

CHOIX DE LA SUBSTANCE

À FAIRE	À ÉVITER
• Expliquer clairement les différences principales : durée, intensité, effets secondaires, intégration post-séance. • Aider le patient à choisir en fonction de son profil personnel, de son histoire, de ses attentes et de ses capacités d'endurance psychique. • Prendre en compte les préférences subjectives du patient et du thérapeute. • Discuter de la durée de l'expérience : 8–12 h pour le LSD, 4–6 h pour la psilocybine, et ses implications logistiques et psychologiques. • Évaluer les contre-indications physiologiques (ex. : troubles cardiovasculaires, sensibilité gastro-intestinale). • Mentionner les effets secondaires possibles (stimulation mentale prolongée pour le LSD, nausées et activation cardiaque pour la psilocybine). • Vérifier les représentations personnelles et culturelles du patient (image du LSD vs. naturalité perçue de la psilocybine). • Intégrer dans la discussion des aspects économiques réalistes, notamment si plusieurs séances sont envisagées.	• Laisser le patient croire que le choix de la molécule détermine le succès du traitement. • Ignorer la durée de l'expérience et ses implications pratiques (fatigue, encadrement, logistique). • Sous-estimer les effets secondaires potentiels ou ne pas en parler ouvertement. • Négliger la dimension économique ou éviter d'en discuter avec le patient. • Renforcer les préjugés culturels ou médiatiques autour du LSD ou de la psilocybine. • Exclure le patient de la décision finale ou minimiser son ressenti et ses appréhensions. • Suggérer une substance sans vérifier la tolérance antérieure ou les expériences passées du patient. • Omettre de préparer psychologiquement le patient à la durée et à la variabilité de l'expérience. • Laisser entendre qu'une séance courte est forcément plus "sûre" ou qu'une longue est plus "efficace". • Négliger le rôle du thérapeute pendant et après la séance, au profit d'une discussion purement pharmacologique.

• Favoriser une décision partagée et argumentée, centrée sur la sécurité, la tolérance et la cohérence du parcours thérapeutique. • Rappeler que le cadre, l'accompagnement et l'intégration comptent davantage que la molécule elle-même. • Encourager une attitude exploratoire : considérer la première substance comme une étape, non un choix définitif. • Insister sur la nécessité d'un encadrement clinique strict et d'un suivi médical. • Documenter le raisonnement du choix dans le dossier clinique.	• Éviter de mentionner que les expériences subjectives entre LSD et psilocybine sont difficilement distinguables en dehors de la durée.
---	---