
Gedragcode voor psychedelische retraites

T h e r a p y & C a r e

Ethische normen en veiligheidsprincipes die elke verantwoorde psychedelische retraite in acht hoort te nemen – Een kader voor deelnemers, begeleiders en organisatoren

Inhoud

- 1 Transparantie en integriteit
 - 2 Screening en veiligheid
 - 3 Voorbereiding voor deelnemers
 - 4 Ethiek en grenzen voor begeleiders
 - 5 Omgeving en context
 - 6 Integratie en nazorg
 - 7 Rechten en verantwoordelijkheden van deelnemers
 - 8 Rode vlaggen: waarschuwingssignalen
-

Psychedelische ervaringen, of ze nu worden ondernomen voor persoonlijke groei, spirituele verkenning of therapeutische doeleinden, brengen **diepgaande toestanden van psychologische kwetsbaarheid** met zich mee. Deze kwetsbaarheid legt buitengewone ethische verantwoordelijkheden op de schouders van degenen die deze ervaring faciliteren.

Deze gedragscode beschrijft de minimumnormen die PSBE essentieel acht voor elke retraite of ceremoniële setting waarbij psychedelische middelen worden gebruikt. De code is bedoeld als hulpmiddel voor deelnemers die retraite-aanbiedingen beoordelen, voor begeleiders die streven naar ethische praktijkvoering, en voor de bredere gemeenschap die zich inzet voor een verantwoorde integratie van psychedelica in de samenleving.

Juridische context. In België en in de meeste Europese rechtsgebieden blijven het bezit, de distributie en de toediening van klassieke psychedelische middelen illegaal. Dit document vormt geen aanmoediging tot het gebruik of het verstrekken van illegale middelen. Het bestaat omdat mensen wel degelijk deelnemen aan psychedelische retraites, en PSBE is van mening dat schadebeperking door middel van duidelijke ethische normen het algemeen belang dient, ongeacht het huidige wettelijke kader.

Toepassingsgebied. Dit document richt zich voornamelijk op retraiteomgevingen waar begeleiders een veilige, dragende ruimte bieden aan deelnemers. De principes zijn van toepassing ongeacht of de context therapeutisch, ceremonieel of gericht op persoonlijke ontwikkeling is. Een aanvullend document kan dieper ingaan op traditionele of sjamanistische ceremoniële contexten.

Dit document is gebaseerd op het Waardencharter en het Handboek voor risicobeperking van de Société Psychédélifique Française, de Code of Ethics for Psychedelic Psychotherapy van MAPS, de Code of Ethics and Conduct van het Synthesis Institute, en de ethische kaders van de Psychedelic Association of Canada en de Council on Spiritual Practices. Het is een levend document, dat kan worden herzien naarmate ons collectieve begrip zich ontwikkelt.

1 Transparantie & Integriteit

We handelen naar ons geweten. Alle kennis is gedeeltelijk en feilbaar.

- **Geen bekering.** De retraite mag niet tot doel hebben deelnemers te bekeren tot een specifiek dogma, een religie, een ideologie of een geloofssysteem. Spirituele of filosofische kaders mogen worden aangeboden als context, maar nooit als doctrine.
- **Diversiteit en inclusiviteit.** De retraite moet een diversiteit aan overtuigingen, spirituele praktijken, culturele achtergronden en persoonlijke oriëntaties verwelkomen en ruimte bieden. Geen enkele deelnemer mag zich buitengesloten voelen of onder druk gezet worden om een bepaald wereldbeeld aan te nemen.
- **Eerlijkheid over verwachtingen.** Begeleiders moeten transparant zijn over de wettelijke status van de gebruikte middelen en realistisch zijn over mogelijke voordelen op basis van de huidige stand van de wetenschappelijke kennis. Geen enkele retraite mag wondergenezingen, gegarandeerde genezing of specifieke resultaten beloven.
- **Geen buitensporige of overdreven beloftevolle reclame.** Marketingmateriaal moet de retraite-ervaring nauwkeurig weergeven. Overdreven beweringen over therapeutische voordelen, transformatie of spiritueel ontwaken zijn misleidend en potentieel schadelijk.
- **Intellectuele nederigheid.** Begeleiders moeten de grenzen van hun kennis en opleiding erkennen. Het vakgebied van de psychedelische wetenschap is nog in volle groei; zekerheid is voorbarig, en nederigheid is een teken van competentie, niet van zwakte.
- **Transparantie over methoden en referenties.** Deelnemers hebben het recht om de kwalificaties, opleiding en ervaring van alle begeleiders te kennen, evenals de gebruikte stoffen, doseringen en protocollen.
- **Financiële transparantie.** Kosten, inbegrepen en uitgesloten zaken moeten vooraf duidelijk worden gecommuniceerd. Agressieve upselling of ondoorzichtige prijsstructuren zijn onaanvaardbaar.

