



**ASSOCIATION SUISSE
PSYCHÉDELOS**

POUR UNE APPROCHE ÉCLAIRÉE
ET BIENVEILLANTE DES
**PSYCHOTHÉRAPIES ASSISTÉES
PAR PSYCHÉDÉLIQUES (PAP)**

Charte du Cercle de Paroles pour les Thérapies Assistées par Psychédéliques

Version 19.03.2024

Préambule

Ce cercle de paroles est dédié aux personnes en processus de thérapies assistée par psychédéliques.. En tant que groupe de pairs encadrée par un-e accompagnant, notre objectif est de créer un espace sécurisé, respectueux et bienveillant, favorisant l'empowerment et l'autonomie de chaque participant-e.

1. Confidentialité et respect

Tout ce qui est partagé dans le cercle se doit de demeurer confidentiel. Le respect mutuel et le non-jugement sont primordiaux dans tous les échanges entre les personnes du cercle. Chaque participant-e s'engage à respecter les expériences et les perspectives des autres.

2. Écoute active

Nous encourageons une écoute active et empathique. Chaque membre du groupe a le droit de s'exprimer sans être interrompu. Les réactions et les réponses doivent toujours être exprimées avec bienveillance et soutien. Chaque personne s'exprime en partant de son propre vécu.

3. Empowerment des patient-es

Chaque participant-e est encouragé à partager ses expériences et réflexions personnelles tout en étant libre de ne pas s'exprimer. L'accent est mis sur l'autonomie et la capacité de chacun-e à comprendre et à donner un sens à son propre parcours thérapeutique.

4. Participation volontaire

La participation aux discussions est toujours volontaire. Chaque membre a le droit de passer son tour ou de simplement écouter.

5. Égalité dans le cercle

Bien que guidé par un·e accompagnant·e, le cercle est avant tout un groupe de pairs. Tous les participant·es, y compris l'accompagnant sont considérés comme égaux au sein du groupe.

6. Gestion des émotions

Reconnaître et accepter que les thérapies assistées par psychédéliques peuvent susciter des émotions intenses. Il est important de respecter les réactions émotionnelles de chacun·e et de fournir un soutien adapté.

7. Flexibilité et ouverture

Le groupe s'adapte aux besoins de ses membres. Nous encourageons l'ouverture à de nouvelles idées et perspectives, tout en respectant les limites personnelles de chacun·e.

8. Feedback constructif en fin de cercle

Les retours et suggestions sont les bienvenus pour améliorer l'expérience du cercle de paroles. Tout feedback doit être donné dans un esprit de construction et de bienveillance.

9. Non promotion

Ces cercles ne sont en aucun cas des lieux de promotion de ce type de thérapies, ni d'encouragement, ce sont des lieux de création de lien, de partage.

Conclusion

Ce cercle de paroles est un espace de croissance personnelle et collective. C'est un lieu de partage et de croissance, guidé par les principes de respect, d'écoute et de soutien mutuel.

