

Code de conduite pour les retraites psychédéliques

Pilier Therapy and Care

Normes éthiques et principes de sécurité que toute retraite psychédélique responsable se doit de respecter – Un cadre de référence pour les participants, les accompagnants et les organisateurs

Sommaire

- 1 Transparence et intégrité
- 2 Sélection et sécurité
- 3 Préparation des participants
- 4 Éthique et limites des accompagnants
- 5 Cadre et contexte
- 6 Intégration et suivi
- 7 Droits et responsabilités des participants
- 8 Signaux d'alerte : signes avant-coureurs

Les expériences psychédéliques, qu'elles soient entreprises à des fins de développement personnel, d'exploration spirituelle ou à des fins thérapeutiques, impliquent **des états profonds de vulnérabilité psychologique**. Cette vulnérabilité confère des responsabilités éthiques extraordinaires à ceux qui encadrent ces expériences.

Le présent code de conduite définit les normes minimales que la PSBE considère comme essentielles pour toute retraite ou cérémonie impliquant des substances psychédéliques. Il est destiné à servir de ressource aux participants qui évaluent les offres de retraites, aux accompagnants qui s'efforcent d'adopter une pratique éthique, ainsi qu'à la communauté au sens large qui œuvre à l'intégration responsable des psychédéliques dans la société.

Contexte juridique. En Belgique et dans la plupart des juridictions européennes, la possession, la distribution et l'administration de substances psychédéliques classiques restent illégales. Ce document ne constitue en aucun cas une incitation à consommer ou à fournir des substances illégales. Il existe parce que dans les faits, des personnes participent à des retraites psychédéliques, et la PSBE estime que la réduction des risques grâce à des normes éthiques claires sert l'intérêt général, quel que soit le cadre juridique en vigueur.

Champ d'application. Ce document traite principalement des contextes de retraites où des accompagnants créent un espace pour les participants. Ces principes s'appliquent que le contexte soit thérapeutique, cérémoniel ou axé sur le développement personnel. Un document complémentaire pourrait aborder plus en détail les contextes cérémoniels traditionnels ou chamaniques.

Ce document s'appuie sur la Charte des valeurs et le Manuel de réduction des risques de la Société psychédélique française, le Code de déontologie de MAPS pour la psychothérapie psychédélique, le Code de déontologie et de conduite du Synthesis Institute, ainsi que sur les cadres éthiques de l'Association psychédélique du Canada et du Council on Spiritual Practices. Il s'agit d'un document évolutif, susceptible d'être révisé à mesure que notre compréhension collective évolue.

1 Transparence et intégrité

Nous agissons en toute conscience. Toute connaissance est partielle et faillible.

- **Pas de prosélytisme.** La retraite ne doit pas chercher à convertir les participants à un dogme, une religion, une idéologie ou un système de croyances spécifiques. Des cadres spirituels ou philosophiques peuvent être proposés à titre de contexte, mais jamais en tant que doctrine.
- **Diversité et inclusivité.** La retraite doit accueillir et prendre en compte la diversité des croyances, des pratiques spirituelles, des origines culturelles et des orientations personnelles. Aucun participant ne doit se sentir exclu ni subir de pression pour adopter une vision du monde particulière.
- **Honnêteté quant aux attentes.** Les accompagnants doivent faire preuve de transparence quant au statut juridique des substances utilisées et se montrer réalistes quant aux bienfaits potentiels, en se basant sur l'état actuel des connaissances scientifiques. Aucune retraite ne doit promettre de remèdes miracles, de guérison garantie ou de résultats spécifiques.
- **Pas de publicité excessive ou trop prometteuse.** Les supports marketing doivent refléter fidèlement l'expérience proposée par la retraite. Les affirmations exagérées concernant les bienfaits thérapeutiques, la transformation ou l'éveil spirituel sont trompeuses et potentiellement nuisibles.
- **Humilité intellectuelle.** Les accompagnants doivent reconnaître les limites de leurs connaissances et de leur formation. Le domaine de la science des psychédéliques est encore en plein essor ; toute certitude est prématurée, et l'humilité est un signe de compétence, et non de faiblesse.
- **Transparence sur les méthodes et les qualifications.** Les participants ont le droit de connaître les qualifications, la formation et l'expérience de tous les accompagnants, ainsi que les substances, les dosages et les protocoles utilisés.
- **Transparence financière.** Les coûts, ce qui est inclus et ce qui est exclu doivent être clairement communiqués à l'avance. Les techniques de vente agressives ou les structures tarifaires opaques sont inacceptables.