2 Screening & veiligheid

Vóór de retraite: het verminderen van risico's begint met informatie.

Een verantwoordelijke organisatie moet een grondige screening uitvoeren om contra-indicaties te identificeren en te beoordelen of deelname geschikt is. De screening moet minimaal het volgende omvatten:

Psychiatrische en psychologische voorgeschiedenis

- Persoonlijke of familiale voorgeschiedenis van psychotische episodes (bijv. schizofreniespectrum, bipolaire stoornis).
- Recente episodes van manie, acute psychiatrische crises of ernstige dissociatieve aandoeningen.
- Beoordeling van het risico op suïcide.
- Eerdere ervaringen met psychedelica, inclusief eventuele moeilijke of bijwerkingen.

Lichamelijke gezondheid

- Hart- en vaataandoeningen (hypertensie, hartziekten, hartritmestoornissen), lever- of nieraandoeningen, epilepsie en andere relevante medische contra-indicaties.
- Zwangerschap of borstvoeding.

Interacties met medicatie en voedingsmiddelen

- Huidige medicatie, met speciale aandacht voor antidepressiva (SSRI's, SNRI's, MAO-remmers, lithium), antipsychotica en stimulerende middelen, om potentieel levensbedreigende aandoeningen zoals het serotoninesyndroom of een hypertensieve crisis te voorkomen.
- Dieetbeperkingen en interacties met voedingsmiddelen die relevant zijn voor het specifieke protocol voor de betreffende stof (bijv. tyraminehoudende voedingsmiddelen in de context van ayahuasca/MAO-remmers).
- Gebruik van andere psychoactieve middelen, waaronder alcohol en cannabis.

Wanneer er contra-indicaties worden vastgesteld, is de retraiteorganisatie verplicht deelname te weigeren of toestemming te vragen aan een gekwalificeerde gezondheidsprofessional. Het ontbreken van een screeningproces is een ernstige rode vlag.

3 Voorbereiding voor deelnemers

De ervaring begint al lang vóór de sessie zelf.

- **Duidelijke voorbereidingsrichtlijnen.** Deelnemers moeten expliciete instructies krijgen over hoe ze zich fysiek en psychologisch op de retraite kunnen voorbereiden, inclusief voedingsaanbevelingen, slaap, onthouding van middelen en emotionele paraatheid.
- **Het vastleggen van de intentie.** De retraite moet deelnemers begeleiden bij het verduidelijken van hun persoonlijke intentie (de 'set'), idealiter via een individueel voorbereidend gesprek met een begeleider.
- **Het opbouwen van een therapeutische band.** Voorafgaand contact tussen de begeleider en de deelnemer helpt bij het opbouwen van relationele veiligheid en vertrouwen. Deze band vormt de basis voor een gevoel van geborgenheid tijdens de ervaring zelf.
- **Geïnformeerde toestemming.** Deelnemers moeten een duidelijke, schriftelijke beschrijving ontvangen van de ervaring, de betrokken middelen, de mogelijke risico's en voordelen, en de geldende protocollen, en moeten hun uitdrukkelijke toestemming geven alvorens verder te gaan.

4 Ethiek en grenzen van de begeleider

Tijdens en na de retraite: de ruimte met zorg en nuchterheid bewaken.

Nuchterheid en aanwezigheid

- Ten minste één aangewezen begeleider moet tijdens een sessie te allen tijde volledig nuchter en aandachtig blijven om de fysieke veiligheid van de groep te waarborgen.
- Begeleiders die samen met deelnemers middelen gebruiken zonder dat er een nuchtere toezichthouder aanwezig is, verzuimen hun zorgplicht.
- *Opmerking:* In de specifieke context van traditionele sjamanistische ceremonies mag de ceremoniële leider de stof gebruiken als onderdeel van zijn of haar praktijk. Zelfs in deze setting moet er een nuchtere ondersteuner aanwezig zijn om toe te zien op de fysieke veiligheid van de deelnemers.

