

CV

# María Antón Merino

---



Después de finalizar sus estudios de **Arte Dramático** en Barcelona, María desarrolló su carrera en la **sala madrileña “Cuarta Pared”**, donde compaginó su profesión como **actriz en diversos espectáculos teatrales** con su actividad docente en escuelas de teatro. Se formó a su vez con la sociedad española de psicología dinámica. Fue entonces cuando María comenzó a intuir el potencial del teatro como herramienta para el autoconocimiento y el desarrollo de competencias.

En ese momento, María decidió iniciar un proceso de coaching que tuvo gran influencia en su trayectoria profesional. Realizó el **“Máster experto en coaching”** (Instituto Europeo de Coaching) y continuó su formación durante 6 años con María Lobo (Escuela de Coaching Cuántico). Paralelamente se formó como **pedagoga en la Universidad de Burgos** consiguiendo el premio extraordinario de carrera (Pedagogía Laboral). Profundizó en el conocimiento del **cuerpo, la psicología transpersonal y las técnicas vivenciales** a través de **cursos de mindfulness** con el médico y psiquiatra Vicente Simón, cursos de teatro basados en las **técnicas de Grotowski y Stanislavski** y Yoga **Iyengar**.

En la actualidad María combina su trabajo de **actriz profesional** en rodajes de publicidad, programas y presentaciones en eventos, con el de **formadora y coach**. Es **profesora** dentro del programa EDUCA de Foro solidario para centros oficiales de Educación Secundaria y Formación Profesional de Burgos. Impartiendo cursos de gestión emocional, gestión de conflictos, autoestima, creatividad, habilidades sociales y comunicación con técnicas vivenciales.

Participa como **ponente** dentro del programa PLANEA EMPRENDEDORES de Fundación caja de Burgos en centros oficiales de Educación Secundaria y Formación Profesional de la provincia de Burgos. Colabora como **pedagoga teatral** con centros de formación como CFIE, Escuela Cuarta Pared, Universidad de Burgos, Universidad C.E.U San Pablo e instituciones públicas como la Diputación provincial de Burgos.

Es **directora y fundadora de despacio.soy**, un proyecto ecléctico e innovador donde imparte formación, desarrolla proyectos orientados a la mejora del desempeño laboral y lidera procesos de coaching con técnicas teatrales para empresas y particulares.

María Antón Merino

---

635 506 460  
maria@despacio.soy  
[www.despacio.soy](http://www.despacio.soy)