

Dr. Albert Ellis ha fallecido el 24 de julio del 2007 a la edad de 93 años tras una larga enfermedad.

Breve reflexión dedicada al Dr. Albert Ellis

Al querido terapeuta y ya compañero del alma que se ha ido...

Es una profunda tristeza para nosotros la pérdida reciente de Albert Ellis, quien supo sintetizar con exactitud el por qué las personas nos perturbamos innecesariamente. ¿A quién de entre los que le conocimos personalmente, a través del correo electrónico, o su nutrida biografía no nos sacó de más de un apuro?

Como él dijo en más de una ocasión, aprendió más de los filósofos que de los psicólogos, y en 1955 creó la Terapia Racional Emotiva Conductual tras dejar una larga formación psicoanalítica. Empezó a realizar un tipo de terapia más breve y eficaz dirigida a la autoayuda, enseñando activamente a las personas para que pudiesen ser en el futuro sus propios terapeutas.

Ellis fue su propio laboratorio para sus teorías psicológicas, aplicándose a sí mismo lo que él decía. Por tanto, sus conocimientos no vienen tan solo de la lógica o razonamiento sino más bien de su propia experiencia. Por esta razón sus terapias funcionaron al dedillo, no sus mal interpretadas terapias – por supuesto – sacadas de su contexto.

Un terapeuta incansable y muy productivo, trabajando 14 horas diarias en la psicoterapia hasta el final de sus días y formando a estudiantes y profesionales de todo el mundo ¡pocos clínicos en la historia habrán trabajado con tantos pacientes y grupos como lo hizo él! Mantuvo su vitalidad y tesón hasta el final de su capacidad física.

Contactar con Ellis no era realmente difícil, porque probablemente fue uno de los psicólogos más accesibles que existieron. Nunca dejó de responder a ninguna de las treinta cartas que le enviamos ¿qué amigo íntimo no olvida responder alguna carta entre treinta? Ahí dejamos la pregunta y la breve reflexión.

Fue un gran humanista, enseñando activamente a las personas a sentirse valiosas por el mero hecho de ser y existir, y a no juzgarse ni condenarse a sí mismas.

También fue un hombre revolucionario en su profesión, tanto en la sexología como en la psicología, por lo que fue tildado muchas veces de controvertido y polémico. Sus acciones eran congruentes con lo que sentía y pensaba, por esta razón su vida refleja muy bien su teoría.

Fue un hombre y un terapeuta “auténtico”, y un genio, lo que el tiempo reconocerá.

Biografía

Nació el 1913 en Pittsburg y se crió en Nueva York donde residió toda su vida. En 1947 se sacó el Doctorado en la Universidad de Colombia y se formó en el psicoanálisis. Empezó su carrera profesional como consejero sexual y matrimonial y, en 1955, tras dejar la formación psicoanalítica, creó la Terapia Racional Emotiva Conductual, considerada hoy como el padre de las terapias cognitivas-conductuales de la actualidad. En el 2003, fue considerado por el APA como el segundo psicólogo más influyente en el siglo veinte, por detrás de Carl Rogers y por delante de Sigmund Freud. Escritor prolífero con más de 70 libros publicados y centenares de artículos e investigaciones, y un orador extraordinario con más de un centenar de conferencias y ponencias por todo el mundo. Actualmente era Presidente del Albert Ellis Institute de Nueva York, que fundó hace más de 50 años, y aún seguía trabajando en lo que era su vida.

Montserrat Calvo Artés, psicóloga Col . 2688, Advanced training on REBT

Francesc Sorribes Vall, psicólogo Col . 11700, Advanced training on REBT

José Luís Trujillo Valdivia, psicólogo, Col. 9760, Advanced training on REBT