Toestemming en lichamelijk contact

- Psychedelische toestanden gaan gepaard met verhoogde beïnvloedbaarheid en emotionele openheid. Strikte grenzen rond lichamelijk contact zijn daarom essentieel.
- Elk fysiek contact, zelfs ter geruststelling of troost, moet vooraf tijdens de voorbereidingsfase expliciet worden overeengekomen. Gedurende de hele sessie moet voortdurend om expliciete toestemming worden gevraagd, aangezien de toestand en behoeften van de deelnemer kunnen veranderen.
- Begeleiders mogen de veranderde toestand van een deelnemer nooit misbruiken voor seksuele, financiële, emotionele of machtsbevrediging. Elke vorm van seksueel contact tussen begeleider en deelnemer is een ernstige ethische schending, ongeacht of er tijdens de sessie sprake lijkt te zijn van toestemming.

Machtsverhoudingen & autonomie

- Het uiteindelijke doel van de retraite is de autonomie en empowerment van de deelnemer, niet afhankelijkheid van de begeleider, de methode of de organisatie.
- Begeleiders moeten zich bewust zijn van overdrachts- en tegenoverdrachtdynamieken en moeten supervisie of overleg met collega's zoeken wanneer deze zich voordoen.
- Beweringen van bijzondere autoriteit, spirituele superioriteit of de status van 'goeroe' zijn onverenigbaar met ethische praktijkvoering.

Scheiding van relaties

- Begeleiders moeten hun uiterste best doen om overlapping tussen therapeutische, professionele en persoonlijke relaties met deelnemers te vermijden. Dubbele relaties brengen het ethisch kader in gevaar en creëren de mogelijkheid tot uitbuiting.
- Wanneer dubbele relaties onvermijdelijk zijn (bijvoorbeeld in kleine gemeenschappen), dient dit op transparante wijze te worden erkend en moeten aanvullende waarborgen worden ingesteld.

Vertrouwelijkheid

- Wat deelnemers tijdens de retraite delen, moet strikt vertrouwelijk worden behandeld.
- Eventuele uitzonderingen op de vertrouwelijkheid (bijvoorbeeld bij risico op schade aan zichzelf of anderen) moeten tijdens de voorbereidingsfase duidelijk worden uitgelegd.

Supervisie en professionele verantwoordelijkheid

- **Therapeuten en begeleiders die psychedelisch ondersteunde ervaringen aanbieden, moeten regelmatig klinische supervisie ondergaan.** Dit is niet optioneel. Het werken met buitengewone bewustzijnstoestanden stelt begeleiders bloot aan intens emotioneel materiaal, complexe overdrachtdynamieken en ethische grijze zones die niet in isolatie kunnen worden genavigeerd.
- Supervisie moet worden verzorgd door een gekwalificeerde professional met relevante ervaring in psychedelisch begeleid werk of, op zijn minst, in het begeleiden van buitengewone bewustzijnstoestanden (bijvoorbeeld holotropische ademhaling, MDMA-ondersteunde therapie, dieptepsychotherapie).
- Begeleiders moeten ook regelmatig deelnemen aan collegiale consultatie of peer review-groepen, om zo een cultuur van wederzijdse verantwoordelijkheid en reflectieve praktijk te creëren.
- Begeleiders moeten zich inzetten voor voortdurende professionele ontwikkeling en bijscholing op het zich ontwikkelende gebied van psychedelische wetenschap en ethiek.

Zelfzorg en zelfbewustzijn van begeleiders

- Begeleiders hebben de verantwoordelijkheid om hun eigen psychologische, emotionele en fysieke welzijn in de gaten te houden. Het werken met veranderde bewustzijnstoestanden is veeleisend, en onopgemerkte burn-out, persoonlijke crises of onverwerkt materiaal kunnen de veiligheid van deelnemers in gevaar brengen.
- Begeleiders dienen hun eigen persoonlijke therapie of supervisie te volgen, los van de hierboven genoemde professionele supervisie.
- Een begeleider die niet in staat is om de ruimte te houden, moet een stap terug doen en zorgen voor passende vervanging, zonder schaamte of stigma.

5 Set & Setting

De omgeving bepaalt de ervaring.

Fysieke veiligheid

- De ruimte moet veilig, rustig en privé zijn, met passende maatregelen om te voorkomen dat deelnemers gaan zwerven of zichzelf onbedoeld letsel toebrengen.
- Basisbehoeften (water, eten, schone toiletten, temperatuurregeling en comfortabele rustruimtes) moeten gemakkelijk en continu toegankelijk zijn.

