

ÉTATS DE CONSCIENCE ALTÉRÉS INDUITS PAR PSYCHÉDÉLIQUES

Qu'est-ce qui soigne ?





Crédit photo : Paqari Ayar



Crédit photo : Courtesy of Tandava Retreats



Crédit photo : inconnu, Centre for Psychedelic Research



Crédit photo : inconnu, MAPS





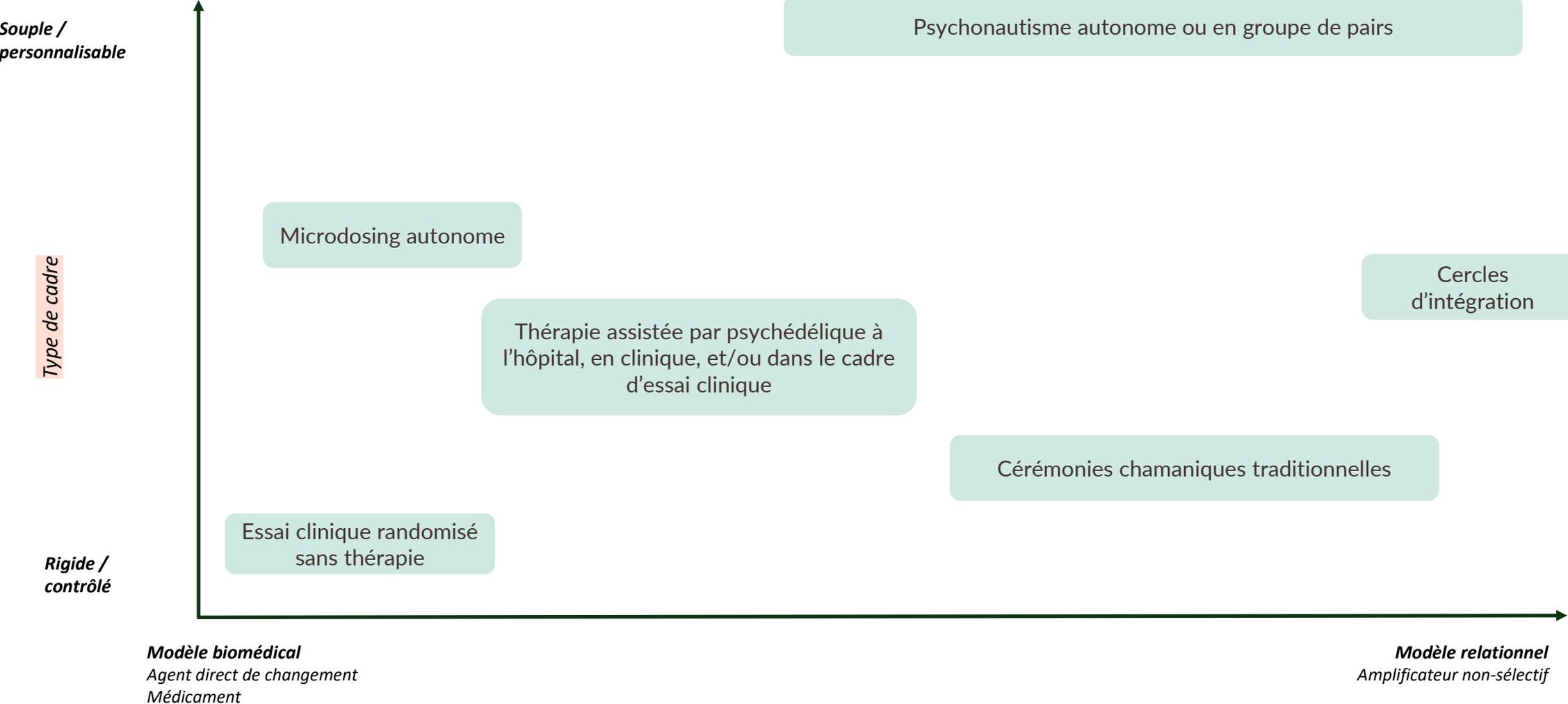




LE POINT COMMUN ?

