

4.9

Comentarios (72)

Fernando Santana Peralta

Santo Domingo, República Dominicana
Conferencista | Capacitador | Docente | Moderador

País de residencia: República Dominicana

Nacionalidad: Dominica, República Dominicana

Idiomas: Español, Inglés

Áreas de conocimiento

Puedo desarrollar cualquier temática relacionadas con Bienestar Estudiantil, Comunicación, Educación, Emprendimiento, Humanidades, LIderazgo y Trabajo en equipo, Diálogo de pareja Efectivo, Comunicación asertiva, Educación Asertiva, El Perdón en la Familia, El Valor de la Juventud, El Valor del Matrimonio, Sexualidad Sana, Sexualidad en los Jóvenes, Roles familiares, Soltería productiva y Feliz, Valores Familiares, Necesidad de Apoyo a los hijos, Prevención de la Violencia, Buenas Relaciones Humanas, La Unidad Familiar, Cómo enfrentar el Duelo, Noviazgo Favorable, LIderazgo Efectivo, PSICOLOGÍA CLÍNICA, LOCUCIÓN, COMUNICADOR, FORMADOR, Relaciones de pareja, Orientación Vocacional, Desarrollo Personal, Manejo de Conflictos, Gestión de Riesgos, Trabajo en equipo, Des de misión/visión empresar, Bienestar familiar, Reconciliación de la Pareja, Sexualidad de la pareja, Sanación de los recuerdos, Corrección de los hijos, Estrategias para docentes, Dicción y Entonación, Manejo de Grupos, Manejo de disciplina, Vivencia de los Valores, Inteligencia Emocional, Proyecto de vida adolescentes.

Descripción del perfil

Soy Psicólogo Clínico, conferencista y orientador profesional, con experiencia en el acompañamiento de personas, familias y comunidades en procesos de crecimiento personal, toma de decisiones y búsqueda de una vida más plena. Cuento con una Licenciatura en Psicología Clínica, un Postgrado en Neuropsicología Clínica y una Maestría en Formación Integral Humana y Religiosa. Durante mi trayectoria profesional he desarrollado experiencia en el ámbito educativo, la orientación y el acompañamiento humano, así como en la formación y realización de conferencias sobre temas relacionados con la persona, las relaciones, la familia, los valores y el sentido de vida. En mi práctica valoro especialmente la escucha, el respeto por la historia de cada persona y la búsqueda conjunta de alternativas que le permitan comprender mejor lo que está viviendo, reconocer sus recursos y avanzar hacia decisiones más conscientes. Mi propósito es ofrecer un espacio de orientación profesional cercano, respetuoso y humano, donde cada consultante pueda sentirse escuchado y acompañado en su proceso.

Conferencias, Cursos o Talleres

EDUCAR CON VALORES EN EL MUNDO ACTUAL: El desafío de ser padres hoy

De 1 Hora a 2 Horas

Educar a los hijos siempre ha sido un desafío, pero hacerlo en el mundo actual plantea nuevos retos para las familias. Redes sociales, pantallas, presión social, exposición a contenidos inadecuados, cambios en la autoridad y la falta de tiempo para compartir pueden dificultar la tarea de los padres. Esta conferencia invita a reflexionar sobre cómo acompañar a niños y adolescentes desde el amor, los límites, la escucha, la presencia y, sobre todo, el ejemplo. Porque aunque el mundo cambie, los hijos siguen necesitando padres presentes, conscientes y capaces de orientar. Una conferencia dirigida a padres, familias, centros educativos y comunidades que desean

fortalecer la educación en valores y construir hogares donde los hijos puedan crecer con seguridad, criterio y sentido de responsabilidad.

EL MANEJO DE CONFLICTOS: Claves para Resolver Diferencias y Mejorar tus Relaciones

De 1 Hora a 2 Horas

Los conflictos forman parte de toda relación humana. Surgen en la pareja, la familia, el trabajo y en nuestra convivencia cotidiana. Sin embargo, tener diferencias no significa necesariamente tener una mala relación; muchas veces, el verdadero problema está en la manera en que enfrentamos esas diferencias. En esta conferencia aprenderás a comprender mejor el origen de los conflictos, identificar algunas de las formas inadecuadas en que solemos reaccionar ante ellos y desarrollar estrategias que permitan abordarlos de una manera más sana y constructiva. El Manejo de Conflictos ofrece herramientas prácticas para mejorar la comunicación, disminuir las confrontaciones innecesarias, escuchar con mayor apertura y buscar soluciones que permitan preservar las relaciones sin renunciar a las propias necesidades y límites. Una conferencia especialmente útil para quienes desean

fortalecer sus relaciones personales, familiares, de pareja y laborales, aprendiendo que resolver un conflicto no significa necesariamente que alguien tenga que perder, sino encontrar caminos que permitan avanzar juntos.