Psychologische veiligheid

- De sfeer moet uitnodigend zijn, niet-oordelend en vrij van druk om te presteren, zich aan te passen of bepaalde resultaten te behalen.
- Deelnemers moeten zich vrij voelen om alles wat er in hen opkomt te uiten, inclusief angst, verdriet, verwarring of stilte, zonder dat dit als een psychische aandoening wordt bestempeld of terzijde wordt geschoven.

Noodprotocollen

- Begeleiders moeten zijn opgeleid om moeilijke ervaringen (“uitdagende trips”) te ondersteunen met empathie, een kalme aanwezigheid en niet-directieve geruststelling.

- Er moet een duidelijk medisch noodprotocol zijn, inclusief de mogelijkheid om te allen tijde contact op te nemen met externe hulpdiensten.
- Idealiter heeft ten minste één personeelslid een medische noodhulpopleiding gevolgd (eerste hulp, reanimatie).
- Tijdens het intake-proces moet van elke deelnemer een contactpersoon voor noodgevallen worden genoteerd.
- Deelnemers mag in geval van een noodsituatie nooit worden verboden contact op te nemen met de buitenwereld.
- Er moet ter plaatse een EHBO-doos en, indien van toepassing, noodmedicatie beschikbaar zijn.

6 Integratie & nazorg

Na de retraite: daar begint het echte werk.

- **Debriefing na de ervaring.** De retraite moet gestructureerde tijd bieden voor integratie, zodat deelnemers hun ervaring kunnen gaan begrijpen nadat de acute effecten zijn afgenomen. Dit kan bestaan uit groepsgesprekken, enkele individuele sessies met een begeleider of creatieve expressie.
- **Blijvende bereikbaarheid.** Begeleiders moeten gedurende een bepaalde periode na de retraite telefonisch of via andere afgesproken kanalen bereikbaar blijven, met name voor deelnemers die mogelijk ondersteuning nodig hebben bij het integreren van hun ervaring.
- **Vervolgbegeleiding en doorverwijzingen.** De retraite dient middelen, doorverwijzingen of contacten aan te bieden voor voortdurende therapeutische ondersteuning, met name voor deelnemers die in de dagen of weken daarna mogelijk te maken krijgen met vertraagde problemen, emotionele onrust of ontologische desoriëntatie.
- **Persoonlijke therapie wordt aangemoedigd.** Deelnemers worden aangemoedigd om een eigen therapeut of begeleider te hebben als houvast, iemand bij wie ze terecht kunnen, los van de context van de retraite, voor verdere integratie.
- **Realistische kadering.** Deelnemers moeten worden geïnformeerd dat psychedelische ervaringen soms meer vragen oproepen dan ze beantwoorden, en dat integratie een geleidelijk proces is, geen eenmalige gebeurtenis.
- **Zorggemeenschap.** Waar mogelijk moeten er na de retraite kringen voor ondersteuning door lotgenoten of integratiegroepen worden aangeboden of aanbevolen aan deelnemers.

7 Rechten en verantwoordelijkheden van deelnemers

Een gedeelde ethiek van zorg.

Deelnemers hebben recht op

- volledige en eerlijke informatie over middelen, doseringen, risico's en protocollen voordat ze instemmen met deelname;
- hun toestemming op elk moment in te trekken of de retraite te verlaten, zonder dwang of sancties.
- elk fysiek contact, elke interventie of activiteit te weigeren;
- privacy en vertrouwelijkheid met betrekking tot hun deelname en alles wat tijdens de retraite wordt gedeeld;
- te allen tijde toegang tot noodcommunicatie en medische hulp.

Deelnemers worden aangemoedigd om

- tijdens het screeningsproces eerlijk relevante medische en psychologische voorgeschiedenis bekend te maken;
- de vertrouwelijkheid en grenzen van andere deelnemers te respecteren;
- de voorbereidings- en integratiefasen net zo serieus te nemen als de ervaring zelf;
- openlijk met de begeleiders te communiceren over hun behoeften, zorgen of ongemak voor, tijdens en na de sessie.