L'intention de (se) soigner

DES CONCEPTIONS IMPLICITES DU SOIN



Rôle thérapeutique associé aux psychédéliques

DES CANDIDATS DE MÉCANISMES THÉRAPEUTIQUES

Niveau d'organisation

Existentiel / sociétal



Relationnel / social



Expérientiel / identitaire



Cognitivo-affectif



Neurodynamique



Neuroanatomique



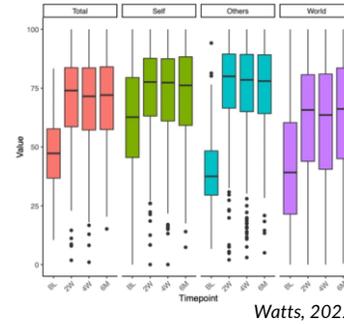
Neurocellulaire



Moléculaire



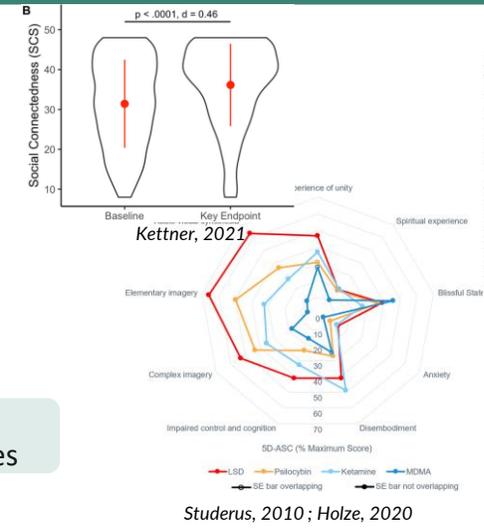
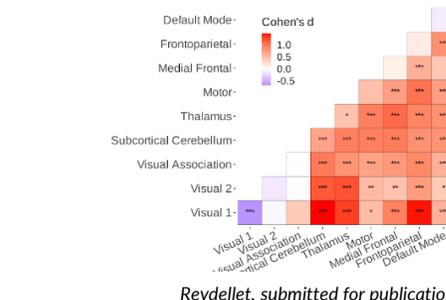
- Valeurs et croyances métaphysiques
- Connexion sociale
- Dissolution de l'égo
- Suppression des peurs
- Hyperconnectivité
- Réduction activité amygdale Mueller, 2017
- Neuroplasticité
- Activation des récepteurs 5-HT_{2A}



Transcendance et expériences mystiques

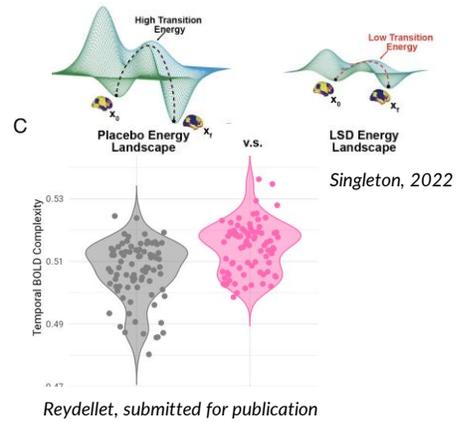
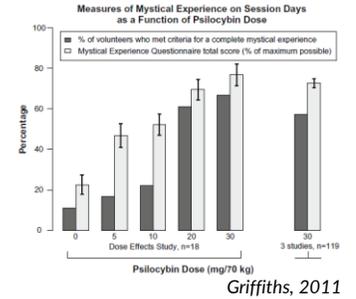
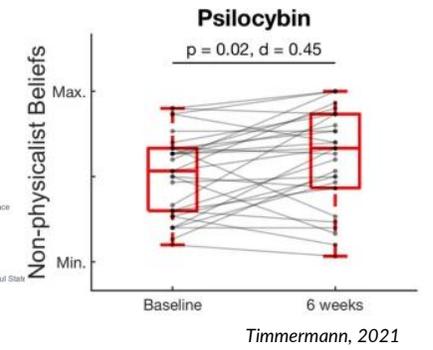
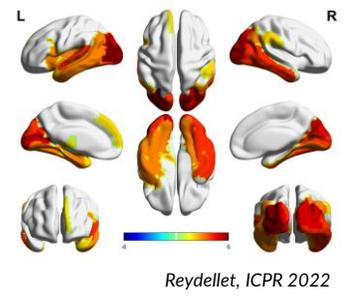
Amélioration de l'humeur

Entropie cérébrale



Flexibilité cognitive Doss, 2021

Flexibilité cérébrale



LES PRATIQUES RÉVÈLENT NOS CROYANCES SUR LE SOIN

Cadre thérapeutique

Mécanisme central valorisé

Narration épistémologique du soin

LES PSYCHEDELIQUES RÉVÈLENT NOS NORMES

- Comment décide-t-on qu'une thérapie fonctionne ?
- Qu'est-ce qui fait qu'un cadre est reconnu comme "thérapeutique" ?
- Et si les psychédéliques ne soignaient pas seuls, mais faisaient apparaître ce qui soigne ?



MERCI

« Le véritable voyage de découverte ne consiste pas à chercher de nouveaux paysages, mais à avoir de nouveaux yeux. »
— Marcel Proust

« Rarely, if ever, are any of us healed in isolation, healing is an act of communion. »
— Bell Hooks

UN FLUX PLUS QU'UN EFFET



DESTABILISATION

- L'état ordinaire de conscience est perturbé
- Relâchement des modèles internes rigides
- Le "soi" devient instable, perméable, en mouvement



OUVERTURE

- Le système entre dans un état de plasticité cognitive, émotionnelle, relationnelle
- Émergence de matériaux latents, refoulés ou nouveaux
- Plus grande réceptivité à de nouvelles associations



RECONFIGURATION

- Apparition de nouveaux liens, de sens, de perspectives sur soi, les autres, le monde (*insights*)
- Décharge émotionnelle, auto-compassion, etc
- Mise à jour de récits identitaires, ontologiques



INTEGRATION

- Processus pour faire sens de l'expérience
- Traduction en apprentissages / changements comportementaux et relationnels
- Soutien par le cadre thérapeutique ou communautaire

L'état de conscience altéré psychédélique comme un catalyseur de transformations