2 Sélection et sécurité

Avant la retraite : la réduction des risques commence par l'information.

Une organisation responsable doit procéder à une sélection rigoureuse afin d'identifier les contre-indications et d'évaluer l'adéquation de la participation. Au minimum, cette sélection doit porter sur :

Antécédents psychiatriques et psychologiques

- Antécédents personnels ou familiaux d'épisodes psychotiques (par exemple, troubles du spectre schizophrénique, trouble bipolaire).
- Épisodes récents de manie, de crise psychiatrique aiguë ou de troubles dissociatifs graves.
- Évaluation du risque suicidaire.
- Expériences antérieures avec des substances psychédéliques, y compris toute réaction difficile ou indésirable.

Santé physique

- Problèmes cardiovasculaires (hypertension, cardiopathies, arythmies), troubles hépatiques ou rénaux, épilepsie et toute autre contre-indication médicale pertinente.
- Grossesse ou allaitement.

Interactions médicamenteuses et alimentaires

- Médicaments pris actuellement, en accordant une attention particulière aux antidépresseurs (ISRS, IRSN, IMAO, lithium), aux antipsychotiques et aux stimulants, afin de prévenir des affections potentiellement mortelles telles que le syndrome sérotoninergique ou la crise hypertensive.
- Restrictions alimentaires et interactions alimentaires pertinentes pour le protocole spécifique à la substance (par exemple, aliments contenant de la tyramine dans le cadre de l'ayahuasca/des IMAO).
- Consommation d'autres substances psychoactives, y compris l'alcool et le cannabis.

Lorsque des contre-indications sont identifiées, l'organisation de la retraite a le devoir de refuser la participation ou d'exiger l'avis d'un professionnel de santé qualifié. L'absence de tout processus de dépistage constitue un signal d'alerte grave.

3 Préparation des participants

L'expérience commence bien avant la séance proprement dite.

- **Des consignes de préparation claires.** Les participants doivent recevoir des instructions explicites sur la manière de se préparer physiquement et psychologiquement à la retraite, notamment en matière d'alimentation, de sommeil, d'abstinence de substances et de préparation émotionnelle.
- **Définition de l'intention.** La retraite doit aider les participants à clarifier leur intention personnelle (le « set »), idéalement lors d'un entretien préparatoire individuel avec un accompagnant.
- **Établissement d'un lien thérapeutique.** Un contact préalable entre l'accompagnant et le participant contribue à instaurer un climat de sécurité relationnelle et de confiance. Ce lien constitue le fondement d'un sentiment de sécurité pendant l'expérience elle-même.
- **Consentement éclairé.** Les participants doivent recevoir une description claire et écrite de l'expérience, des substances utilisées, des risques et avantages potentiels, ainsi que des protocoles en vigueur, et doivent donner leur consentement explicite avant de participer.

4 Éthique et limites de l'accompagnant

Pendant et après la retraite : animer l'espace avec bienveillance et sobriété.

Sobriété et présence

- Au moins un accompagnant désigné doit rester totalement sobre et attentif à tout moment pendant une séance afin d'assurer la sécurité physique du groupe.
- Les accompagnants qui consomment des substances aux côtés des participants sans la présence d'un superviseur sobre manquent à leur devoir de diligence.
- *Remarque* : dans le contexte spécifique des cérémonies chamaniques traditionnelles, le chef de cérémonie peut consommer la substance dans le cadre de sa pratique. Même dans ce cadre, une personne de soutien sobre doit être présente pour veiller à la sécurité physique des participants.

