








Así  
soy yo



# Índice

	<i>¿Cómo soy yo?</i> .....	4
	<i>¿Cómo es mi familia de nacimiento?</i> .....	38
	<i>Mi familia de acogida</i> .....	52
	<i>Cuando llegué aquí...</i> .....	60
	<i>Actividades importantes con mi familia de acogida</i> .....	65
	<i>Mi colegio y mis "profes"</i> .....	68
	<i>El regreso con mi familia de nacimiento</i> .....	76

Hola!!

soy **Manu**

y voy a echarte  
una mano  
para escribir  
acerca  
de tu vida



¿Cómo soy yo?





Primero  
el día  
de mi  
nacimiento



Mi nombre es .....

y mis apellidos .....

mis amigos y amigas me llaman .....

o también .....

Tengo ..... años

Nací el día .....

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?





El lugar en que nací es \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

y tiene \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Pega una foto o haz un dibujo del sitio en que has nacido



Fecha: \_\_\_\_\_

¿Cómo soy yo?



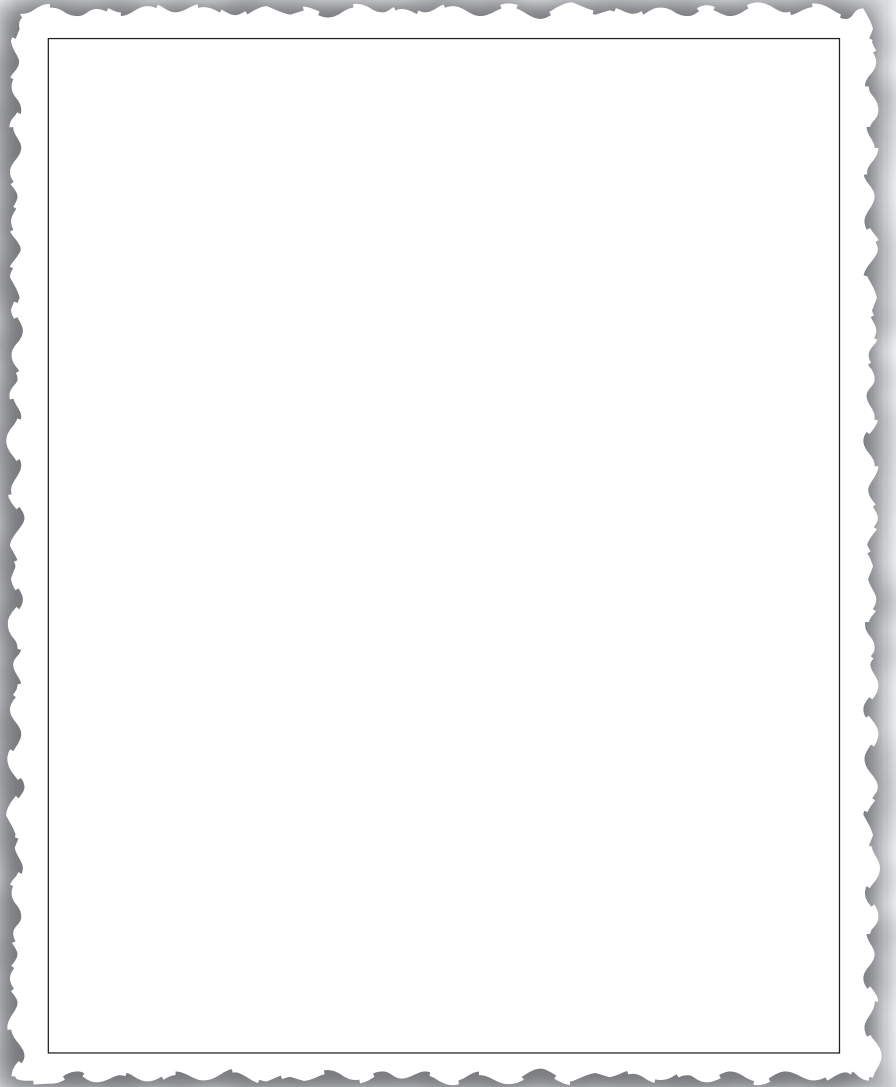


Mi pelo es de color .....

Peso ..... kilos

Y mido ..... cm

Esta es mi foto



Lo que más me gusta de mi imagen es .....

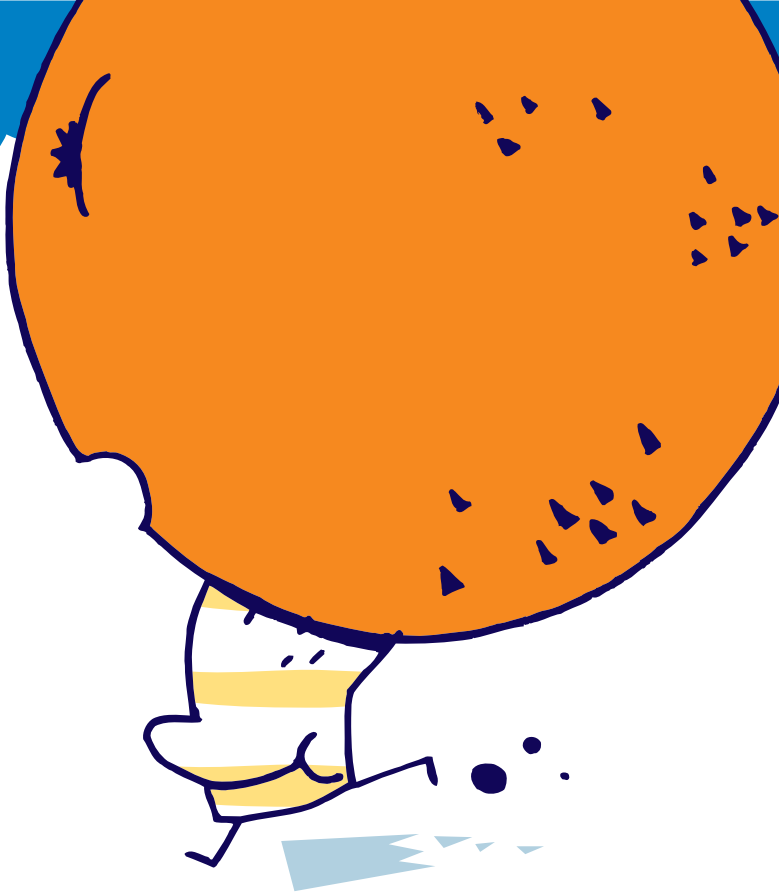
Me dicen que me parezco a .....

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?



¿Cuáles son las cosas que más me gustan?



