

DÉFIS DANS LA POURSUITE DE LA PSYCHOTHÉRAPIE

À FAIRE	À ÉVITER
• Aider le patient à nommer le décalage entre son évolution intérieure et son cadre de vie actuel, pour éviter la confusion et le repli. • Soutenir un réajustement progressif entre changement intérieur et environnement, en distinguant ce qui peut évoluer rapidement de ce qui demande du temps. • Accompagner les conflits de loyauté en explorant leurs origines internes et relationnelles, et en favorisant un repositionnement souple et respectueux. • Encourager une communication sélective et réfléchie de l'expérience à l'entourage : savoir à qui en parler, quand, et dans quelle mesure. • Accueillir avec bienveillance l'ambivalence envers la thérapie classique, et adapter le cadre (rythme, outils, objectifs) en conséquence. • Favoriser une réévaluation des engagements et choix de vie à un rythme réaliste, sans précipitation ni blocage. • Rappeler que la transformation est un processus, avec des allers-retours, et valoriser les progrès même partiels. • Explorer les motivations profondes derrière la demande éventuelle de nouvelle séance, et examiner sa pertinence clinique avec rigueur.	• Pousser à des changements de vie rapides ou radicaux sous l'effet de l'euphorie post-expérience. • Ignorer ou minimiser la discordance entre transformation intérieure et contraintes extérieures, source de frustration. • Encourager des ruptures familiales ou sociales hâtives sous prétexte d'authenticité ou de liberté retrouvée. • Valider sans réflexion la volonté de répéter l'expérience psychédélique sans évaluation clinique approfondie. • Céder à la pression du résultat immédiat ou à la croyance qu'un changement extérieur suffira à tout résoudre. • Confondre intégration et perfection : rappeler que la réapparition d'anciens comportements n'invalide pas le progrès accompli.

