

Counselling and Assisted Human Reproduction

A Guide for Patients

More Canadians than ever are using assisted human reproduction (AHR) to help them build their families. There are two main reasons for this:

- advances in science and reproductive medicine now provide people with more choices than ever, and
- more women and men are waiting until later in life to have children.

People who use AHR, whether individuals, opposite-sex or same-sex couples, share a common need for medical assistance to have children.

The purpose of this booklet is to explain the role of counselling in assisted human reproduction.

What is counselling?

Counselling of any kind is a service provided by a professional that gives people a chance to explore many kinds of life challenges.

In most cases, it can include:

- offering you emotional support
- providing you with a chance to explore your attitudes and feelings
- suggesting stress management techniques you can try
- sharing details about the choices open to you, and
- providing resources.

What is AHR counselling?

AHR counselling provides men and women with information about:

- the medical aspects of AHR procedures, and
- the kinds of social, emotional, and ethical issues that are linked to AHR.

It can help individuals and couples cope with the many challenges of not being able to conceive without medical intervention, and with the complex decisions they may need to make during different stages of AHR.

AHR counselling may also be offered to families.

Based on your needs, it can consist of a single counselling session or a series of sessions.

Why is AHR counselling important?

People who need medical help to build their families and those who are having AHR procedures often feel high levels of social, emotional, and relationship stress. These high levels of stress can affect many aspects of your life.

Added to this are the complex decisions and choices that you may need to make along the way. What you decide can have an impact not only on you (and your spouse or partner), but also on any children born as a result of your decisions.

AHR counselling can help you to manage these stresses, and make informed and satisfying decisions.

Who provides AHR counselling?

No single profession provides AHR counselling. Those who have the special skills and experience needed to offer AHR counselling may come from fields such as psychology, social work, or psychiatry. These three professions are regulated in Canada.

Counsellors who provide AHR counselling are likely to have training and skills in the areas of human development, interpersonal relationships, family dynamics, and psychosocial issues.

As well, AHR counsellors are familiar with:

- the medical choices and procedures that are part of AHR, and
- the social and emotional impact AHR procedures can have on you, your spouse or partner, children that are born through AHR, egg or sperm donors, and surrogate mothers.

AHR counsellors can also provide people with information that lets them explore other aspects of family-building such as foster care, adoption, and child-free living.

When might counselling be helpful?

Counselling may help you before, during, and after you use AHR procedures. It can help when:

- you need information about a certain kind of treatment or information on parenting options and resources
- you must make a difficult decision about which path to take, or need to decide what approach is right for you
- you feel your usual ways of coping with stress are not working

- your relationship with important people in your life is being affected
- you lose a pregnancy or come to the end of a treatment cycle that did not succeed
- you are looking at choices for family building, such as using a sperm and/or egg donor, a surrogate mother, or adoption
- you are wondering whether to become a donor or surrogate mother for others
- you need to bring closure to your efforts to create family.

What might be covered in a typical counselling session?

A counsellor may:

- explore what may be causing you to feel stress, and suggest ways to cope
- review your understanding of the proposed options, including options that do not involve AHR, such as adoption, being a foster parent, or child-free living
- discuss the short and long-term psychosocial impact of your decisions for you and any children you may have, especially if you are thinking about using an egg or sperm donor, *in vitro* embryos, or a surrogate mother
- help you to communicate with others, including your care providers, and
- suggest ways to deal with problems such as depression, relationship concerns, or family stresses.

REMEMBER that the goals of counselling are:

- to help you make informed choices and to provide you with support; **it does not imply that you have mental health problems**
- to use an objective process to allow you to explore your feelings, values, and options; **it does not tell you what to do**
- a non-judgemental process designed to benefit you; **it is not a screening test to decide who might be good parents.**

Counselling is not the same as being part of a support group, although you might also find that helpful.

What else can your counsellor do for you?

Your counsellor should be able to suggest resources such as:

- self-help support groups
- non-profit groups that deal with topics such as infertility, egg and sperm donation, and Lesbian/Gay/Bisexual/Transgender/Queer (LGBTQ) parenting
- articles, books, and guides that deal with AHR family planning, the stresses of infertility, and AHR treatments
- special books and resources for both parents and children on topics like egg and sperm donation, or surrogate mothers, and
- Internet sources for all of these topics.

What questions should I ask myself when choosing a counsellor?

- Is the counsellor a member of a professional group that is regulated in my province or territory?
- Does the counsellor have the knowledge, training, and skills to deal with infertility and other AHR issues?
- What will it cost? Are any costs included in my AHR procedure costs? Is counselling covered by a private insurance plan or employee benefits?