Mis comidas preferidas

y de frutas me gustan

de dulces y postres prefiero

y de refrescos o bebidas

Fecha:



y lo que menos me gusta comer

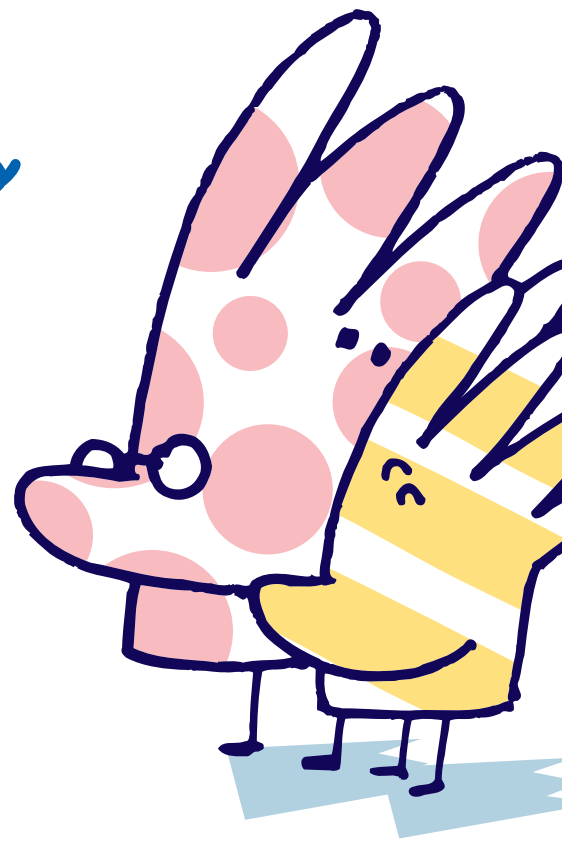
-----  
-----

Haz un collage con fotos de tus comidas preferidas



Fecha: -----

Las personas que más  
me han ayudado  
han sido



Handwriting practice area consisting of 12 horizontal dashed lines for writing.

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?



Mis mejores  
amigos y amigas  
son:



-----

-----

-----

-----

-----

Mis juegos preferidos son:

-----

-----

-----

-----

-----

Fecha: -----

¿Cómo soy yo?





y en mi tiempo libre me gusta...

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Fecha: -----

¿Cómo soy yo?



Mis animales favoritos son...

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----



Fecha: -----

y mi ropa preferida...



mis programas favoritos de  
televisión

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?



y lo que no me gusta es...

Handwriting practice area with horizontal dashed lines.



Fecha: .....

# yo y mis cosas favoritas



Si pudiera describirme en palabras e imágenes, así es como me vería.  
(Corta y pega las palabras y fotos de revistas y periódicos que te describan mejor.)

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?





La ocasión en la que más me he asustado ha sido cuando...



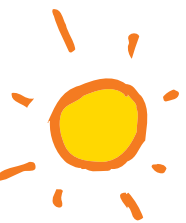
Este es mi dibujo, o mi historia de cuando me encuentro asustado:

Cuando mis sentimientos son de susto, sé que puedo contar con las siguientes personas:

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?





Yo me encuentro especialmente alegre cuando... ..

.....

.....

.....

.....

Mi recuerdo más alegre es de cuando:

.....

.....

.....

Este es mi dibujo de cuando estoy alegre

Fecha: .....

Si yo pudiera pedir tres deseos  
que se hicieran realidad, desearía...



-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

Este es el dibujo o la foto de mis deseos



Fecha: -----

¿Cómo soy yo?



Notas:

Pensamientos, sensaciones, historias, poemas, cuentos...

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?



# Acerca de mis recuerdos y sentimientos

Mi primer recuerdo es: .....

.....

.....

Los sentimientos que acompañan a ese recuerdo son: .....

.....

.....

Acerca de mi madre, mi primer recuerdo es: .....

.....

.....

Los sentimientos que tengo de ese recuerdo son: .....

.....

.....

Las palabras que describen esos sentimientos son:  
(rodéalas con un círculo)

Felicidad

Enfado/Furia

Tristeza

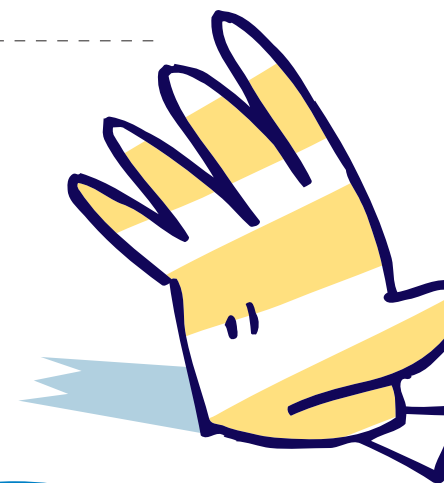
Soledad

Daño

Preocupación/  
Desconcierto

Alegría

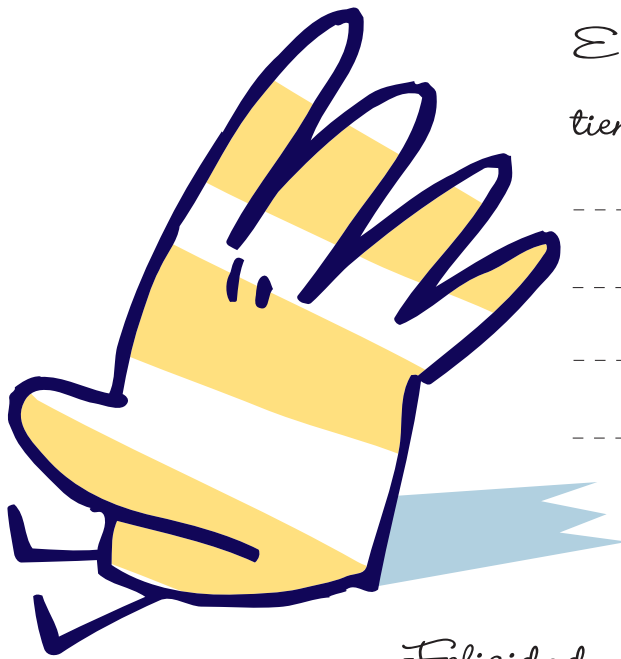
Gusto



Fecha: .....

¿Cómo soy yo?





Este es otro recuerdo que tengo desde hace mucho tiempo: .....

.....

.....

.....

Este recuerdo me provoca sentimientos de:  
(rodea con un círculo)

Felicidad	Enfado/Furia	Tristeza	Soledad
Daño	Preocupación/ Desconcierto	Alegría	Gusto

Este es un dibujo de otro recuerdo que tengo desde hace mucho tiempo:

Haz un dibujo en una hoja aparte y pégalo aquí,  
o si tienes una foto pégala aquí

Este otro recuerdo me provoca sentimientos de: (rodea con un círculo)

Felicidad	Enfado/Furia	Tristeza	Soledad
Daño	Preocupación/ Desconcierto	Alegría	Gusto

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?