EL HAMBRE DE INTIMIDAD: La Necesidad de Sentirnos Amados, Comprendidos y Conectados

De 1 Hora a 2 Horas

Todos necesitamos sentirnos amados, valorados, escuchados y comprendidos. Sin embargo, en una sociedad cada vez más conectada por la tecnología, muchas personas experimentan una profunda sensación de soledad y desconexión. ¿Qué sucede cuando tenemos personas a nuestro alrededor, pero seguimos sintiéndonos solos? ¿Por qué buscamos constantemente afecto, aceptación y reconocimiento? ¿Qué hay detrás de esa necesidad profunda de sentirnos importantes para alguien? “El Hambre de Intimidad” es una conferencia que invita a comprender una de las necesidades emocionales más profundas del ser humano: la necesidad de establecer vínculos significativos y experimentar una verdadera conexión con los demás. A través de una mirada psicológica y humana, se reflexiona sobre la importancia de la intimidad emocional, las consecuencias de la soledad afectiva y algunas de las formas en que intentamos llenar ese vacío. También se ofrecen claves para construir relaciones más auténticas, profundas y saludables. Una conferencia especialmente valiosa para quienes desean

comprender mejor sus necesidades afectivas y fortalecer sus relaciones de pareja, familiares y sociales.

¿DÓNDE ESTÁ MI MEDIA NARANJA? Claves para Construir una Relación de Pareja Sana

De 1 Hora a 2 Horas

¿Te has preguntado alguna vez por qué parece tan difícil encontrar a la persona adecuada? ¿Por qué algunas relaciones comienzan llenas de ilusión y terminan convirtiéndose en experiencias dolorosas? ¿Realmente existe una “media naranja” destinada para cada persona? “¿Dónde está mi media naranja?” es una conferencia que invita a reflexionar sobre la manera en que elegimos pareja, las expectativas que construimos alrededor del amor y algunos de los factores psicológicos que influyen en nuestras relaciones afectivas. Más que buscar a una persona “perfecta”, se trata de aprender a construir relaciones desde el conocimiento de uno mismo, la madurez emocional, la comunicación, el respeto y una comprensión más realista del amor. La conferencia ofrece una mirada cercana y práctica a temas como la elección de pareja, las expectativas amorosas, la dependencia emocional, los mitos sobre el amor romántico y las condiciones necesarias para construir una relación saludable y satisfactoria. Una propuesta especialmente útil para personas solteras, quienes están iniciando una relación y

parejas que desean comprender mejor las bases de una relación afectiva sana.

DIÁLOGO AMOROSO INTELIGENTE: Cómo Comunicarnos para Fortalecer la Relación de Pareja

De 1 Hora a 2 Horas

Amar no siempre significa saber comunicarnos. Muchas parejas se quieren, pero terminan lastimándose por la manera en que expresan lo que sienten, escuchan al otro o enfrentan sus diferencias. “Diálogo Amoroso Inteligente” es una conferencia que invita a descubrir cómo una comunicación más consciente puede transformar la relación de pareja. Porque no se trata solamente de hablar, sino de aprender a expresar lo que necesitamos sin atacar, escuchar sin juzgar y comprender al otro sin dejar de expresar nuestras propias emociones y límites. A través de una mirada psicológica, cercana y práctica, se abordan algunos de los errores más frecuentes en la comunicación de pareja y se ofrecen herramientas para favorecer conversaciones más sanas, empáticas y constructivas. La conferencia ayuda a comprender que una buena comunicación no consiste en evitar las diferencias, sino en aprender a dialogar sobre ellas sin convertirlas en una lucha de poder. Una propuesta especialmente útil para parejas que desean mejorar su comunicación, fortalecer su vínculo y recuperar la capacidad de hablarse

desde el respeto, el afecto y la inteligencia emocional.

LIDERAZGO EFECTIVO: Comienza por liderarte a ti mismo

De 1 Hora a 2 Horas

El liderazgo no consiste simplemente en dirigir o dar órdenes. Liderar implica influir, inspirar, escuchar, tomar decisiones, afrontar conflictos y ayudar a otros a desarrollar lo mejor de sí mismos. Esta conferencia invita a comprender el liderazgo desde una perspectiva integral, abordando los diferentes estilos de liderazgo, la comunicación, la resolución de problemas, el manejo de conflictos, la motivación y la capacidad de inspirar. A partir del autoconocimiento y del desarrollo de las propias fortalezas, se propone una mirada al liderazgo como un proceso continuo de crecimiento personal, servicio y transformación. Porque antes de pretender dirigir a otros, necesitamos aprender a dirigir nuestra propia vida. Ideal para empresas, instituciones educativas, organizaciones, equipos de trabajo y grupos que desean fortalecer sus capacidades de liderazgo y mejorar la manera de

relacionarse y trabajar juntos.