How can I find a counsellor?

- Some fertility clinics may have special AHR counsellors on staff.
- Clinics may be able to provide you with a list of AHR counsellors in your region.
- The Canadian Fertility and Andrology Society (www.cfas.ca) has a special interest group of AHR counsellors.
- Infertility Network (www.infertilitynetwork.org) or Infertility Awareness Association of Canada (www.iaac.ca) may have information about AHR counsellors in your community.

Assisted Human Reproduction Canada (AHRC)

www.ahrc-pac.gc.ca
Phone (toll free): 1-866-467-1853
Email: info.ahrc-pac@hc-sc.gc.ca

Counselling et procréation assistée

Guide à l'intention des patients

Plus de Canadiens que jamais recourent à la procréation assistée pour créer une famille. Il y a deux grandes raisons à cela :

- les progrès de la science et de la médecine de la procréation offrent maintenant plus de choix que jamais;
- plus de femmes et d'hommes attendent plus tard dans la vie pour avoir des enfants.

Les personnes qui ont recours à la procréation assistée, qu'il s'agisse de personnes seules ou de couples de sexe opposé ou du même sexe, ont en commun le besoin d'aide médicale pour avoir des enfants.

Cette brochure vise à expliquer le rôle du counselling en procréation assistée.

Qu'est-ce que le counselling?

Le counselling de n'importe quelle nature est un service fourni par un professionnel qui donne aux gens une chance d'explorer de nombreux types de défis posés par la vie.

Dans la plupart des cas, le counselling peut consister notamment à :

- vous offrir du soutien affectif;
- vous donner une chance d'explorer vos attitudes et vos sentiments;
- vous suggérer des techniques de gestion du stress à essayer;
- vous communiquer des renseignements sur les choix qui s'offrent à vous;
- vous fournir des ressources.

Qu'est-ce que le counselling en procréation assistée?

Le counselling en procréation assistée donne aux hommes et aux femmes de l'information sur :

- les aspects médicaux des interventions de procréation assistée;
- les problèmes sociaux, affectifs et éthiques liés à la procréation assistée.

Il peut aider des personnes seules et des couples à faire face aux nombreux défis causés par l'incapacité de concevoir sans intervention médicale et aux décisions complexes qu'elles devront peut-être prendre à différents stades de la procréation assistée.

Le counselling en procréation assistée peut aussi être offert à des familles.

Il peut consister en une seule séance ou en une série de séances : tout dépend de vos besoins.

Pourquoi le counselling en procréation assistée est-il important?

Les personnes qui ont besoin d'aide médicale pour créer une famille et celles qui se soumettent à des interventions de procréation assistée ressentent souvent beaucoup de stress social, affectif et interpersonnel. Les niveaux élevés de stress peuvent avoir une incidence sur de nombreux aspects de la vie.

Les décisions et les choix complexes qu'il faudra peut-être prendre ou faire en cours de route ajoutent à ce stress. Vos décisions peuvent avoir une incidence non seulement sur vous-même (et votre conjoint ou partenaire), mais aussi sur les enfants nés à la suite de vos décisions.

Le counselling en procréation assistée peut vous aider à gérer ces éléments de stress et à prendre des décisions éclairées et satisfaisantes.

Qui donne du counselling en procréation assistée?

Il n'y a pas une profession qui est la seule à donner du counselling en procréation assistée. Ceux qui ont les connaissances spécialisées et l'expérience spéciale nécessaires pour offrir du counselling en procréation assistée peuvent provenir de domaines comme la psychologie, le travail social et la psychiatrie. Ces trois professions sont réglementées au Canada.

Les conseillers qui offrent du counselling en procréation assistée ont le plus souvent une formation et des compétences spécialisées dans les domaines du développement humain, des relations interpersonnelles, de la dynamique familiale et des enjeux psychosociaux.

Les conseillers en procréation assistée connaissent en outre très bien :

- les interventions et les choix médicaux qui font partie de la procréation assistée;
- les répercussions sociales et affectives que les interventions de procréation assistée peuvent avoir sur vous, sur votre conjoint ou partenaire, sur les enfants issus de la procréation assistée, sur les donneurs d'ovules ou de spermatozoïdes et sur les mères porteuses.

Les conseillers en procréation assistée peuvent aussi fournir aux gens de l'information qui leur permet d'explorer d'autres aspects de la création d'une famille comme les services de famille adoptive, l'adoption et la vie sans enfant.

Quand le counselling pourrait-il être utile?