# Acerca de otras personas a las que echo de menos

Acquí hay algunas historias (reales), acerca de alguna gente con la que me gustaría estar ahora: -----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

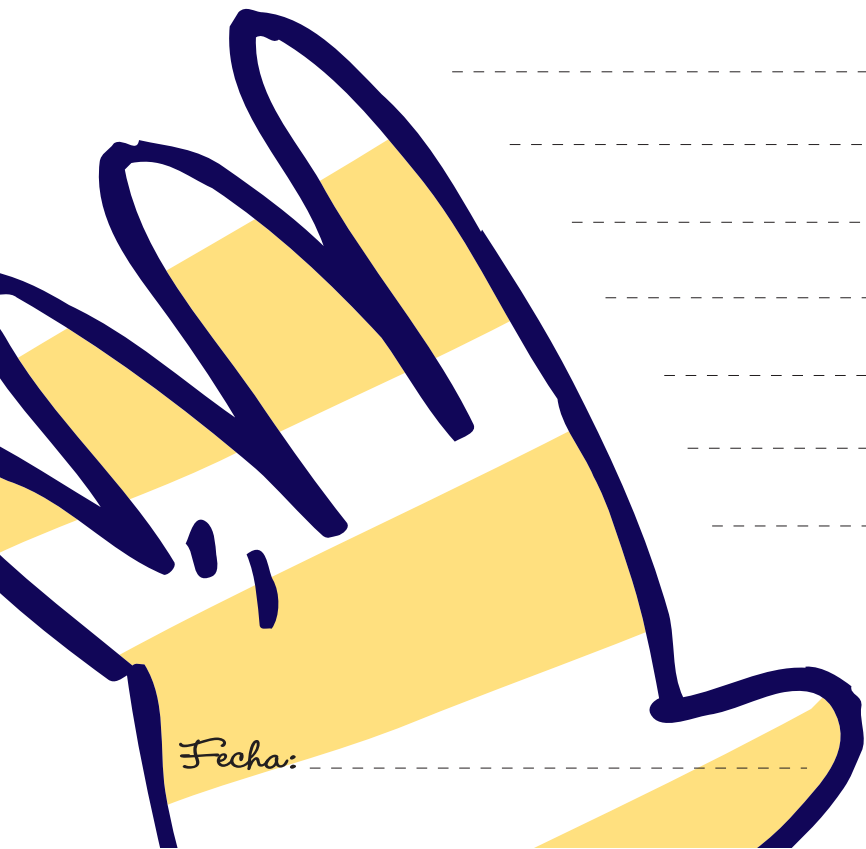
-----

-----

-----

-----

-----



Fecha: -----



Dibujo, pinto, relato...

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?









Dibujo, recorto y pego.

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?



Pienso que es posible que vuelva de nuevo con mi familia si: -----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

Esta es una foto/dibujo de la casa  
en la que vivo ahora:



Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o si tienes una foto, pégala aquí

Fecha: -----



# Más acerca de mi vida actualmente

Estos son algunos de mis amigos y amigas de ahora: .....

.....

.....

Algunas de las cosas que hago con ellos: .....

.....

.....

Este es un dibujo de alguna de las actividades que yo hago con mis amigos:

Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o si tienes una foto, pégala aquí.  
También puedo escribirlo en una hoja aparte  
y pegarlo aquí.

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?



# Qué es lo que me gustaría que fuera de mi vida en el futuro



Como me veo de mayor: .....

.....

.....

.....

En el futuro me gustaría que mi familia: .....

.....

.....

.....

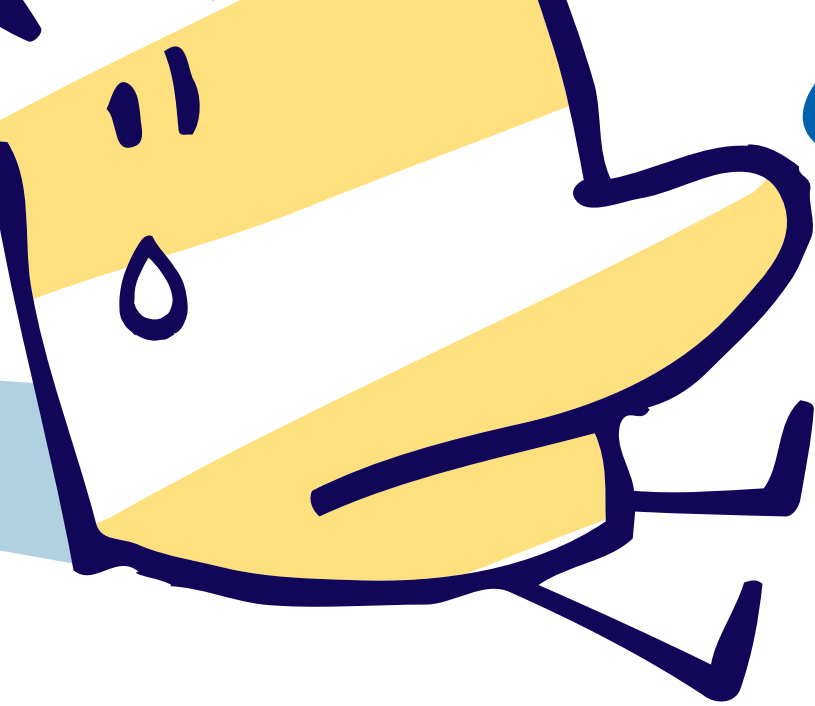
.....

.....

Fecha: .....

¿Cómo soy yo?





# Quando estoy triste

Uno de mis días más triste fue cuando:

-----  
-----  
-----  
-----  
-----

Así es como me veo cuando estoy triste:

Estas son las personas con las que puedo hablar cuando estoy triste:

-----  
-----  
-----  
-----

Fecha: -----

¿Cómo soy yo?



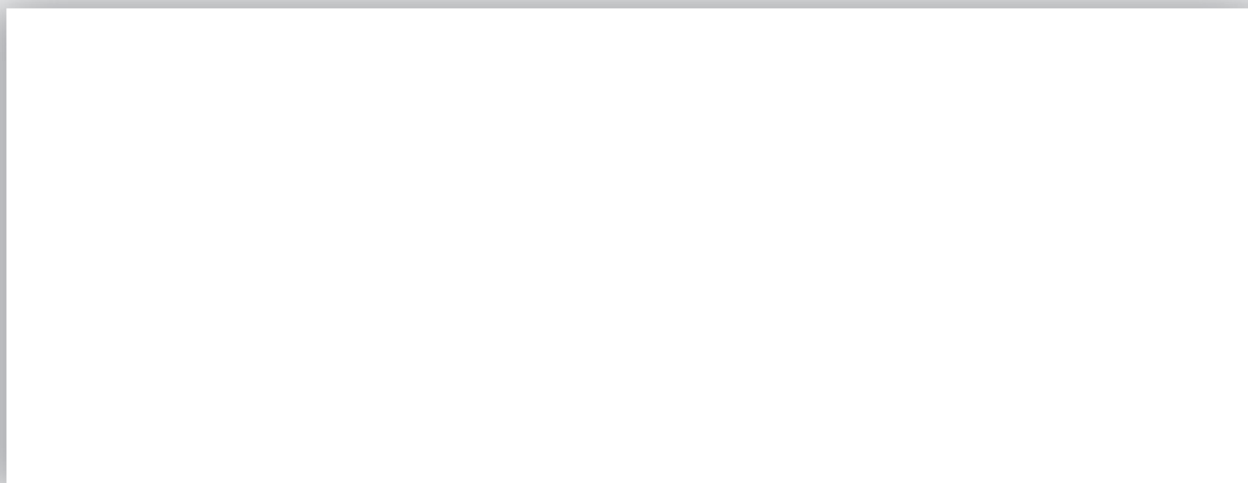
Una de las cosas que más enfado me ha producido: .....