EL NOVIAZGO: EL TRÁILER DEL MATRIMONIO /Claves para saber si estamos construyendo una relación favorable

De 1 Hora a 2 Horas

El noviazgo no es simplemente una etapa para disfrutar del enamoramiento; es un tiempo para conocerse, crecer juntos y discernir si existe una base sólida para construir un matrimonio. Esta conferencia invita a reflexionar sobre el noviazgo como una etapa de preparación y conocimiento mutuo, identificando señales que pueden ayudar a reconocer si una relación tiene condiciones favorables para un futuro matrimonio. Se abordan aspectos fundamentales como la comunicación, la madurez, el manejo de conflictos, el respeto, los proyectos de vida, las finanzas, la familia, los límites, la capacidad de perdonar, la libertad dentro de la relación y la importancia de conocerse realmente antes de asumir un compromiso definitivo. Una propuesta especialmente dirigida a jóvenes y parejas de novios que desean mirar su relación con mayor madurez, sinceridad y responsabilidad, evitando

idealizaciones y tomando decisiones conscientes sobre su futuro.

CUANDO LA VIDA NOS QUITA LO QUE AMAMOS: Cómo enfrentar la pérdida, vivir el duelo y seguir adelante

De 1 Hora a 2 Horas

Perder a un ser querido es una de las experiencias más dolorosas que puede afrontar una persona, pero no es la única forma de pérdida. A lo largo de la vida también podemos perder una relación, un empleo, una casa, una etapa, un sueño, un proyecto, una oportunidad o incluso sufrir por aquello que deseamos profundamente y nunca llegamos a tener. Toda pérdida implica una ausencia, y toda ausencia significativa puede generar un proceso de duelo. Esta conferencia propone comprender el duelo desde una perspectiva psicológica y espiritual, reconociendo que el dolor necesita ser expresado, vivido y elaborado, pero que también es necesario aprender a reconstruir la vida cuando aquello que amábamos ya no está. A partir de aportes de la psicología del duelo y de una profunda reflexión sobre la experiencia humana, se abordan algunas de las tareas fundamentales para afrontar una pérdida: aceptar la realidad de lo sucedido, reconocer y trabajar las emociones, adaptarse a una nueva realidad y encontrar una manera saludable de mantener el vínculo afectivo con lo perdido sin quedar atrapados en el pasado. Porque superar una pérdida no significa olvidar a quien amamos ni dejar de sentir dolor. Significa **aprender a vivir de una manera nueva, integrando la experiencia y encontrando razones para continuar**. Una conferencia para quienes atraviesan un duelo, pero también para quienes acompañan a familiares, amigos, estudiantes, compañeros de trabajo o cualquier persona que esté intentando reconstruirse después

de una pérdida significativa.

JUNTOS NO SIGNIFICA UNIDOS: El amor como clave para fortalecer y restaurar la familia

De 1 Hora a 2 Horas

Vivir bajo un mismo techo no necesariamente significa vivir unidos. Muchas familias permanecen juntas, pero han perdido el diálogo, la confianza, el afecto, el respeto o el sentido de estar trabajando por un bien común. Y cuando las divisiones internas comienzan a crecer, la convivencia puede convertirse en distancia, conflicto y, poco a poco, en ruptura. Esta conferencia propone reflexionar sobre una pregunta fundamental: **¿qué significa realmente amar dentro de la familia?** Más allá de entender el amor únicamente como sentimiento, emoción, cariño o atracción, se plantea el amor como una decisión concreta de procurar el bien del otro, especialmente cuando las circunstancias, los errores y las diferencias ponen a prueba las relaciones familiares. A partir de principios psicológicos, humanos y espirituales, se abordan algunas de las causas que pueden debilitar la unidad familiar: la falta de diálogo, el egoísmo, la infidelidad a los compromisos, la ausencia de tiempo y atención, las ofensas, la violencia, la dificultad para perdonar y el desgaste producido por los conflictos cotidianos. También se ofrecen claves para fortalecer o restaurar la unidad: aprender a tratar a los demás como queremos ser tratados, cultivar la paciencia y la compasión, pedir y ofrecer perdón, recuperar la confianza, convertirse en instrumento de paz y comprender que el amor verdadero no debe darse únicamente como recompensa, sino también como un regalo que busca el bien de los demás. Una conferencia para quienes desean comprender que **una familia no

se mantiene unida simplemente porque sus miembros permanezcan juntos, sino porque cada uno decide contribuir al bien, la paz y la unidad de todos**.

