

Pascal Lannes

Maître praticien

Hypnose

Ericksonienne

Rencontre avec ce professionnel de santé ayant trente ans d'expérience dans ce domaine dont dix ans en clinique psychiatrique pour adolescents. Il nous explique en quoi consiste l'hypnose Ericksonienne qu'il pratique.

ZE mag : Quelles sont les principales indications de l'hypnose Ericksonienne ?

Pascal Lannes : L'hypnose Ericksonienne est indiquée dans la gestion du stress, des angoisses, des phobies, des troubles et blocages sexuels, des addictions telles que les jeux ou le tabac ainsi que dans les troubles du sommeil ou alimentaires pour ne citer que quelques unes.

ZM : Quel est votre rôle ?

Pascal Lannes : Je guide et j'aide les personnes à aller chercher le meilleur d'elles-mêmes. Je suis là pour leur permettre de trouver leurs propres ressources, les mettre en lumière et obtenir les changements désirés.

ZM : Combien de séances sont nécessaires, en général ?

Pascal Lannes : Le nombre de séances n'excède pas cinq visites et des résultats spectaculaires peuvent même être obtenus en seulement deux séances. Il s'agit d'une thérapie brève.

ZM : Pouvez-vous nous expliquer comment se déroule une séance ?

Pascal Lannes : Je commence toujours par une séance «découverte», ce temps d'écoute est nécessaire afin de comprendre la personne qui consulte. Cette première entrevue dure environ une heure et demie. Les suivantes entre une heure et deux heures, parfois d'avantage, je prends le temps qu'il faut.

ZM : Les enfants et les adolescents peuvent-ils aussi en bénéficier ?



Pascal Lannes : L'hypnose Ericksonienne est particulièrement indiquée dans les troubles de l'énurésie, des phobies scolaires, des tics, des tics, dans le cadre de la gestion du stress et d'un manque de confiance en soi. Elle donne de très bons résultats et en très peu de temps également.

ZM : Dans quel autre domaine êtes-vous spécialisé ?

Pascal Lannes : Dans la préparation mentale. Je suis professeur de karaté et de karaté-contact. Je pratique les arts martiaux depuis 35 ans et je mets à profit mon expérience et les connaissances acquises dans ce domaine au service des personnes qui le souhaitent.

ZM : Vous proposez également une aide au développement personnel ?

Pascal Lannes : Afin d'acquérir une meilleure connaissance de soi, valoriser ses potentiels et pourquoi pas réaliser ses rêves. J'aide les personnes à développer une pensée positive pour améliorer leurs fonctionnements et développer leur communication. Je leur fournis les clefs pour y parvenir.

ZM : Vous êtes un humaniste ?

Pascal Lannes : Je suis tout simplement dans une démarche de «transmission» et de pédagogie.

ZM : Merci pour toutes ces précisions et bonne continuation.

Pascal Lannes
Sur RDV
mont2-hypnose.fr
06 21 58 15 48