.....  
.....  
.....

Cuando me siento así esto es lo que hago: .....

.....  
.....

Este es mi dibujo de sentir enfado, o mi expresión favorita de enfado:



¿Qué hace cuando está enfadado/a...

Tu padre .....

Tu madre .....

Tu educador .....

Tu mejor amigo/a .....

Fecha: .....



Algunos días  
que son especiales  
para mí...



A series of horizontal dashed lines for writing.

Fecha: \_\_\_\_\_



# Otras fotografías



Fecha: .....

¿Cómo soy yo?



# Vacaciones, viajes, excursiones y acampadas



Fecha: .....

¿Cómo soy yo?





# Premios

Este espacio es para certificados,  
diplomas de honor y otros premios  
que hayas ganado

Fecha: .....

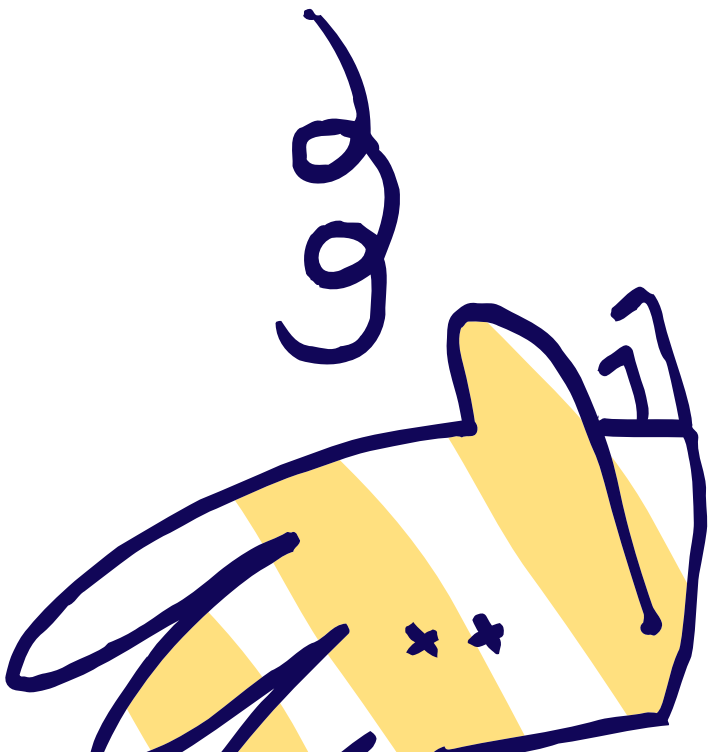
¿Cómo soy yo?



# Cómo me siento ahora

Yo tengo toda clase de sensaciones y en ocasiones mis sentimientos se mezclan. A veces siento realmente enfado con mi familia, mis amigos y conmigo mismo. Otras estoy alegre y sonrío. Algunas veces necesito hablar con alguien. Y en otras ocasiones prefiero aislarme.

Este es un dibujo que muestra cómo me siento ahora o también lo puedo contar



Fecha: .....

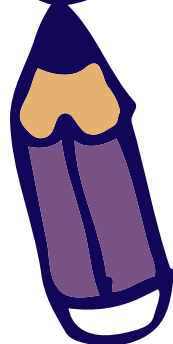
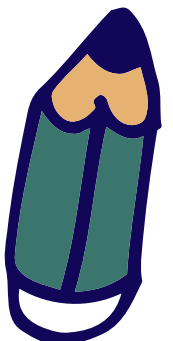
Cosas que hago bien. Soy hábil para: .....

.....

.....

.....

.....



Cualidades que tengo .....

.....

.....

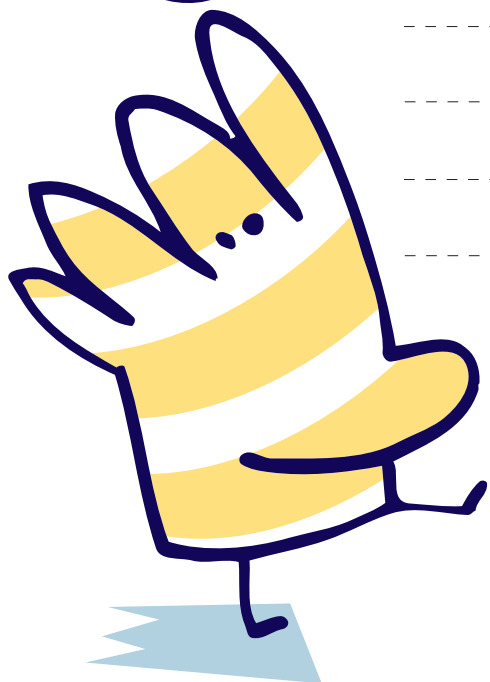
.....

Lo que me gusta hacer .....

.....

.....

.....



Fecha: .....

¿Cómo es  
mi familia  
de nacimiento?



# Acerca de mi madre



Mi madre se llama: .....

Su cumpleaños es: .....

Tiene ..... años de edad

Aquí está la fotografía o el dibujo de mi madre:



Pega una foto aquí

Esta foto fue tomada en .....

Fecha: .....

¿Cómo es mi familia de nacimiento?



Algunas de las cosas que más me gustan de mi madre son: .....

.....

.....

.....

Algunas de las cosas que más me gustaban de mi madre eran: .....

.....

.....

.....

Algunos de los problemas que yo tuve con mi madre, fueron: .....

.....

.....

.....



Fecha: .....

¿Cómo es mi familia de nacimiento?



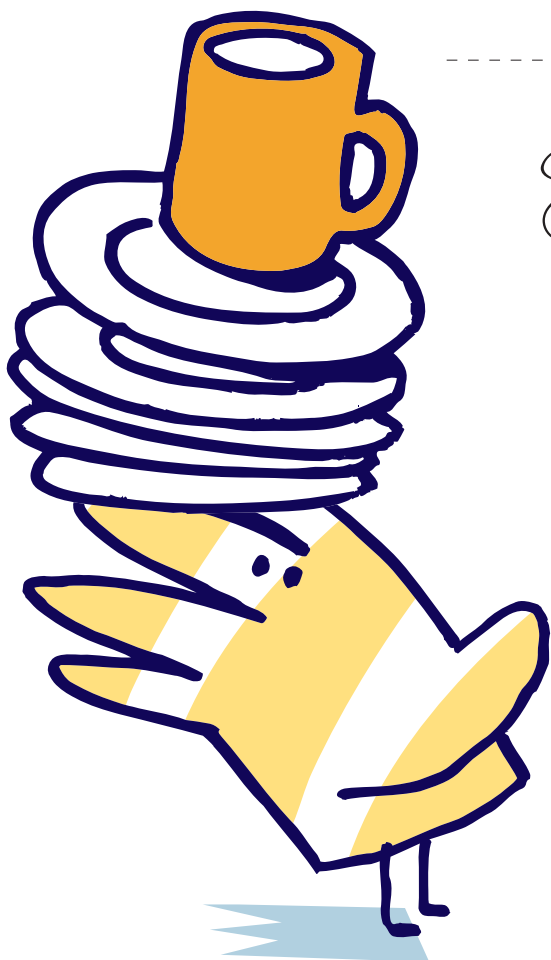


Cuando mi madre trabajaba en las tareas de casa hacía las cosas siguientes: .....

