

Nei ricordi di quasi tutte le persone ci sono **frasi** che, col tempo si sono rivelate **importanti**: frasi che hanno dato una svolta al modo di vivere, e che hanno costituito un **orientamento** nel comportamento, **sostituendosi alla tenacia e diventando abitudini** che si mettono in pratica senza sforzo. Sono state **frasi dette** nel **modo** giusto al **momento** giusto.

- Il **cambiamento** si fonda soprattutto su questo tipo di comunicazione: non lunghe prediche, non ragionamenti complicati, nemmeno spiegazioni.

Il cambiamento scatta quando la ricerca personale, sfinita dagli sforzi e dai fallimenti, incontra l'immagine della via che porta alla soluzione. Allora, l'intuizione, confrontando la propria esperienza con quella appresa dagli altri, riscopre la speranza, ed organizza le energie per riprendere con forza il lavoro necessario per arrivare a stare bene.

Per realizzare comunicazioni **capaci di ottenere il cambiamento**, occorre:

- Una buona conoscenza del funzionamento dell'essere umano e della psicologia in generale.
- Una buona conoscenza delle tecniche di comunicazione, per costruire un messaggio in modo che sia comprensibile ed efficace.

La possibilità di produrre il cambiamento in **una sola seduta** si fonda su due criteri fondamentali.

Il **primo** è costituito dalla **fondamentale positività** dell'essere umano: ciascuno, in se stesso, è **carico di doti positive**, che collaboreranno a dirigere il cambiamento verso la soluzione più idonea compatibilmente con la propria storia e con l'ambiente in cui vive.

Il **secondo** è costituito dal **tempo** e dall'**esperienza**. Proprio per la fondamentale positività della persona, che cerca di star bene, il **seme del cambiamento** elaborato durante la seduta troverà le opportunità **migliori**, relativamente alla persona, per svilupparsi in modo ottimale, nei tempi adeguati.

I **tempi fisiologici** del cambiamento completo sono circa 6 anni, uno più uno meno. Tipicamente, si impara a scrivere a 6 anni, ma solo a 12 la calligrafia diventa personalizzata: il vantaggio di aver imparato a scrivere comincia quasi subito, ma il percorso per adattare lo strumento alla propria personalità comporta circa 6 anni. Anche **la crisi matrimoniale del settimo anno** dipende, nella maggior parte dei casi, dall'aver imparato a vivere con una persona di sesso diverso: quando si ha imparato, dopo 6 anni, si comincia a pensare che la scelta del partner avrebbe potuto essere migliore.

La seduta "*Rent-a-Friend*" non fa eccezione: **il cambiamento inizia subito, ma diventa carattere della personalità, e quindi consolidato, solo dopo circa 6 anni**, sia che in quel periodo ci si veda una o più volte la settimana, sia che si affidi all'interessato la responsabilità del proprio cambiamento e del proprio star bene.