



Elena Benítez Cruz

Montevideo, Uruguay
17 de diciembre de 1973

- **1987** me vinculo por motivos familiares al tratamiento de las Adicciones y la Codependencia.
- **1991 - 1996** recibo un abordaje terapéutico basado en terapia familiar sistemática y tratamiento de las adicciones donde adquiero importantes conocimientos sobre Consejería Terapéutica en adicciones con el terapeuta Damián Rápela en Uruguay.
- **1998** me traslado a Europa, resido desde el 2000 en Barcelona.
- **2005 - 2008** formación como terapeuta de Diafreo (terapia con abordaje sobre cuerpo y trauma) de manera residencial.
- **2012 - 2014** formación residencial de 3 años del Programa de CNV (Comunicación No Violenta) creada por Marshall Rosenberg, formado por Carl Rogers. Formadora en CNV.
- **2017 - 2021** carrera de Medicina China en la escuela Li Ping de Medicina Tradicional China en Barcelona.
- **2020 - 2021** formación en Consejería Terapéutica en Adicciones Nivel I y Nivel II en la Asociación Modelo Minnesota, Argentina y España, la cual repito colaborando como observadora de la misma. Actualmente soy una de las docentes de las

formaciones de dicha Asociación.

- **2021-2023** Master en Drogodependencias en la Universidad de Barcelona.

Desde hace dos décadas trabajo de manera privada en sesiones individuales y en grupos, ayudando a personas, especialmente en problemáticas de adicciones, codependencia y salud mental.

En muchos casos trabajo en equipo con otros profesionales del sector e instituciones.

Estoy especialmente sensibilizada y tengo en cuenta en mi trabajo la perspectiva de género y colectivo LGTBIQ+ que me parece necesario y muy importante.