Cuando trabajaba fuera de casa su empleo era: .....

En estos momentos pienso que mi madre es: .....

En estos momentos pienso que mi madre está: .....



Cuando me acuerdo de mi madre siento:  
(rodea con un círculo)

Tristeza

Soledad

Enfado con ella

Enfado conmigo mismo

Lástima hacia ella

Lástima hacia mí

Alegría

Felicidad

Fecha: .....

¿Cómo es mi familia de nacimiento?



# Acercas de mi padre

Mi padre tiene ..... años

Este es un dibujo o foto de mi padre

Haz un dibujo en un hoja aparte,  
recórtalo y pégalo, o  
si tienes una foto pégala aquí

Algunas de las cosas que más me gustan de  
mi padre son: .....

Algunas de las cosas que más me gustaban de  
mi padre eran: .....

Algunos de los problemas que yo tuve con mi padre  
fueron: .....

Fecha: .....

¿Cómo es mi familia de nacimiento?



Fecha: .....

Lo que más echo de menos de mi padre cuando me acuerdo de él es: .....

.....

.....

.....

En este momento, creo que mi padre es/está: .....

.....

.....

.....

Cuando pienso en mi padre siento: (rodea con un círculo)

Tristeza

Soledad

Enfado con él

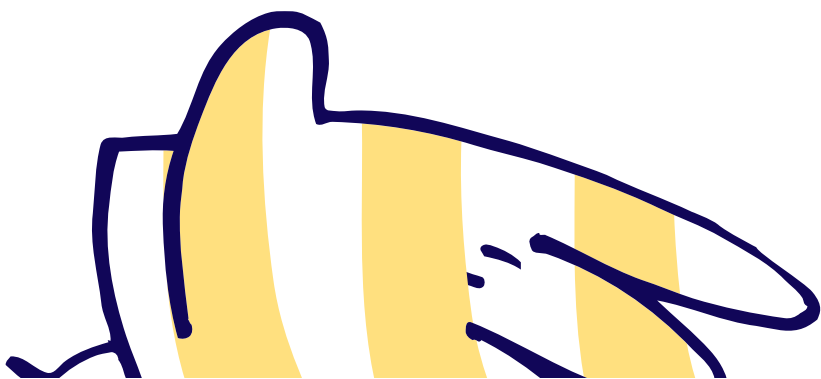
Enfado  
conmigo

Lástima hacia él

Lástima  
hacia mí

Alegría

Felicidad



¿Cómo es mi familia de nacimiento?







# Página de fotos

Fotos de otros miembros de mi familia

Pegar fotos aquí

Fecha: \_\_\_\_\_

¿Cómo es mi familia de nacimiento?



# Página de fotos

Otras fotos de antes de que yo estuviera en acogimiento::



Pegar foto aquí

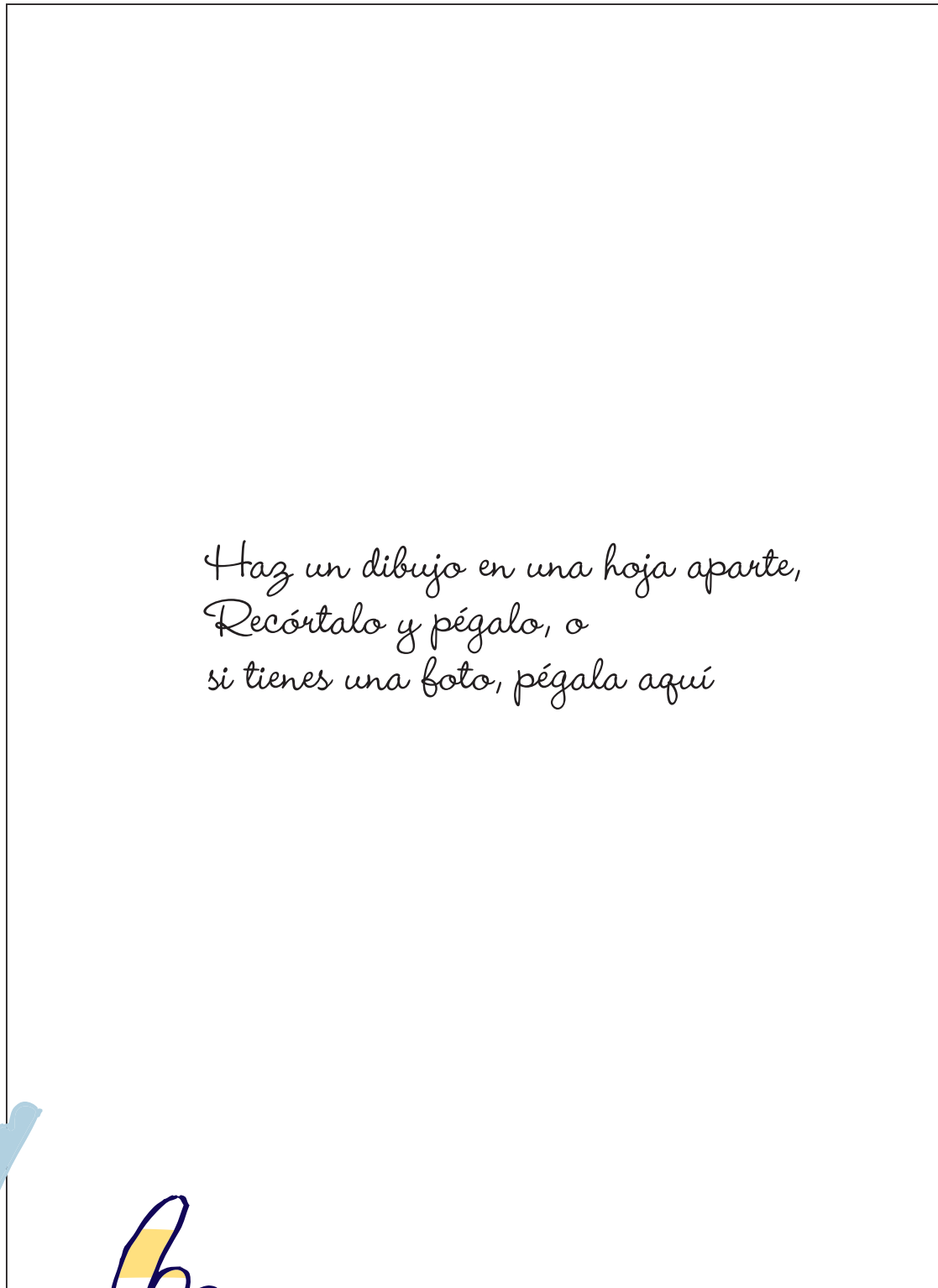
Pegar foto aquí

Fecha: -----

¿Cómo es mi familia de nacimiento?