¿POR QUÉ NOS CUESTA TANTO LLEVARNOS BIEN? Claves para mejorar nuestras relaciones humanas

De 1 Hora a 2 Horas

Vivimos relacionándonos constantemente con otras personas, pero convivir no siempre significa comprendernos. Las diferencias de carácter, opiniones, necesidades, costumbres y formas de reaccionar pueden convertirse fácilmente en conflictos, distanciamiento y heridas. ¿Por qué algunas personas consiguen establecer relaciones saludables mientras otras terminan constantemente enfrentadas con quienes las rodean? Esta conferencia invita a descubrir que las buenas relaciones humanas no dependen de que todos pensemos o actuemos de la misma manera, sino de nuestra capacidad para aceptar las diferencias, comprender al otro, comunicarnos adecuadamente y procurar una convivencia basada en el respeto y el interés genuino por el bien común. Se abordan actitudes que favorecen las relaciones —aceptación, cortesía, comprensión, buen trato, tolerancia, comunicación asertiva y cooperación— y también aquellas que las deterioran: criticar, juzgar, rechazar, descalificar, reaccionar impulsivamente y faltar al respeto. Porque nuestras relaciones no se construyen únicamente con lo que sentimos por los demás, sino también con **la manera en que los tratamos**. Una reflexión práctica para quienes desean mejorar sus relaciones en la familia, la pareja, el trabajo, los ambientes educativos y en los

distintos espacios donde desarrollan su vida.

LA VIOLENCIA DE GÉNERO NO COMIENZA EN LA PAREJA: Cómo prevenirla desde la familia

De 1 Hora a 2 Horas

La violencia en las relaciones de pareja no aparece de la nada. Muchas de las ideas, actitudes y formas de relacionarnos que pueden favorecer conductas violentas comienzan a construirse mucho antes, en el entorno familiar y en los modelos de convivencia que aprendemos desde la infancia. Esta conferencia invita a reflexionar sobre una pregunta fundamental: **¿dónde comienza realmente la prevención de la violencia de género?** A partir de una mirada centrada en la familia, se abordan factores esenciales para prevenir relaciones violentas: el fortalecimiento de la autoestima, el respeto y la valoración de cada persona, la educación en igualdad y equidad, la empatía, la resolución pacífica de conflictos y la construcción de relaciones basadas en el cuidado y el respeto mutuo. También se destaca la importancia del ejemplo de los adultos, porque los hijos no solamente aprenden de lo que se les dice, sino también de lo que observan diariamente en la manera en que sus padres y otros adultos se tratan, toman decisiones, manejan los desacuerdos y resuelven los conflictos. La prevención comienza cuando enseñamos que ninguna forma de violencia es una expresión de amor y que una relación saludable no se construye desde el control, la imposición o el miedo, sino desde el respeto, la dignidad, la responsabilidad y el cuidado mutuo. Una conferencia dirigida a familias, educadores, orientadores, profesionales y a todas las personas interesadas en contribuir a la construcción de relaciones más sanas y a la prevención de la violencia desde

sus raíces.

SEXUALIDAD Y NOVIAZGO: ¿Quién decide por ti? Cómo vivir la sexualidad con libertad, responsabilidad y propósito

De 1 Hora a 2 Horas

La sexualidad es mucho más que una dimensión física o que el acto sexual. Forma parte de nuestra identidad, de nuestra manera de relacionarnos, de expresar afecto y de construir vínculos con los demás. Durante la juventud, el descubrimiento de la propia sexualidad y las relaciones de noviazgo plantean preguntas importantes: ¿cómo tomar decisiones responsables?, ¿cómo distinguir el amor de la atracción?, ¿qué lugar deben ocupar los valores en nuestras decisiones?, ¿cómo establecer límites y vivir la intimidad de manera responsable? Esta conferencia invita a reflexionar sobre la sexualidad desde una perspectiva integral, relacionándola con la libertad, los valores, el amor, el noviazgo, la responsabilidad y las consecuencias de nuestras decisiones. Se aborda también el noviazgo como una etapa de conocimiento y discernimiento, en la que dos personas tienen la oportunidad de descubrirse mutuamente y valorar si existe un proyecto de vida compartido. Desde esta perspectiva, la intimidad no se presenta simplemente como una cuestión de deseo, sino como una dimensión de la persona que requiere madurez, libertad y responsabilidad. Una reflexión especialmente dirigida a jóvenes, padres, educadores y acompañantes que desean promover una vivencia de la sexualidad basada en la dignidad de la persona, el

amor, la libertad responsable y la construcción de un proyecto de vida.

¿VALE LA PENA CASARSE? El valor de construir un matrimonio sólido y duradero

De 1 Hora a 2 Horas

En una época en la que muchas parejas se preguntan si vale la pena casarse, resulta necesario detenerse a reflexionar sobre qué hace que un matrimonio tenga verdadero valor y qué se necesita para construir una relación sólida y duradera. Casarse no significa que una pareja esté completamente construida. El matrimonio representa el comienzo de un proyecto compartido que necesita ser cuidado, fortalecido y renovado a lo largo del tiempo. Esta conferencia invita a comprender el matrimonio como una relación que requiere mucho más que atracción o convivencia. Respeto, comunicación, ternura, compromiso, capacidad para afrontar las dificultades y disposición para crecer juntos son algunos de los elementos fundamentales para construir una relación saludable. También se reflexiona sobre el significado de los compromisos asumidos al casarse y sobre la importancia de valorar al otro, reconocer sus diferencias, aprender a dialogar y mantener viva la decisión de caminar juntos incluso cuando aparecen los conflictos, las crisis y las dificultades propias de la vida. Porque un matrimonio sólido no se construye únicamente con el amor que una pareja siente, sino con **las decisiones y acciones mediante las cuales ambos convierten ese amor en una forma cotidiana de vivir y relacionarse**. Una conferencia dirigida a

parejas, matrimonios, personas que se preparan para casarse y a quienes desean comprender mejor qué significa construir una relación matrimonial madura, comprometida y duradera.