Consentement et contact physique

- Les états psychédéliques s'accompagnent d'une suggestibilité accrue et d'une grande ouverture émotionnelle. Il est donc essentiel de fixer des limites strictes en matière de contact physique.
- Tout contact physique, même à des fins de réconfort ou d'apaisement, doit faire l'objet d'un accord explicite préalable lors de la phase préparatoire. Un consentement explicite doit être sollicité en permanence tout au long de la séance, car l'état et les besoins du participant peuvent évoluer.
- Les accompagnants ne doivent en aucun cas exploiter l'état altéré d'un participant à des fins de satisfaction sexuelle, financière, émotionnelle ou de pouvoir. Toute forme de contact sexuel entre l'accompagnant et le participant constitue une grave violation éthique, quel que soit le consentement perçu pendant la séance.

Dynamiques de pouvoir et autonomie

- L'objectif ultime de la retraite est l'autonomie et l'autonomisation du participant, et non sa dépendance vis-à-vis de l'accompagnant, de la méthode ou de l'organisation.
- Les accompagnants doivent être conscients des dynamiques de transfert et de contre-transfert et doivent solliciter une supervision ou une consultation entre pairs lorsque celles-ci se manifestent.
- Toute prétention à une autorité particulière, à une supériorité spirituelle ou au statut de « gourou » est incompatible avec une pratique éthique.

Séparation des relations

- Les accompagnants doivent tout mettre en œuvre pour éviter tout chevauchement entre les relations thérapeutiques, professionnelles et personnelles avec les participants. Les relations duales compromettent le cadre éthique et créent un risque d'exploitation.
- Lorsque les relations duales sont inévitables (par exemple dans les petites communautés), cela doit être reconnu en toute transparence et des mesures de protection supplémentaires doivent être mises en place.

Confidentialité

- Ce que les participants partagent pendant la retraite doit être traité de manière strictement confidentielle.
- Toute exception à la confidentialité (par exemple, en cas de risque de préjudice pour soi-même ou pour autrui) doit être clairement expliquée lors de la phase de préparation.

Supervision et responsabilité professionnelle

- **Les thérapeutes et accompagnants proposant des expériences assistées par des substances psychédéliques doivent bénéficier d'une supervision clinique régulière.** Ce n'est pas facultatif.

Travailler avec des états de conscience non ordinaires expose les accompagnants à des contenus émotionnels intenses, à des dynamiques de transfert complexes et à des zones d'ombre éthiques qu'il est impossible de gérer seul.

- La supervision doit être assurée par un professionnel qualifié disposant d'une expérience pertinente dans le domaine des pratiques assistées par des substances psychédéliques ou, au minimum, dans l'accompagnement d'états de conscience non ordinaires (par exemple, la respiration holotropique, la thérapie assistée par la MDMA, la psychothérapie profonde).
- Les accompagnants doivent également participer régulièrement à des groupes de consultation ou d'évaluation par les pairs, afin de créer une culture de responsabilité mutuelle et de pratique réflexive.
- Les accompagnants doivent s'engager à suivre un développement professionnel continu et une formation continue dans le domaine en constante évolution de la science et de l'éthique psychédéliques.

Prise en charge de soi et conscience de soi chez les accompagnants

- Les accompagnants ont la responsabilité de veiller à leur propre bien-être psychologique, émotionnel et physique. Travailler avec des états modifiés est exigeant, et un épuisement professionnel non reconnu, une crise personnelle ou des expériences non assimilées peuvent compromettre la sécurité des participants.
- Les accompagnants doivent bénéficier d'un accompagnement thérapeutique ou d'une supervision personnelle, distincte de la supervision professionnelle mentionnée ci-dessus.
- Un accompagnant qui n'est pas en état d'animer une séance doit se mettre en retrait et s'assurer qu'un remplaçant approprié prend le relais, sans honte ni stigmatisation.

5 Cadre et environnement

L'environnement façonne l'expérience.

Sécurité physique

- L'espace doit être sécurisé, calme et privé, avec des mesures appropriées pour empêcher les participants de s'éloigner ou de se blesser par inadvertance.
- Les besoins fondamentaux (eau, nourriture, toilettes propres, régulation de la température et espaces de repos confortables) doivent être accessibles facilement et en permanence.

Sécurité psychologique

- L'atmosphère doit être accueillante, exempte de tout jugement et libre de toute pression liée à la performance, à la conformité ou à l'obtention de résultats particuliers.
- Les participants doivent se sentir libres d'exprimer tout ce qui leur vient à l'esprit, y compris la peur, le chagrin, la confusion ou le silence, sans être pathologisés ou ignorés.