Este es un dibujo/foto de cómo era mi casa cuando yo me fui



Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o  
si tienes una foto, pégala aquí



Fecha: .....

¿Cómo es mi familia de nacimiento?



Este es un dibujo de  
mi antiguo dormitorio



Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o  
si tienes una foto, pégala aquí

Aquí pongo una lista de algunas de las cosas que yo recuerdo  
que había en mi habitación:

- 1 \_\_\_\_\_
- 2 \_\_\_\_\_
- 3 \_\_\_\_\_
- 4 \_\_\_\_\_
- 5 \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

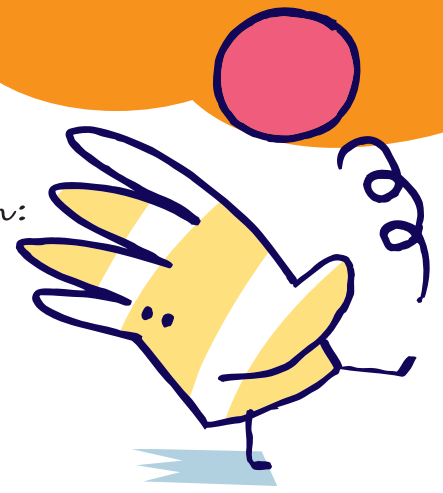
¿Cómo es mi familia de nacimiento?





Cuando yo vivía allí, mis juegos o juguetes favoritos eran:

- 1 ..... 2 .....
- 3 ..... 4 .....



Mis libros favoritos entonces eran:

- 1 .....
- 2 .....
- 3 .....
- 4 .....

Mis programas favoritos de televisión:

- 1 .....
- 2 .....
- 3 .....

Otras cosas que yo recuerdo de aquel lugar:

- 1 .....
- 2 .....
- 3 .....
- 4 .....
- 5 .....
- 6 .....

Algunas de las cosas que nos gustaba hacer a mí y a mi familia eran:

- 1 .....
- 2 .....
- 3 .....
- 4 .....
- 5 .....

Fecha: .....

¿Cómo es mi familia de nacimiento?





El día que yo recuerdo como más feliz de cuando vivía con mi familia fue aquel en que: .....

.....

.....

.....

.....

.....

El peor día que he pasado con mi familia fue aquel en que:

.....

.....

.....

.....

.....

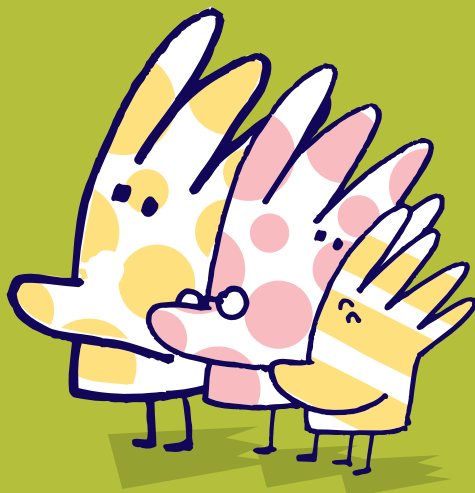
Fecha: .....

¿Cómo es mi familia de nacimiento?

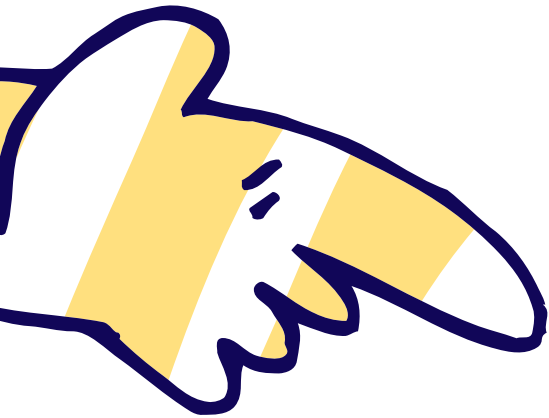




# Mi familia de acogida



# Las personas que forman la familia de acogida son:

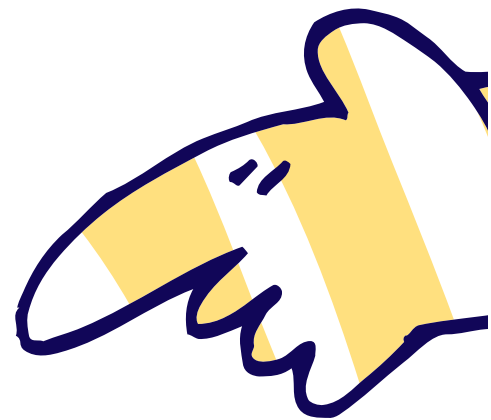


Este es...

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

y esta es...



Fecha: -----

además en esta casa viven...

-----  
-----  
-----  
-----

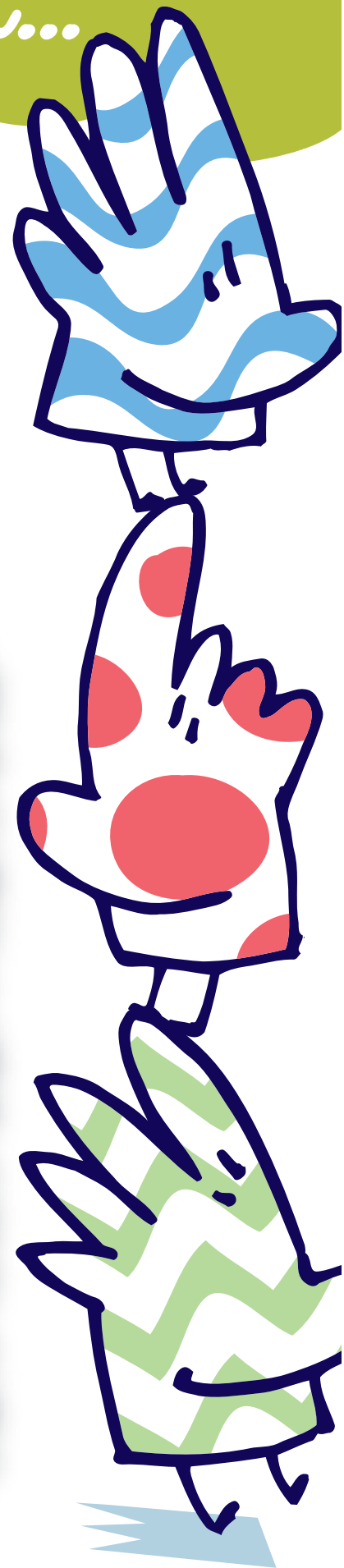
Pega aquí algunas fotos



Esta foto es de -----

-----

Fecha: -----





Esta foto es de .....



Esta foto es de .....