JUVENTUD: TODO ES POSIBLE, PERO NO TODO ES ACONSEJABLE Decisiones que pueden cambiar tu vida

De 1 Hora a 2 Horas

La juventud es una etapa de enormes posibilidades, pero también de decisiones que pueden marcar profundamente el futuro. Es el momento de descubrir quién eres, desarrollar tus capacidades, elegir tus amistades, definir tus valores y comenzar a construir el proyecto de vida que deseas. Tener libertad significa poder elegir, pero **no todo lo que podemos hacer nos conviene**. Las presiones sociales, la necesidad de pertenecer, las apariencias, el dinero fácil, el placer inmediato, la tecnología y las decisiones impulsivas pueden llevar a los jóvenes por caminos cuyas consecuencias aparecen mucho después. Esta conferencia invita a adolescentes y jóvenes a descubrir el verdadero valor de esta etapa de la vida y a asumirla con mayor conciencia, autoestima, autonomía y responsabilidad. Se abordan temas como la construcción de un proyecto de vida, la importancia de elegir adecuadamente los grupos de pertenencia, el desarrollo de un criterio propio, la relación con padres y educadores, el uso inteligente de la tecnología, la toma de decisiones y la capacidad de mantenerse fiel a los propios valores frente a las presiones del entorno. Porque la juventud no consiste solamente en tener energía, sueños y posibilidades. **También consiste en aprender a elegir aquello que realmente contribuye a convertir esas posibilidades en una vida plena.** Una conferencia especialmente pensada para adolescentes y jóvenes, pero también de gran utilidad para padres, docentes, orientadores y profesionales que acompañan su proceso de

crecimiento.

¿POR QUÉ NO LOGRAMOS ENTENDERNOS? Comunicación asertiva entre padres e hijos

De 1 Hora a 2 Horas

Hablar con nuestros hijos no siempre significa comunicarnos con ellos. A veces intentamos aconsejar, corregir, orientar o poner límites, pero terminamos provocando discusiones, silencios, distancia o la sensación de que sencillamente no nos entendemos. La adolescencia, los cambios generacionales, las nuevas formas de relacionarse y el uso constante de la tecnología pueden hacer todavía más difícil mantener una comunicación cercana y efectiva dentro de la familia. Esta conferencia invita a descubrir cómo transformar la comunicación entre padres e hijos en un espacio de confianza, respeto y comprensión, aprendiendo no sólo a expresar lo que pensamos y sentimos, sino también a escuchar realmente lo que el otro necesita decirnos. Se abordan herramientas prácticas de comunicación asertiva y efectiva, escucha activa, empatía, lenguaje positivo, expresión adecuada de las emociones, establecimiento de límites, manejo de permisos y consecuencias, respeto por el espacio personal y estrategias para afrontar los conflictos sin convertir cada conversación en una confrontación. Porque comunicarnos bien no significa permitirlo todo ni renunciar a nuestra autoridad como padres. Significa **aprender a poner límites sin romper el vínculo, corregir sin humillar y escuchar sin dejar de orientar**. Una conferencia

especialmente dirigida a padres, madres, educadores y profesionales que acompañan a niños y adolescentes y desean construir relaciones familiares más cercanas, respetuosas y saludables.

CUANDO LA PASIÓN DESBORDA LA RAZÓN: Inteligencia emocional para pensar, decidir y actuar mejor

De 1 Hora a 2 Horas

¿Alguna vez has dicho o hecho algo en un momento de enojo y después te has preguntado: “¿Por qué reaccioné así?” ¿Has tomado decisiones impulsivas que luego lamentaste? ¿Sabes lo que deberías hacer, pero tus emociones parecen tomar el control? Las emociones forman parte esencial de nuestra vida. Nos ayudan a relacionarnos, afrontar dificultades, tomar decisiones y responder ante lo que nos sucede. El problema no está en sentir, sino en permitir que una emoción intensa termine decidiendo por nosotros. Esta conferencia ofrece una mirada práctica a la **inteligencia emocional** y a la relación entre lo que sentimos, pensamos y hacemos. Explora por qué, en determinados momentos, la pasión puede desbordar la razón y llevarnos a reaccionar impulsivamente, especialmente ante situaciones de enojo, miedo, frustración, presión o conflicto. A través de conceptos y ejemplos aplicables a la vida cotidiana, se abordan aspectos fundamentales como el reconocimiento de las propias emociones, el manejo de los impulsos, la empatía, la tolerancia a la frustración, el control de los estados de ánimo, la toma de decisiones y la capacidad de mantener la claridad mental aun en situaciones emocionalmente intensas. Porque **tener inteligencia no siempre significa saber manejar lo que sentimos**. La verdadera madurez emocional comienza cuando somos capaces de reconocer nuestras emociones, comprender lo que nos están diciendo y decidir conscientemente qué hacer con ellas. Una conferencia para quienes desean conocerse

