

## “DEPENDENCIA EMOCIONAL Y APEGO, CUANDO EL AMOR SE TRANSFORMA EN SUFRIMIENTO”

**Fecha de inicio:** jueves 3 de setiembre de 2026

**Día y hora:** jueves de 19:00 a 20:30hs.

**Frecuencia:** Semanal

**Duración:** 3 meses (setiembre a noviembre).

**Modalidad:** Virtual por plataforma Zoom – Talleres teórico - vivenciales

**Tipo de capacitación:** Desarrollo temático

**Dirigido a:** Egresados/as (Psicología), Estudiantes avanzados/as (Psicología), Egresados/as (Otras profesiones), Estudiantes avanzados/as (Otras profesiones)

### **Sistema de evaluación académica:**

Actividad grupal o individual: análisis reflexivo de una experiencia vincular.

### **Docente a cargo:**

Lic. Psic. Blanca Suárez – Maestría en PNIE

### **Objetivos:**

Analizar las dinámicas del apego y sus manifestaciones patológicas en la vida adulta, incluyendo dependencias afectivas y adicciones comportamentales. Se propone un abordaje terapéutico integrador que promueva la autonomía emocional y la transformación vincular desde una perspectiva neurobiológica, psicológica y humana.

### **Programa:**

#### **Módulo 1- Fundamentos teóricos: neurobiología del apego.**

- El apego como sistema biológico y emocional (Bowlby)
- Circuitos cerebrales implicados: sistema límbico, corteza prefrontal, núcleo accumbens
- Neurotransmisores: dopamina, oxitocina, vasopresina, serotonina

- Helen Fisher: deseo, atracción y apego
- Regulación emocional y representación interna del otro

## **Módulo 2- Apegos disfuncionales y patologías**

- Tipologías de apego inseguro: ansioso, evitativo, desorganizado
- Experiencias tempranas disfuncionales y patrones vinculares
- Parentalización, falso self, necesidad de validación externa
- Vínculos como repetición del trauma afectivo temprano

## **Módulo 3- Dependencias afectivas y adicciones comportamentales**

- Mecanismos neurobiológicos compartidos con las adicciones
- Enganche afectivo como anestesia del vacío interno
- Idealización, rescate, control, negación del deseo propio
- Síndrome de abstinencia emocional
- PNIE: estrés crónico, eje HHA, impacto inmunológico

## **Módulo 4- Propuesta de abordaje terapéutico integrador**

- Reconexión con la identidad auténtica y el deseo propio
- Autorregulación emocional y autonomía vincular
- Intervenciones PNIE: mente-cuerpo, mindfulness, neuroplasticidad
- Resignificación de la historia de apego y límites sanos
- Transformación de la dependencia en vínculo consciente y libre

### Bibliografía:

- Faur, P. (2018). Amores que matan. Planeta
- Bowlby, J. (1989). Una base segura. Paidós
- Castelló, J. (2005). Dependencia emocional. Alianza Editorial
- Pert, C. (1997). Moléculas de la emoción. Urano