Protocoles d'urgence

- Les accompagnants doivent être formés pour accompagner les expériences difficiles (« voyages difficiles ») avec empathie, présence sereine et réconfort non directif.
- Un protocole d'urgence médicale clair doit être en place, incluant la possibilité de contacter à tout moment les services d'urgence externes.

- Idéalement, au moins un membre du personnel devrait avoir suivi une formation aux premiers secours (premiers soins, RCP).
- Les coordonnées d'un contact d'urgence doivent être recueillies pour chaque participant lors de la procédure d'accueil.
- Il ne faut jamais interdire aux participants de contacter le monde extérieur en cas d'urgence.
- Une trousse de premiers secours et, le cas échéant, des médicaments d'urgence doivent être disponibles sur place.

6 Intégration et suivi

Après la retraite : c'est là que commence le véritable travail.

- **Débriefing post-expérience.** La retraite doit prévoir un temps structuré dédié à l'intégration, afin d'aider les participants à donner un sens à leur expérience une fois que les effets immédiats se sont estompés. Cela peut inclure des cercles de partage en groupe, quelques séances individuelles avec un accompagnant ou des activités d'expression créative.
- **Disponibilité continue.** Les accompagnants doivent rester joignables par téléphone ou par d'autres moyens convenus pendant une période définie après la retraite, en particulier pour les participants qui pourraient avoir besoin d'aide pour assimiler leur expérience.
- **Accompagnement de suivi et orientation vers des ressources.** La retraite doit fournir des ressources, des orientations ou des contacts pour un accompagnement thérapeutique continu, en particulier pour les participants susceptibles de rencontrer des difficultés différées, des bouleversements émotionnels ou une désorientation ontologique dans les jours ou les semaines qui suivent.
- **La thérapie individuelle est encouragée.** Les participants sont invités à s'adjoindre les services d'un thérapeute ou d'un accompagnateur personnel qui leur servira de point d'ancrage, une personne vers laquelle ils pourront se tourner en dehors du cadre de la retraite pour poursuivre leur travail d'intégration.
- **Cadrage réaliste.** Les participants doivent être informés que les expériences psychédéliques soulèvent parfois plus de questions qu'elles n'apportent de réponses, et que l'intégration est un processus graduel, et non un événement ponctuel.
- **Communauté de soutien.** Dans la mesure du possible, des cercles de soutien par les pairs ou des groupes d'intégration devraient être proposés ou recommandés aux participants après la retraite.

7 Droits et responsabilités des participants

Une éthique commune du soin.

Les participants ont le droit de

- recevoir des informations complètes et honnêtes sur les substances, les dosages, les risques et les protocoles avant de donner leur consentement à la participation ;
- retirer leur consentement ou quitter la retraite à tout moment, sans contrainte ni sanction.
- refuser tout contact physique, toute intervention ou toute activité ;

- bénéficier du respect de la vie privée et de la confidentialité concernant leur participation et tout ce qui est partagé pendant la retraite ;
- accéder à tout moment à des moyens de communication d'urgence et à des services médicaux.

Les participants sont encouragés à

- divulguer en toute honnêteté leurs antécédents médicaux et psychologiques pertinents lors de la procédure de sélection ;
- respecter la confidentialité et les limites des autres participants ;
- s'investir dans les phases de préparation et d'intégration avec autant de sérieux que dans l'expérience elle-même ;
- communiquer ouvertement avec les accompagnants au sujet de leurs besoins, de leurs préoccupations ou de leur malaise avant, pendant et après la séance.