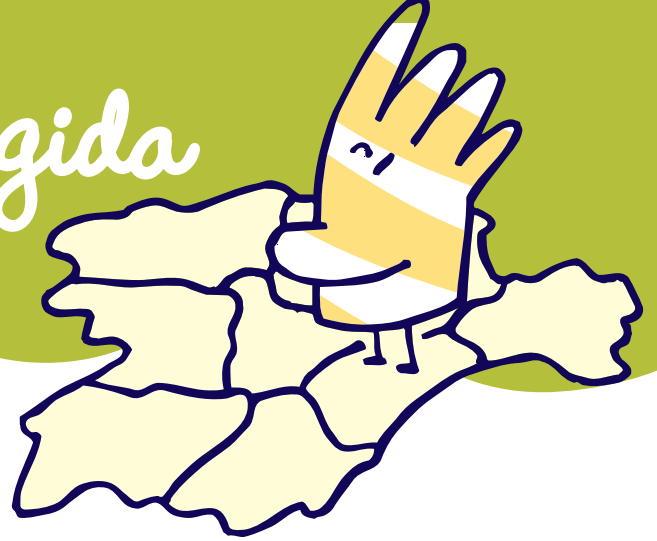


Fecha: .....

Mi familia de acogida



# Mi familia de acogida vive en



Calle .....

Nº ..... , ..... piso, letra .....

En la ciudad de .....

Y en la provincia de .....

Dibuja o pon la foto de la casa donde vives con tu familia de acogida



Fecha: .....





El barrio en que vivimos se llama .....

Y los parques más cercanos son .....

Cosas que me gustan de este barrio: .....

El teléfono de la casa es: .....

Y el móvil es: .....



Fecha: .....





Las cosas que me gustan  
de esta familia son...

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

La persona que más juega conmigo es

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----

-----



Fecha: -----

# Esperando las visitas de mi familia de nacimiento



Esto es lo que sucede en las visitas: .....

.....  
.....

Yo espero que mi primera visita sea en: .....

.....

La perspectiva de tener visitas me hace sentir: (rodea con un círculo)

Triste                  Con enfado                  Solicitado/a                  Alegre

Feliz                  Herido/a                  Con confusión                  No lo sé

La perspectiva de no tener visitas me hace sentir: (rodea con un círculo)

Triste                  Con enfado                  Solicitado/a                  Alegre

Feliz                  Herido/a                  Con confusión                  No lo sé

Esto es lo que más me gusta de tener visita: .....

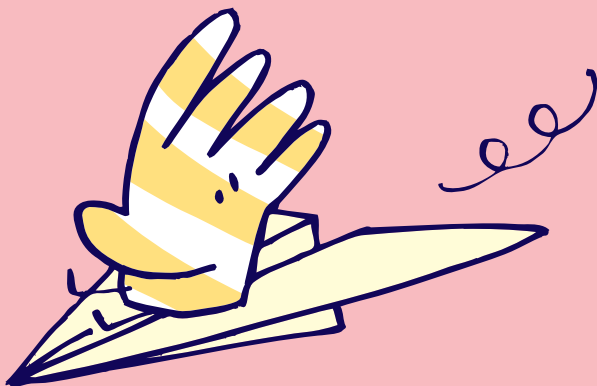
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Fecha: .....

Mi familia de acogida



Cuando  
llegué aquí...



¿Cómo les  
conoci?



A series of horizontal dashed lines for writing, spanning the width of the page below the gloves.

Fecha: .....

Cuando llegué aquí...

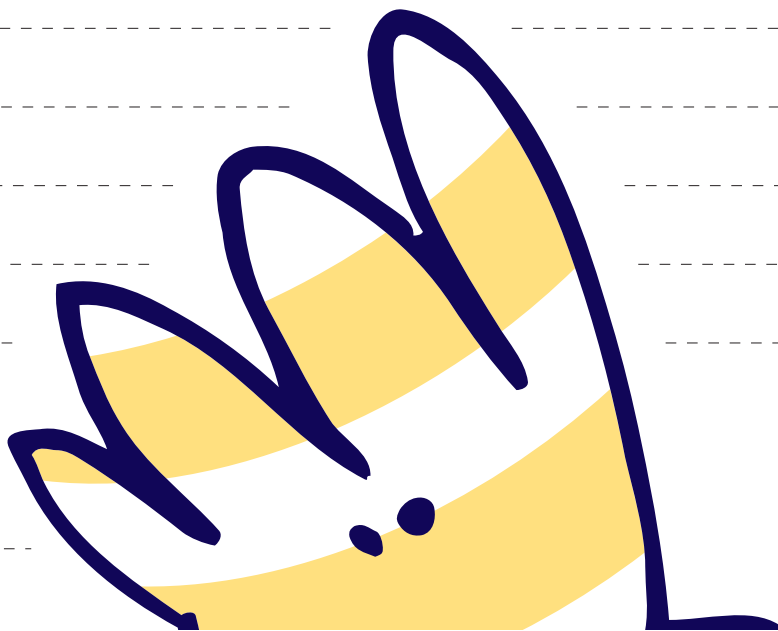


# ¿Por qué estoy aquí?

Handwriting practice area with 20 horizontal dashed lines.

Fecha: .....

Cuando llegué aquí...

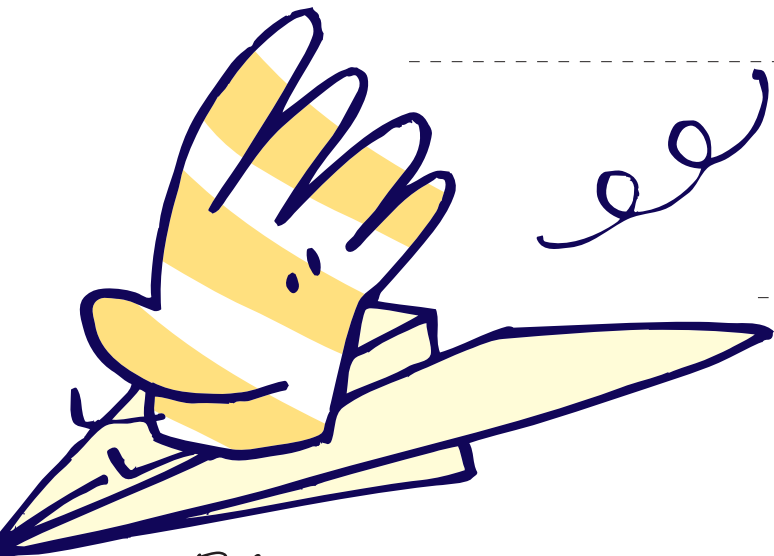
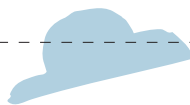
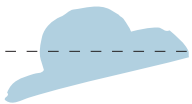
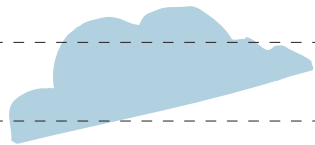


# Cuando llegué a esta familia

Día de llegada .....

Antes estaba en .....

Recuerdos de este día .....



Fecha: .....

Cuando llegué aquí...





Dibuja aquí tu bienvenida, o cuéntala  
con un relato

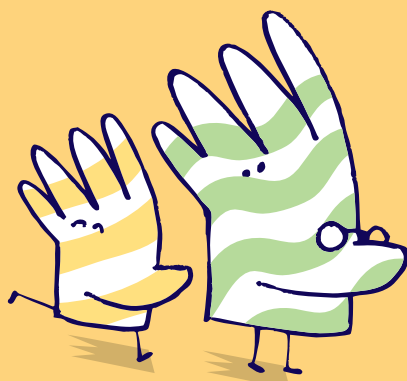
Fecha: -----

Cuando llegué aquí...