mejor, relacionarse de manera más saludable y aprender a responder a los desafíos de la vida con mayor equilibrio, conciencia y sabiduría.

DISCIPLINA SIN GRITOS NI CASTIGOS: Claves para manejar la conducta y construir un aula donde se pueda aprender

De 1 Hora a 2 Horas

¿Es posible mantener la disciplina en el aula sin recurrir constantemente a los gritos, las amenazas o los castigos? La disciplina escolar no consiste simplemente en conseguir que los estudiantes obedezcan. Implica crear las condiciones necesarias para que puedan aprender, convivir, participar y asumir progresivamente la responsabilidad de sus propias conductas. Esta conferencia ofrece una mirada práctica al manejo de la disciplina desde la prevención, la planificación docente, el conocimiento de los estudiantes y la construcción de relaciones basadas en el respeto y la confianza. Se abordan aspectos fundamentales como la preparación y organización de las clases, la reducción de los tiempos muertos, el establecimiento de normas claras, la observación permanente del grupo, el manejo de las emociones del docente, la identificación de las causas de las conductas inadecuadas y el fortalecimiento de las conductas positivas. También se presentan estrategias para afrontar situaciones difíciles dentro del aula, negociar y establecer límites, reorganizar el ambiente de aprendizaje y utilizar recursos conductuales de manera responsable. Porque **disciplinar no es castigar**. Es enseñar límites, prevenir dificultades, orientar conductas y crear un ambiente en el que tanto el docente como los estudiantes puedan desarrollar su mejor versión. Una conferencia especialmente dirigida a docentes, orientadores, psicólogos, coordinadores y profesionales de la educación que desean fortalecer su capacidad para manejar la conducta y favorecer un clima

escolar saludable y propicio para el aprendizaje.

COMUNICA CON IMPACTO: Claves para hablar y escribir mejor

De 1 Hora a 2 Horas

Comunicar bien no consiste solamente en saber qué decir, sino en saber **cómo decirlo, cómo organizarlo y cómo lograr que nuestro mensaje sea comprendido y recordado**. En esta conferencia descubrirás claves prácticas para mejorar tu comunicación oral y escrita, fortalecer tu expresión profesional y desarrollar mayor seguridad al hablar ante otras personas. Abordaremos aspectos esenciales de la **comunicación efectiva, la redacción profesional y la oratoria**, incluyendo la organización de ideas, claridad y coherencia al escribir, estructura de un discurso, dicción, pronunciación, entonación, manejo de la voz, lenguaje corporal, utilización de recursos visuales y estrategias para captar y mantener la atención del público. Una propuesta especialmente útil para quienes desean **expresarse con mayor claridad, seguridad y profesionalidad**, tanto en el ámbito laboral como en

sus relaciones personales.

SANAR EL PASADO: Curación psicoafectiva de los recuerdos

De 1 Hora a 2 Horas

¿Te ha pasado que alguien dice o hace algo en el presente y reaccionas con una intensidad que parece venir de mucho más atrás? A veces, no todo lo que sentimos hoy comenzó hoy. Experiencias de rechazo, abandono, humillación, pérdidas, falta de afecto o situaciones dolorosas pueden dejar huellas que continúan influyendo en nuestra manera de relacionarnos, de vernos a nosotros mismos y de interpretar lo que nos sucede. En esta conferencia reflexionaremos sobre cómo esas experiencias pueden seguir presentes en nuestra vida y qué significa realmente **sanar el pasado**. Sanar no significa borrar lo ocurrido ni negar nuestra historia. Significa poder mirar lo vivido desde una nueva perspectiva, integrar aquello que nos dolió y recuperar la libertad para vivir el presente sin quedar atrapados en las heridas de ayer. Una invitación a comprender nuestra historia con mayor

compasión, reconocer nuestras heridas y abrirnos a un proceso de transformación interior. Porque el pasado forma parte de nuestra historia, pero no tiene que seguir siendo el dueño de nuestro presente.

