

NOMBRE DES SÉANCES PSYCHÉDÉLIQUES

À FAIRE	À ÉVITER
• S'appuyer sur le principe de parcimonie thérapeutique : une seule séance bien préparée et intégrée peut suffire à induire des effets durables. • Adapter le nombre de séances aux besoins cliniques individuels : diagnostic, réponse thérapeutique, stabilité psychique et capacité d'intégration doivent guider la décision. • Maintenir une logique de progression : commencer par une séance, puis envisager d'éventuelles répétitions selon les effets observés et la motivation du patient. • Prévoir un accompagnement renforcé entre les séances, afin de soutenir l'intégration et d'éviter que la recherche d'expériences répétées ne remplace le travail psychothérapeutique. • Utiliser les séances suivantes comme approfondissement du processus, et non comme répétition mécanique d'une expérience émotionnelle. • Tenir compte du rythme subjectif du patient, en respectant ses capacités d'élaboration psychique et émotionnelle avant toute nouvelle exposition. • Documenter systématiquement les effets à court et moyen terme pour guider les ajustements du protocole.	• Ne pas multiplier les séances sans justification clinique précise : un usage excessif peut fragmenter le processus au lieu de l'approfondir. • Ne pas confondre intensité de l'expérience et efficacité thérapeutique: la répétition n'équivaut pas à une transformation durable. • Ne pas planifier plusieurs séances d'avance sans évaluation intermédiaire, car chaque expérience modifie la trajectoire thérapeutique. • Ne pas céder à la demande du patient d'"en refaire" trop rapidement, surtout lorsque l'intégration psychique de la première séance est incomplète. • Ne pas utiliser la répétition comme palliatif à un travail d'intégration insuffisant. • Ne pas banaliser le caractère exceptionnel de chaque séance, qui doit rester un moment rare, hautement signifiant et encadré. • Ne pas ignorer les signes de dépendance au cadre expérientiel, parfois dissimulée derrière une quête de sens ou de "reconnexion".