

Taller de autoconocimiento y transformación.

10ª edición

# Encuentra tu mejor versión a través del Eneagrama

¿Sientes que repites dinámicas que te desgastan?



Es momento de mirarte con más amabilidad y descubrir todo lo que puedes llegar a ser cuando conectas con tu esencia.

Plazo inscripción: 10 de septiembre de 2026.

¡10% de descuento directo! Si te inscribes antes del 15 de julio.

**¡Reserva tu plaza!** Inicio: 15 de septiembre



# Facilitador



Alfonso es psicólogo, psicoterapeuta Gestalt y formador especializado en Inteligencia Emocional y Eneagrama. Con un enfoque profundamente vivencial y cercano, está especializado en el acompañamiento humano, la transformación personal y los mapas de carácter.

En este itinerario, Alfonso cuida y garantiza un espacio seguro, confidencial y libre de juicios, facilitando que cada persona explore su vulnerabilidad y desarrolle su mejor versión. Su trabajo va más allá de lo intelectual, invitando a integrar los aprendizajes a través de la emoción y el cuerpo.



# Presentación

Dentro de los mapas que explican el comportamiento humano, el Eneagrama es una de las herramientas más lúcidas, profundas y eficaces para reconocer quiénes somos, cómo funcionamos y cómo nos relacionamos con el mundo.

Este no es un taller para etiquetarte ni encasillarte en un número; es un espacio para descubrir la coraza que construiste en tu infancia. Esa armadura te ayudó a protegerte y a defenderte en la vida, pero mantenerla activa hoy en día resulta agotador y nos empuja a repetir, una y otra vez, dinámicas automáticas que nos desgastan.

El propósito de esta formación es aportar luz a nuestras heridas y mecanismos de defensa para, desde la amabilidad y el autoconocimiento, conectar con nuestra esencia. Cuando encontramos nuestra mejor versión, vivimos de forma más serena, equilibrada, generosa y alegre, haciendo también la vida más agradable a quienes nos rodean.

## Objetivos

- Comprender los 9 patrones de carácter (eneatipos) del Eneagrama.
- Identificar tu herida raíz, la emoción que te mueve y tus comportamientos automáticos para quererte mejor.
- Desarrollar la autoaceptación y mirarte a ti y a los demás con mayor compasión, flexibilidad y amabilidad.
- Trazar un mapa práctico de centramiento para transitar desde el ego y a tu esencia.

# Metodología



## Un aprendizaje que se siente y se integra

Compaginamos la teoría del Eneagrama con ejercicios vivenciales. El aprendizaje está diseñado para comprender el Eneagrama desde la propia experiencia asegurando que las herramientas se integren de forma real en tu día a día.

La formación consta de un total de **60 horas** certificadas, distribuidas en:

- 50 horas presenciales (20 sesiones de trabajo grupal).
- 10 horas de trabajo personal guiado.

Para cada uno de los **9 eneatis** de personalidad, realizaremos un recorrido en dos fases:

1. El Descentramiento: Presentación de cada patrón de carácter, su herida, su emoción motriz y la "coraza" defensiva que nos limita y desgasta.
2. El Centramiento: El proceso madurativo y de retorno a casa hasta llegar a la mejor versión, conectando con la virtud desde la que estamos invitados a vivir.

# Dirigido a:

- Cualquier persona en busca de un itinerario de crecimiento personal, profundo, acompañado y en grupo.
- Quienes van teniendo claro que, si queremos ser felices, no se trata de seguir esperando a que los demás cambien, sino de cambiar nosotros mismos, empezando por mirarnos con más amabilidad.

**Único requisito: "Ganas de conocerse".**

## Programa Curso 26-27

El taller se imparte en 20 sesiones, en horario de 17:30 h. a 20:00 h. (2 horas y 30 minutos por sesión), según el siguiente calendario:

2026	2027
<ul style="list-style-type: none"><li>• Septiembre: 15 y 29</li><li>• Octubre: 13 y 27</li><li>• Noviembre: 10 y 24</li><li>• Diciembre: 15</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Enero: 12 y 26</li><li>• Febrero: 02 y 16</li><li>• Marzo: 02, 16 y 30</li><li>• Abril: 13 y 27</li><li>• Mayo: 11 y 25</li><li>• Junio: 08 y 22</li></ul>

**Plazo inscripción: 10 de septiembre de 2026.**

**¡10% de descuento directo! Si te inscribes antes del 15 de julio.**

# Precio y descuentos

Dado el carácter práctico y vivencial de esta formación, las plazas están limitadas a 20 participantes por edición. Las plazas se adjudicarán por orden de inscripción, una vez efectuado el pago de la reserva.

- Reserva de plaza: 80 € (importe inicial que se descuenta del total del curso).

Inscripción Anticipada (Antes del 15 de Julio)	Inscripción Ordinaria (Después del 15 de Julio)
<b>¡10% de Descuento directo! Total: 720 €</b>	<b>Total: 800 €</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Reserva:</b> 80 € al inscribirte.</li><li>• <b>Mensualidades:</b> 8 cuotas de <b>80 €/mes</b> (de noviembre a junio).</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• <b>Reserva:</b> 80 € al inscribirte.</li><li>• <b>Mensualidades:</b> 9 cuotas de <b>80 €/mes</b> (de octubre a junio).</li></ul>

*Nota de la organización: En caso de no llegar al número mínimo necesario de alumnos para la realización de este taller, la organización se reserva el derecho de anular o modificar la fecha de la convocatoria. En caso de anulación por parte de la organización, se devolverá íntegramente la totalidad del importe abonado por el participante.*



# Inscripción y forma de pago

Para formalizar tu plaza, debes seguir los siguientes dos pasos:

1.- Rellenar el formulario de inscripción



2.- Enviar el justificante del pago de la reserva (80 €) realizada a través de uno de estos medios:

- Por Transferencia Bancaria: Indicando en el concepto (Nombre del alumno + Nombre del taller) al número de cuenta: ES56 0081 0393 5700 0125 8835.
- Por Bizum: Al número 646 537 009.

**Plazo inscripción: 10 de septiembre de 2026.**

**¡10% de descuento directo! Si te inscribes antes del 15 de julio.**

[También puedes inscribirte desde aquí y nos ponemos en contacto contigo](#)

¿Tienes dudas? ¿Necesitas más información? Hablemos:

✉ [info@sowos.es](mailto:info@sowos.es) |

☎ 924 23 93 97 / 671 97 12 28

[www.sowos.es](http://www.sowos.es)