EL AMOR TAMBIÉN SE CULTIVA: Intimidad, sexualidad y conexión en la vida de pareja

De 1 Hora a 2 Horas

En una relación de pareja, el amor no se mantiene vivo por sí solo: necesita cuidado, atención y dedicación. Con el paso del tiempo, la rutina, las responsabilidades, las dificultades de comunicación y el desgaste cotidiano pueden afectar la cercanía emocional y la intimidad. **"El amor también se cultiva"** es una conferencia que invita a las parejas a mirar su relación y descubrir qué pueden hacer para mantener viva la conexión. Se abordan aspectos fundamentales como la comunicación, el afecto, las caricias, el tiempo de calidad, el respeto, la escucha, el deseo y la intimidad sexual. Porque la intimidad va mucho más allá de las relaciones sexuales: comienza en la manera en que nos hablamos, nos escuchamos, nos miramos, nos cuidamos y hacemos sentir al otro amado y valorado. Una propuesta cercana y reflexiva para quienes desean comprender mejor su relación, fortalecer

el vínculo afectivo y recuperar la conexión que quizá se ha ido debilitando con el tiempo.

MUJER, HOY QUIERO CONSOLARTE: Una invitación a sanar las heridas, recuperar tu dignidad y volver a creer en la felicidad

De 1 Hora a 2 Horas

Mujer, hoy quiero consolarte es una conferencia dirigida a toda mujer que, en algún momento de su vida, ha experimentado rechazo, abandono, soledad, decepción, fracaso, desvalorización o situaciones que han dejado heridas profundas en su historia. A través de una mirada psicológica, humana y espiritual, esta conferencia invita a reconocer el valor y la dignidad de la mujer más allá de sus circunstancias, de sus errores, de sus relaciones y de las experiencias que hayan marcado su pasado. Porque detrás de una mujer que sonríe puede existir una historia que necesita ser escuchada; detrás de una mujer aparentemente fuerte puede haber heridas que todavía duelen; y detrás de muchas decisiones, miedos o dificultades actuales pueden existir experiencias que nunca fueron adecuadamente elaboradas. La conferencia propone detenerse en el **aquí y ahora**, reconocer aquello que todavía causa sufrimiento, cerrar asuntos pendientes y recuperar progresivamente la capacidad de vivir con mayor libertad, autoestima y esperanza. Desde el concepto de **consuelo** como alivio de la aflicción y recuperación del ánimo, se abre también un espacio para descubrir que el dolor no tiene por qué convertirse en el destino definitivo de una persona. Una invitación especialmente dirigida a la mujer que necesita escuchar: Tu

historia no ha terminado. Tu dignidad permanece. Todavía puedes levantarte. Todavía puedes volver a ser feliz.

ES TIEMPO DE TRASCENDER: Descubre tu potencial, vence tus límites y aprovecha el momento de tu vida

De 1 Hora a 2 Horas

Es tiempo de trascender es una conferencia que invita a mirar la propia vida desde una perspectiva diferente: no estamos llamados simplemente a pasar por la vida, sino a crecer, superar nuestros límites y dejar una huella significativa. A partir de una reflexión sobre el tiempo, la esperanza, las oportunidades y el sentido de trascender, esta conferencia propone detenernos en una pregunta fundamental: **¿estoy aprovechando realmente el tiempo y las posibilidades que tengo para llegar a ser todo lo que puedo llegar a ser?** El pasado no puede modificarse y el futuro todavía no ha llegado. El único espacio sobre el que podemos actuar es el presente. Por eso, aprender a vivir conscientemente el aquí y el ahora puede convertirse en el punto de partida para transformar nuestra historia. La conferencia introduce también el concepto de **Kairós**, entendido como ese momento oportuno que requiere estar preparados para reconocer y aprovechar las posibilidades que la vida presenta. Una propuesta para quienes sienten que pueden dar más de sí mismos, desean superar miedos y limitaciones, necesitan recuperar la esperanza o se encuentran ante una nueva oportunidad que exige decisión y valentía. Porque trascender no significa ser perfecto ni llegar más lejos que los demás. Significa **ir más allá de aquello que

hasta ahora nos ha limitado y descubrir que todavía podemos crecer, avanzar y aportar algo valioso al mundo.** Quizás no necesitas más tiempo. Quizás necesitas aprender a aprovechar el tiempo que ya tienes.

AMAR ES CORREGIR SIN LASTIMAR: Cómo poner límites, corregir conductas y educar sin herir la dignidad

De 1 Hora a 2 Horas

Amar es corregir sin lastimar es una conferencia sobre una de las tareas más difíciles en las relaciones humanas: poner límites y señalar aquello que necesita cambiar sin destruir la autoestima ni la dignidad de quien tenemos delante. Corregir forma parte del amor, de la educación y de la convivencia. Sin embargo, cuando la corrección nace del enojo, la humillación, el miedo o la violencia, puede dejar heridas que van mucho más allá de la conducta que se pretendía modificar. Esta conferencia invita a descubrir la diferencia entre corregir y castigar, poner límites y maltratar, ser firme y ser violento. A partir de situaciones cotidianas, propone herramientas para aprender a corregir de manera respetuosa, oportuna y coherente, teniendo en cuenta la edad, la personalidad y las circunstancias de cada persona. Porque una corrección verdaderamente educativa no busca descargar nuestra frustración, sino ayudar al otro a comprender, asumir las consecuencias de sus actos, aprender y crecer. Una propuesta especialmente útil para padres, madres, educadores y todas aquellas personas que desean

mejorar su manera de relacionarse con quienes aman. Porque se puede ser firme sin ser cruel. Se puede poner límites sin humillar. Y se puede corregir sin lastimar.

