntarte lo que quisieran sobre tu familia, ¿qué crees que te preguntarían? ¿Qué te apetecería responder?

¿CUÁNTOS SOIS EN CASA?

DESCRIBE A TUS FAMILIARES.

¿SON MAJOS, ESTRICTOS, ALOCADOS...?

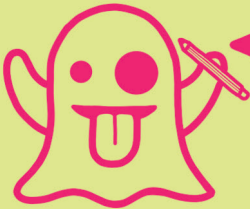
¿TIENES HERMANOS?

¿QUIÉN ES EL MIEMBRO DE LA FAMILIA A QUIEN MÁS ADMIRAS?

¿ALGUNA ANÉCDOTA MEMORABLE QUE HAYAS VIVIDO CON TUS PRIMOS?

¿ALGUNA TRADICIÓN FAMILIAR INCONFENSABLE?

¿TE GUSTARÍA SEGUIR VIVIENDO EN CASA TRAS CUMPLIR LOS 18 AÑOS?



¡añade las preguntas que quieras y responde lo que te apetezca!

Pregunta:

Pregunta:

Pregunta:

Pregunta:

MI OPINIÓN

VIOLENCIA EXPLÍCITA



¿Me gustan los videojuegos salvajes?

¿Y las películas de guerra explícita?

¿Me he acostumbrado a ver imágenes de sangre y mucho dolor en las noticias?

Sin embargo, ¿me siguen incomodando las escenas de sexo cuando estoy con la familia? ¿Qué opinión me merecen todos estos asuntos?

Es decir

En cuanto a

En cambio

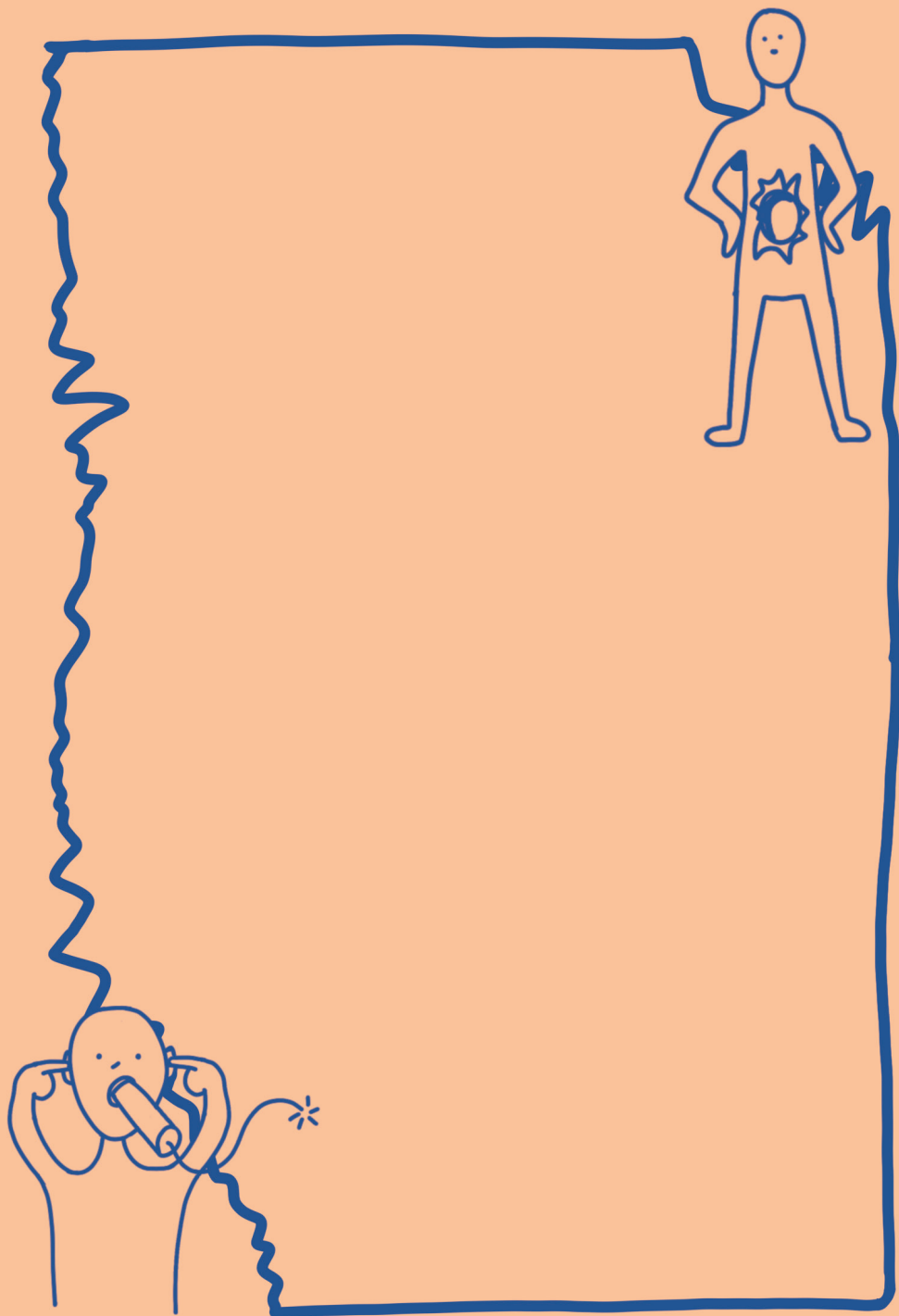
También

Pienso que

En mi opinión

Opino que

Por el contrario



¡AH! ¡ESPERA!



ESTO ES COMO LO QUE PASÓ EN...
ESTO ES COMO LO QUE PASÓ EN...

A veces tengo la sensación de que lo que vivo ya me ha pasado antes. Quizás lo haya visto en una serie o en una peli... o lo haya leído en un libro, y me piense que es real.



Reto: Reacciona a las situaciones siguientes anotando el primer título de peli, serie o libro que te venga a la cabeza. ¿Qué tal si lo haces con amigos? ¿Te imaginas coincidir en el mismo título?

CUANDO LE LANZO
UNA NOTITA
A MI COMPAÑERO
EN CLASE

CUANDO ME PELEO
CON ALGUIEN
IMPORTANTE

CUANDO ME ENFADO CON MI
FAMILIA PORQUE QUIEREN
ENTROMETERSE DEMASIADO

CUANDO CON LOS
DE CLASE NOS
ENFADAMOS CON
EL PROFE PORQUE
NO QUEREMOS
TANTOS DEBERES

CADA VEZ QUE ME GUSTA
ALGUIEN Y NO SÉ QUÉ HACER

CUANDO
ALGUIEN
ME AYUDA
EN UNA
SITUACIÓN
COMPLICADA

EL PRIMER DÍA
DE INSTITUTO

CUANDO SE ACABA
EL ÚLTIMO
CAPÍTULO DE MI
SERIE FAVORITA
