

## BUEN TRATO E IGUALDAD EN FAMILIA



## RECURSOS PARA FAMILIAS Y PERSONAS INTERESADAS:

**Igualdad, convivencia,  
comunicación no-violenta y  
gestión de emociones**



**SARA AÑINO VILLALVA**  
**Vivero de Buen Trato**  
**cuandoelamorfluye.com**

Por si quieres seguir profundizando en los contenidos de Cuidar a Quien Cuida – Educa relacionados con buentrato, igualdad, comunicación no-violenta y gestión de emociones y conflictos, hemos preparado los siguientes materiales recomendados. Puedes pinchar en cada uno de los títulos y podrás acceder a los enlaces de los materiales:

- [Portal Mujer e Igualdad de Getafe](#). Materiales didácticos, vídeos, audios, convocatorias.

## RELAJACIÓN Y GESTIÓN DE EMOCIONES:

- **¿Te quieres relajar? A través del cuerpo, podrás relajar la mente**  
[Relajación Muscular Progresiva de Jacobson. Sesión Guiada con Instrucciones.](#)  
David Sánchez
- **Libros de 0 a 99 años para reconocer y gestionar las emociones:**  
[Emocionario](#). Cristina Núñez Pereira y Rafael R. Valcárcel. Palabras Aladas
- **Videocuentos infantiles para la educación emocional y en valores:**  
[Educación 3.0](#) ofrece videocuentos como *El monstruo de colores*, de Anna Llenas; *Respira*, de Inés Castel Branco o *La reina de los colores*, de Jutta Bauer.
- [Begoña Ibarrola: cuentos para educar las emociones](#)
- [Canción de las emociones. Las Madalenas](#)

## EDUCACIÓN AFECTIVO-SEXUAL:

- **Un gran referente para todas las edades, con cuadernos para profesorado y para madres y padres:**  
[Materiales didácticos del Colectivo Harimaguada](#)
- **Para educar a las y los más peques:**  
[La educación afectivo-sexual de la primera infancia.](#)
- **Atendiendo al cuerpo, transformando el sexismo, superando estereotipos:**  
[“Las mil y una Elsas”](#), Instituto Canario de Igualdad.
- **Otros materiales del Gobierno de Canarias:**  
[Guías sobre sexualidad.](#)
- **Un blog con materiales e información para distintas edades:**  
[Sexducacion](#)

## COMUNICACIÓN NO VIOLENTA:

- **Un libro clásico del creador de esta corriente, descargable en la web:**  
Marshall B. Rosenberg: [Comunicación no violenta. Un lenguaje de vida](#). Aldea Ediciones
- **Vídeos sobre CNV (comunicación no violenta):**  
[Vídeos de Pilar de la Torre, Instituto de Comunicación No Violenta](#)

## ALGUNOS RECURSOS PARA COEDUCAR:

En los siguientes enlaces, puedes encontrar materiales didácticos que abordan diferentes temáticas relacionadas con igualdad orientadas a distintas etapas educativas:

- [Materiales coeducativos](#) de **CODAPA**, Confederación Andaluza de Asociaciones de Madres y Padres de Alumnado por la Escuela Pública.
- ["Familias Coeducativas"](#), artículo de Gema Otero.
- [Portales sobre coeducación o educación para la igualdad](#)
- [Coeducación para la escuela y la familia](#)
- [Educar para la Igualdad. Gobierno de Canarias](#)
- [Duoda. Centro de Investigación de Mujeres](#). Universidad de Barcelona.
- [Voces de Colores. Canciones y fichas didácticas para peques de Primaria.](#)
- [Un cuento propio. Cuentos, vídeos y fichas didácticas.](#)

## BUENTRATO Y GESTIÓN DE CONFLICTOS:

- **Un referente fundamental en cuestiones de buen trato, amor y sexualidad:**  
Fina Sanz Ramón. *El buentrato como proyecto de vida*. Kairós
- **Un espacio con talleres online y presenciales y materiales que une mindfulness, musicoterapia y perspectiva de género por los buenos tratos:**  
Vivero de Buen Trato [cuandoelamorfluye.com](http://cuandoelamorfluye.com)
- **Un interesante artículo para comprender el conflicto:**  
Paco Cascón Soriano: ["¿Qué es bueno saber sobre el conflicto?"](#), Dossier *Cuadernos de Pedagogía: Educar en y para en conflicto*. Cuadernos de pedagogía, n. 287, Enero 2000