Rode vlaggen: waarschuwingssignalen

Wees uiterst voorzichtig met elke retraite die:

- **geen medisch of psychologisch screeningsformulier vereist** vóór deelname;
- **contact met de buitenwereld verbiedt** of de toegang tot persoonlijke telefoons zodanig beperkt dat communicatie in noodgevallen onmogelijk wordt;
- beweert dat hun methode de **“enige waarheid”** is of absolute gehoorzaamheid aan een leider of doctrine eist;
- begeleiders inzet die **samen met deelnemers middelen gebruiken** zonder dat er een nuchtere toezichthouder aanwezig is;
- **gegarandeerde resultaten belooft**, zoals het genezen van depressie, verslaving of trauma in één enkele sessie;
- weigert de **identiteit, kwalificaties of opleiding** van de begeleiders bekend te maken;
- **weinig duidelijkheid geeft over de kosten**: ondoorzichtige prijzen, verborgen kosten of agressieve upselling-tactieken;
- **op het laatste moment psychedelische ervaringen** aanbiedt die aan het oorspronkelijke programma worden toegevoegd, zonder deugdelijke screening, voorbereiding of geïnformeerde toestemming;
- gebruik maakt van **groepsdruk** om deelname af te dwingen, terugtrekking te ontmoedigen of aarzeling te beschamen;
- **geen duidelijk of consistent respect toont voor toestemming**, met name wat betreft lichamelijk contact, deelname aan activiteiten of het recht om zich terug te trekken;
- een **ongepaste vermenging van psychedelica en seksualiteit** toestaat of aanmoedigt, met inbegrip van seksuele rituelen of geseksualiseerde dynamieken tijdens sessies;
- een algemeen **gebrek aan respect vertoont voor grenzen**, of deze nu fysiek, emotioneel of relationeel zijn;
- **geen duidelijk noodprotocol** heeft en geen toegang tot medische ondersteuning;
- deelnemers ontmoedigt om **externe therapeutische ondersteuning** of een second opinion te zoeken;
- begeleiders heeft die werken **zonder enige vorm van klinisch toezicht**, verantwoordingsplicht ten opzichte van collega's of professioneel toezicht;
- **de moeilijke ervaringen** van deelnemers bagatelliseert of afdoet als 'weerstand' of spiritueel falen.

Juridische disclaimer

Juridische status van psychedelische stoffen in België

Lezers dienen zich ervan bewust te zijn dat volgens de huidige Belgische wetgeving de meeste psychedelische stoffen zijn geclassificeerd als illegale psychotrope stoffen. Deze stoffen zijn opgenomen in de bijlagen bij het Koninklijk Besluit van 6 september 2017 betreffende verdovende middelen en psychotrope stoffen.

Bijgevolg kunnen de **invoer, uitvoer, vervaardiging, productie, vervoer, bezit, verkoop, te koop aanbieden, levering of verwerving** van dergelijke stoffen strafbare feiten vormen volgens de Belgische wetgeving en kunnen ze onderworpen zijn aan strafrechtelijke sancties. De Belgische wetgeving kan ook het **faciliteren, aanmoedigen of organiseren van het gebruik van illegale stoffen** als strafbare handelingen beschouwen.

Bovendien kunnen beroepsbeoefenaars in de gezondheidszorg te maken krijgen met **professionele en juridische gevolgen** indien blijkt dat zij stoffen die afhankelijkheid kunnen veroorzaken of in stand houden, buiten de wettelijk toegestane medische kaders om misbruiken of op onjuiste wijze voorschrijven, toedienen of het gebruik ervan faciliteren.

Het doel van dit document is **puur educatief en adviserend**. Het biedt ethische overwegingen, veiligheidsprincipes en perspectieven op schadebeperking ter discussie binnen het bredere internationale debat over psychedelische praktijken. Het **bevordert, stimuleert, organiseert of biedt geen richtlijnen voor het deelnemen aan illegale activiteiten**, noch vormt het juridisch, medisch of therapeutisch advies.

Lezers blijven **persoonlijk verantwoordelijk voor het begrijpen van en het naleven van de wetten en voorschriften die van toepassing zijn in hun rechtsgebied**. De wetgeving inzake psychedelische middelen verschilt aanzienlijk van land tot land en kan in de loop van de tijd veranderen.

De auteurs en uitgevers van dit document **aanvaarden geen verantwoordelijkheid voor de handelingen van personen of organisaties die dit materiaal buiten de toepasselijke wettelijke kaders interpreteren of gebruiken**.

Bronnen en inspiratie

- Société Psychédélique Française: Charte des valeurs (2022) & Psychedelica: Handboek voor risicobeperking
- 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

Gepubliceerd door PSBE, Therapy & Care pillar. Dit is een levend document dat periodiek wordt herzien. Laatst bijgewerkt: september 2026.