⚠ Signaux d'alerte : signes avant-coureurs

Faites preuve d'une extrême prudence face à toute retraite qui :

- **n'exige pas de formulaire de dépistage médical ou psychologique** avant la participation ;
- **interdit tout contact avec le monde extérieur** ou restreint l'accès aux téléphones personnels de manière à empêcher toute communication d'urgence ;
- prétend que sa méthode est la « **seule vérité** » ou exige une obéissance absolue à un leader ou à une doctrine ;
- fait appel à des accompagnants qui **consomment des substances aux côtés des participants** sans la présence d'un superviseur sobre ;
- **promet des résultats garantis**, tels que la guérison de la dépression, d'une addiction ou d'un traumatisme en une seule séance ;
- refuse de divulguer **l'identité, les qualifications ou la formation** de ses accompagnants ;
- **manque de clarté concernant les frais financiers** : tarification opaque, coûts cachés ou tactiques de vente agressives visant à inciter à l'achat de services supplémentaires ;
- propose **des expériences psychédéliques de dernière minute** ajoutées au programme initial sans sélection préalable, préparation adéquate ni consentement éclairé ;
- recourt à **la pression des pairs** pour contraindre à la participation, décourager le retrait ou faire honte à ceux qui hésitent ;
- **ne fait preuve d'aucun respect clair ou constant du consentement**, notamment en ce qui concerne le contact physique, la participation aux activités ou le droit de se retirer ;
- permet ou encourage un **mélange inapproprié entre psychédéliques et sexualité**, y compris des rituels sexuels ou des dynamiques sexualisées pendant les séances ;
- fait preuve d'un **manque général de respect des limites**, qu'elles soient physiques, émotionnelles ou relationnelles ;
- ne dispose d'aucun **protocole d'urgence clair** ni d'aucun accès à une assistance médicale ;
- décourage les participants de rechercher **un soutien thérapeutique extérieur** ou un deuxième avis ;
- dispose d'accompagnants qui exercent **sans aucune forme de supervision clinique**, de responsabilité entre pairs ou de contrôle professionnel ;

- **banalise ou rejette les expériences difficiles** des participants en les qualifiant de « résistance » ou d'échec spirituel.

Mentions légales

Statut juridique des substances psychédéliques en Belgique.

Les lecteurs doivent savoir qu'en vertu de la législation belge en vigueur, la plupart des substances psychédéliques sont classées comme substances psychotropes illégales. Ces substances figurent dans les annexes de l'arrêté royal du 6 septembre 2017 relatif aux stupéfiants et aux substances psychotropes.

Par conséquent, **l'importation, l'exportation, la fabrication, la production, le transport, la détention, la vente, la mise en vente, la fourniture, la livraison ou l'acquisition** de telles substances peuvent constituer des infractions pénales en vertu de la législation belge et être passibles de sanctions pénales. La législation belge peut également considérer comme des infractions pénales la **facilitation, l'encouragement ou l'organisation de la consommation de substances illégales**.

En outre, les professionnels de santé s'exposent à **des conséquences professionnelles et juridiques** s'il s'avère qu'ils font un usage abusif ou qu'ils prescrivent, administrent ou facilitent de manière inappropriée l'usage de substances susceptibles d'engendrer ou d'entretenir une dépendance en dehors des cadres médicaux légalement autorisés.

Le présent document a un caractère **purement éducatif et consultatif**. Il présente des considérations éthiques, des principes de sécurité et des perspectives de réduction des risques, destinés à alimenter le débat international plus large sur les pratiques psychédéliques. Il **ne vise ni à promouvoir, ni à encourager, ni à organiser des activités illégales, ni à fournir des conseils pour s'y livrer**, et ne constitue en aucun cas un avis juridique, médical ou thérapeutique.

Il incombe aux lecteurs de comprendre et de respecter les lois et réglementations applicables dans leur juridiction. La législation relative aux substances psychédéliques varient considérablement d'un pays à l'autre et peuvent évoluer au fil du temps.

Les auteurs et éditeurs du présent document **déclinent toute responsabilité quant aux agissements de personnes ou d'organisations qui pourraient interpréter ou utiliser ce contenu en dehors des cadres juridiques applicables.**

Sources et inspiration

- Société Psychédélique Française : Charte des valeurs (2022) & Psychédéliques : Manuel de réduction des risques
- MAPS Public Benefit Corporation : Code of Ethics for Psychedelic Psychotherapy (2022)
- Synthesis Institute : Practitioner Code of Ethics and Conduct (2024)
- Psychedelic Association of Canada: Code of Ethics
- Council on Spiritual Practices : Code of Ethics for Spiritual Guides

Publié par PSBE, pilier Therapy & Care. Ce document est évolutif et fait l'objet de révisions périodiques. Dernière mise à jour : septembre 2026.