Le counselling peut vous aider avant, pendant et après votre recours aux interventions de procréation assistée. Il peut aider quand :

- vous avez besoin de renseignements sur un certain type de traitement ou d'information sur les possibilités de devenir parent et sur les ressources pertinentes;

- vous avez une décision difficile à prendre sur la voie à suivre, ou vous devez décider quelle démarche est la bonne pour vous;
- vous pensez que vos façons habituelles de faire face au stress ne donnent pas de résultats;
- vos relations avec des personnes importantes dans votre vie sont difficiles;
- vous perdez une grossesse ou arrivez à la fin d'un cycle de traitement qui n'a pas porté fruit;
- vous envisagez des choix possibles pour créer une famille comme l'utilisation d'un donneur de spermatozoïdes ou d'ovules, les services d'une mère porteuse, ou l'adoption;
- vous vous demandez si vous devez devenir donneur ou mère porteuse pour quelqu'un d'autre;
- les efforts que vous faites pour créer une famille doivent aboutir.

Sur quoi pourrait porter une séance de counselling type?

Un conseiller peut :

- explorer ce qui peut vous causer du stress et suggérer des façons d'y faire face;
- revoir votre façon de comprendre les options proposées, y compris celles qui ne comportent pas la procréation assistée, comme l'adoption, les services de parent adoptif ou la vie sans enfant;
- discuter des répercussions psychosociales à court et à long terme de vos décisions sur vous et sur tout enfant que pourriez avoir, particulièrement si vous songez à recourir aux services d'un donneur d'ovules ou de sperme, à des embryons *in vitro* ou au service d'une mère porteuse;
- vous aider à communiquer avec d'autres personnes, y compris vos fournisseurs de soins;
- suggérer des façons de faire face à des problèmes comme la dépression, les problèmes portant sur les relations ou les facteurs de stress familiaux.

N'OUBLIEZ PAS que le counselling vise à :

- vous aider à faire les choix éclairés et à vous appuyer; **le fait d'obtenir des services de counselling ne sous-entend pas que vous avez des problèmes de santé mentale;**
- utiliser un processus objectif afin de vous permettre d'explorer vos sentiments, vos valeurs et vos options; **il ne s'agit pas de vous dire quoi faire;**
- vous accompagner sans jugement qui doit vous être profitable; **ce n'est pas un test de dépistage pour déterminer qui pourrait être un bon parent.**

Le counselling n'est pas un groupe d'entraide, même si vous pourriez aussi trouver cette voie utile.

Qu'est-ce que votre conseiller peut faire d'autre pour vous?

Votre conseiller devrait pouvoir vous suggérer des ressources comme les suivantes :

- groupes d'entraide;
- groupes sans but lucratif qui traitent de sujets comme l'infécondité, le don d'ovules et de spermatozoïdes, et l'art d'être parent chez les lesbiennes, gais, bisexuels, transgenres et queer (LGBTQ);
- articles, livres et guides qui traitent de planification familiale par la procréation assistée, du stress causé par l'infécondité et les traitements de procréation assistée;
- ressources et livres spéciaux à la fois pour les parents et pour les enfants, qui portent sur des sujets comme le don d'ovules et de spermatozoïdes ou les mères porteuses;
- sources Internet sur tous ces sujets.

Quelles questions dois-je me poser lorsque je choisis un conseiller?

- Le conseiller est-il membre d'un groupe professionnel réglementé dans ma province ou mon territoire?
- Le conseiller a-t-il les connaissances, la formation et les compétences spécialisées nécessaires pour traiter de l'infécondité et d'autres aspects de la procréation assistée?
- Qu'est-ce qu'il en coûtera? Les coûts sont-ils inclus dans ceux de mes interventions de procréation assistée? Le counselling est-il couvert par un régime d'assurance privée ou un programme d'avantages sociaux d'employés?

Comment trouver un conseiller?

- Certaines cliniques de fécondité comptent parmi leur personnel des conseillers spéciaux en procréation assistée.
- Des cliniques peuvent fournir une liste de conseillers en procréation assistée dans votre région.
- La Société canadienne de fertilité et d'andrologie (www.cfas.ca) a un groupe spécial de conseillers en procréation assistée.
- L'Infertility Network (www.InfertilityNetwork.org) ou l'Association canadienne de sensibilisation à l'infertilité (www.iaac.ca) peuvent vous orienter vers des conseillers en procréation assistée dans votre collectivité.

Procréation assistée Canada (PAC)
www.ahrc-pac.gc.ca
Téléphone (sans frais) : 1-866-467-1853
Courriel : info.ahrc-pac@hc-sc.gc.ca