Actividades  
importantes con  
mi familia de  
acogida

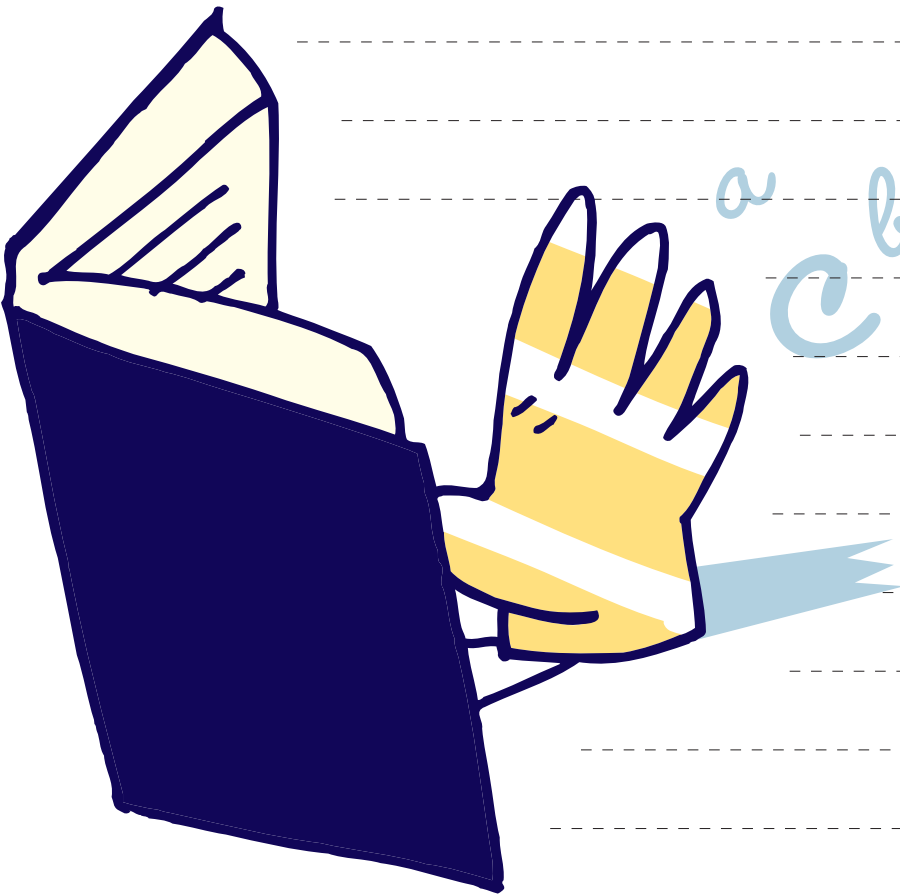


# Actividades importantes con mi familia de acogida

Actividades en la casa

Cumpleaños, Navidades

Juegos, cuentos



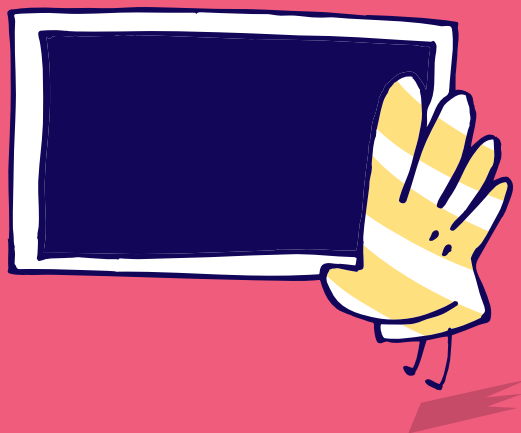
Fecha:

Actividades importantes con mi familia de acogida





Mi colegio  
y mis "profes"



Mi colegio es .....

y está en .....

mis mejores amigos y amigas de clase son .....

y mis profesores y profesoras preferidos son .....

Además de las clases voy a otras actividades, como .....



Fecha: .....



Esta es una foto o dibujo de mi colegio

Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o  
si tienes una foto, pégala aquí



Fecha: .....

Mi colegio y mis "profes"





Uno de mis mejores  
profesores o profesoras...

-----  
-----  
-----

Esta es su foto o dibujo

Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o  
si tienes una foto, pégala aquí

Fecha: -----

Mi colegio y mis "profes"



## Una lista de colegios a los que he ido

Nombre de colegio	Ciudad	Provincia	Tiempo

Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o  
si tienes una foto, pégala aquí



Este es un dibujo del  
último colegio en el que  
estuve antes de venir aquí

El nombre de este colegio era: .....

.....

La dirección: .....

.....

.....

Fecha: .....







El profesor o profesora que me gustaba más era:

-----  
-----

Este es su retrato

Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o  
si tienes una foto, pégala aquí

Algunas de las cosas que más me gustaban de él/ella eran: -----

-----  
-----  
-----

Otros profesores/as de los que me acuerdo eran: -----

-----  
-----  
-----

Fecha: -----



El peor profesor/a que tuve fue:

-----  
-----

Este es un dibujo suyo



Haz un dibujo en una hoja aparte,  
Recórtalo y pégalo, o  
si tienes una foto, pégala aquí

La razón por la que a mi no me gustaba ese/a profesor/ra es: -----

-----  
-----

Lo que más me gusta del colegio al que voy ahora es: -----

-----  
-----

Los problemas que tengo en este colegio son: -----

-----  
-----

Fecha: -----





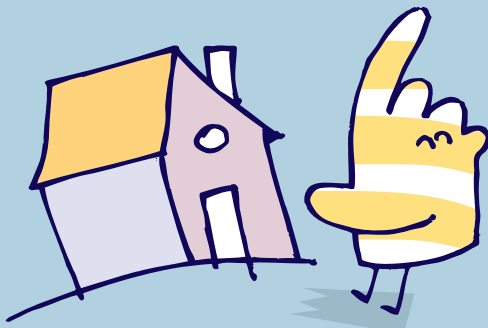
Dibujo, cuento, narro...

Fecha: .....

Mi colegio y mis "profes"



# El regreso con mi familia de nacimiento



# ¿Cómo soy ahora?



-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----  
-----

Edad: ..... Peso: ..... kg. Altura: ..... cm.



Fecha: .....

El regreso con mi familia de nacimiento



Lo que más recuerdo de  
mi familia de acogida es...



¿Que relación mantengo con ellos?

Fecha: .....





*Notas*

A series of horizontal dashed lines for writing notes.



**EDITA:**

JUNTA DE CASTILLA Y LEÓN  
CONSEJERÍA DE FAMILIA E IGUALDAD DE OPORTUNIDADES  
GERENCIA DE SERVICIOS SOCIALES

**DISEÑO Y REALIZACIÓN:**

GRÁFICO GABINETE DE COMUNICACIÓN

**ILUSTRACIONES:**

FÉLIX RUIZ

**IMPRIME:**

IMPRESA CERVANTINA

**DEPÓSITO LEGAL:**

P-378/2003