AMENAZAS ACTUALES DEL MATRIMONIO: ¿Qué está poniendo en riesgo tu relación de pareja?

De 1 Hora a 2 Horas

Amenazas actuales del matrimonio es una conferencia que invita a las parejas a detenerse y mirar su relación con honestidad para identificar aquellas situaciones, hábitos, personas y circunstancias que pueden estar debilitando el vínculo. Al igual que una empresa analiza sus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas, una pareja también puede detenerse a evaluar qué está funcionando y, especialmente, qué factores pueden poner en riesgo aquello que juntos han construido. Las adicciones, el exceso de trabajo, el uso descontrolado del celular y las redes sociales, la pornografía, las amistades que sobrepasan límites, la interferencia de familiares, la falta de límites y las dificultades para comunicarse son algunas de las situaciones que pueden terminar afectando la confianza, la intimidad y la estabilidad de una relación. La conferencia propone aprender a reconocer las señales de alerta, establecer límites saludables, proteger la intimidad de la pareja y comunicarse de manera asertiva, sin convertir las diferencias en ataques, reproches o conflictos permanentes. Porque muchas veces el matrimonio no se destruye por un solo acontecimiento, sino por pequeñas amenazas que se van acumulando mientras nadie se detiene a atenderlas. Proteger el matrimonio también significa saber qué puede ponerlo en

peligro.

Experiencias

? Técnico Docente del Área de Formación Integral Humana y Religiosa

Distrito Educativo 15-01, Los Alcarrizos

2018 - Actual

? Psicólogo-conferencista y Orientador

Escuela Primaria Emilio Prud'Homme, JEE, Los Alcarrizos

2015 - 2018

? Coordinador de Bienestar Estudiantil y Gestor del Plan de Gestión de Riesgos, 2013-2014

Escuela Primaria Padre Silvio González, del Instituto Politécnico Loyola, San Cristóbal.

2013 - 2014

? Director General de Pastoral, 2012-2013,

Instituto Politécnico Loyola, San Cristóbal.

2012 - 2013

? Coordinador de Pastoral

Escuela Primaria Padre Silvio González, del Instituto Politécnico Loyola, San Cristóbal.

2011 - 2012

? Profesor de Formación Integral Humana y Religiosa

Escuela Primaria Padre Silvio González, del Instituto Politécnico Loyola, San Cristóbal.

2007 - 2011

? Profesor de Formación Integral Humana y Religiosa

Colegio Parroquial San Antonio de Padua

1997 - 2007

Estudios

Maestría en Formación Humana

Universidad Católica de Santo Domingo

2021

Licenciatura en psicología clínica

Universidad de la Tercera Edad (UTE)

2012

Artículos

Efectos de la Nomofobia en la salud mental y las relaciones interpersonales

El uso constante de teléfonos móviles se ha vuelto una parte integral de la vida cotidiana, y para muchas personas, representa un avance social y tecnológico. Sin embargo, para algunas, esto puede llevar a una condición conocida como "nomofobia", que es el miedo irracional a quedarse sin teléfono móvil. Esta fobia afecta principalmente a los adolescentes y jóvenes que están más conectados a dispositivos con acceso a Internet, aunque también puede afectar a adultos.

Cerrando Etapas Eficazmente

Cerrar etapas de la vida de manera saludable es esencial para mantener nuestra integridad emocional y psicológica. La psicología y la salud mental ofrecen herramientas para hacerlo eficazmente.

Gestión del tiempo

La gestión del tiempo se refiere a la habilidad de administrar y manejar nuestras actividades, prioridades y compromisos de manera efectiva para alcanzar nuestros objetivos. Una buena gestión del tiempo puede reducir el estrés y aumentar la productividad.

Noviazgo favorable, para un matrimonio estable

En el artículo se resalta la importancia de ver el noviazgo como un período para conocer bien a la pareja antes de comprometerse en un matrimonio, proporcionando una lista de señales para determinar si la relación es favorable, incluyendo aspectos como la comunicación, el respeto, la paciencia, la capacidad de perdonar, y la visión de un futuro juntos.

Perfil en Mentes a la Carta

https://www.mentesalacarta.com/conferencistas-capacitadores-coaches/fernando-santana