

CHOIX DES DOSES

À FAIRE	À ÉVITER
• Évaluer soigneusement la dose initiale en fonction de la sensibilité individuelle, de l'expérience préalable et des objectifs thérapeutiques. • Commencer avec une dose modérée (LSD : 100–125 µg ; psilocybine : 15–25 mg) afin d'assurer une expérience à la fois immersive et gérable. • Adapter la dose progressivement d'une séance à l'autre selon la réponse du patient (↑ ou ↓ de 25–50 µg LSD / 5–10 mg psilocybine). • Observer attentivement le retour subjectif du patient : intensité vécue, accès aux émotions, tolérance, sentiment d'incomplétude. • Documenter la justification clinique de chaque ajustement de dose dans le dossier. • Discuter avec le patient de la durée et de la dynamique attendue selon la substance (LSD plus long, psilocybine plus courte). • Informer sur les effets attendus et possibles : intensité émotionnelle, distorsions perceptuelles, dissolution de l'ego, anxiété passagère. • Soutenir une préparation renforcée avant toute augmentation de dose,	• Débuter avec des doses élevées sans connaître la tolérance du patient. • Fixer une dose identique pour tous les patients sans individualisation. • Baser le choix du dosage uniquement sur les études cliniques sans tenir compte du contexte psychothérapeutique réel. • Confondre intensité et efficacité : une expérience très forte n'est pas toujours plus thérapeutique. • Sous-doser systématiquement au point de priver le patient d'une expérience réellement transformative. • Augmenter brutalement la dose d'une séance à l'autre sans évaluation clinique approfondie. • Ignorer les effets secondaires (nausées, tachycardie, confusion temporaire, anxiété marquée). • Pousser le patient vers des doses plus fortes pour provoquer une "expérience mystique". • Laisser croire qu'il existe une "dose idéale" universelle ou une recette standardisée. • Négliger la préparation psychologique avant l'augmentation du dosage. • Augmenter la dose pour compenser un échec d'intégration

et une intégration approfondie après les séances plus intenses. • Tenir compte de l'état psychologique du patient : anxiété, contrôle, rigidité cognitive ou affective. • Adapter la dose aux objectifs thérapeutiques : introspection modérée ou exploration plus profonde/mystique. • Maintenir un cadre clinique strict avec surveillance médicale et soutien continu. • Valoriser la progressivité et la sécurité, en expliquant qu'une montée graduelle maximise les bénéfices thérapeutiques. • Utiliser la dose comme outil thérapeutique, non comme indicateur de courage ou de compétence. • Préparer l'équipe à gérer les effets intenses, notamment lors des doses élevées (200 µg LSD ou 30–35 mg psilocybine). • Encourager la verbalisation post-séance pour ancrer les apprentissages émotionnels et réduire le risque de désorganisation psychique.	• Ignorer les signaux de surcharge psychique observés lors des séances précédentes. • Se fier exclusivement à la demande du patient sans analyse clinique. • Utiliser des doses très élevées (>300 µg LSD ou >40 mg psilocybine) en dehors d'un cadre exceptionnel et rigoureusement encadré. • Négliger le suivi post-expérience après une séance à forte intensité émotionnelle ou mystique.
--	---