



att skiljas

– när man har barn

Att skiljas när man har barn

Separera, skiljas eller försöka på nytt?

Samarbetssamtal, avtal och familjerådgivning

I 5 kap. 3 § socialtjänstlagen står att kommunen skall sörja för att föräldrar kan erbjudas samtal under sakkunnig ledning i syfte att nå enighet i frågor som gäller vårdnad, boende och umgänge och annan kontakt än umgänge (samarbetssamtal) samt att föräldrar får hjälp att träffa avtal enligt 6 kap. 6 §, 14 a § andra stycket eller 15 a § tredje stycket föräldrabalken. Vänd dig till socialtjänsten (familjerätten).

I samma paragraf står också att kommunen skall sörja för att familjerådgivning kan erbjudas dem som begär det. Familjerådgivningens huvudsakliga arbete består i att bearbeta samlevnadskonflikter i parförhållanden och familjer.

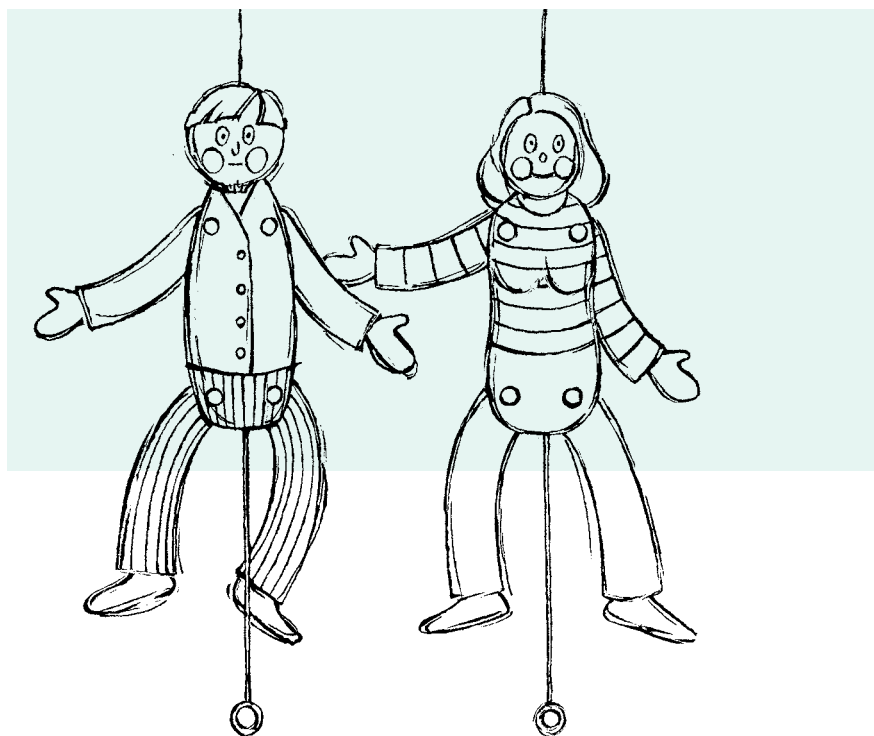
När man lever ihop blir det ibland problem i förhållandet. För en del blir det djupgående kriser. Likgiltighet eller ständiga bråk grusar förhoppningarna om en livslång gemenskap. Arg, besviken, ledsen och med en känsla av misslyckande frågar man sig om man vill fortsätta att leva tillsammans.

Att bestämma sig för att bryta upp ur ett förhållande, att skiljas, är ett av de svåraste besluten i en människas liv särskilt när det finns barn i förhållandet.

För barn är det svårt när föräldrarna går skilda vägar. Därför finns det all anledning att anstränga sig för att lösa problemen och se om det går att fortsätta att leva ihop. Innan man bestämmer sig behöver man reda ut hur förhållandet är: Vad är det som är dåligt i förhållandet och vad är det som är bra? Är det dåliga något vi kan ändra på tillsammans? Vill vi det? Att hålla ihop enbart för barnens skull för sällan något gott med sig. Barn tar skada av att leva i en atmosfär fylld av spänning, bråk eller likgiltighet. Ibland kan en separation förbättra situationen för alla när den väl är genomförd, under förutsättning att föräldrarna kan komma överens om var barnen ska bo och hur umgänget med den andra föräldern ska ordnas.

Separationskrisen

En separation innebär förluster och stora förändringar. Man måste hitta en ny livsform, och då är det lätt att tappa fotfästet i tillvaron. Ensamhet och ovisshet



skrämmer liksom oro för de ekonomiska följderna. Kanske har den ena länge tänkt på att bryta upp med an den andre är oförberedd och chockad.

En kris har ett visst förlopp. Det gäller både vuxna och barn. Först förnekas det som hänt eller ska hända. Efter en tid måste man öppna ögonen för verkligheten. Då kan sorgen och vreden bli överväldigande. För att lindra smärtan skyddar man sig på olika sätt. Många förvanskar verkligheten. De kanske skyller allt på andra och far ut i anklagelser mot sin före detta partner. Andra tar på sig all skuld själva. Många blir deprimeerade och får svårt att sova.

Så småningom, kanske efter samtal och funderingar ihop med andra, kommer insikten om vad som lett fram till separationen. Man kan acceptera sin situation

och er känna de känslor som den väcker. Att börja se framåt blir åter möjligt.

Till sist blir det som hänt en del av vardagen. Ärren finns kvar men det behöver inte vara något hinder i det fortsatta livet. Självkänslan återupprättas. Man kan bättre förstå sig själv och andra. Att ha klarat av en kris ger stärkt självförtroende.

Men alla skilsmässor/separationer får inte det här gynnsamma förloppet. Det är lätt att fastna i hat och bitterhet. Det blir svårt att samarbeta om barnen, och de drabbas allra hårdast. Ibland räcker inte det stöd som ges från vänner och anhöriga. Man behöver hjälp för att komma vidare. Då kan man vända sig till socialtjänsten (familjerätten) eller familjerådgivningen.

Hur berättar man för barnen?

Barn ser och hör mycket mer än man tror men drar ibland fel slutsatser. De kan lätt få för sig att det är deras fel om föräldrarna grälar och att de är skyldiga till att någon av föräldrarna flyttar hemifrån.

Det är viktigt att förklara för barnen hur situationen är och att inte lämna dem ensamma med sin oro och sina fantasier.

Beslutar ni er för att separera bör barnen få veta det så snart som möjligt. Det är ni föräldrar tillsammans, eller en av er, som ska berätta det för dem så att de inte får beskedet från någon annan. Barn behöver också få möjlighet att uttrycka vad de känner och vill och få tid på sig att förbereda sig inför den nya situationen. Gör klart för barnen att det som händer inte är deras fel och att ni båda fortfarande älskar dem.

Hur man berättar för ett barn beror på hur gammalt det är. Till ett litet barn räcker det oftast att säga att ni föräldrar ska bo på var sitt håll men att barnet ändå kommer att träffa er båda i fortsättningen.

Till lite äldre barn, som förstår mer av föräldrarnas problem, kan man säga att man bestämt sig för att flytta isär för att man tror att det blir bättre för alla med t.ex. mindre bråk.

Barns upplevelser när föräldrarna separerar

Föräldrar måste ge sina barn lov att älska båda. Detta kan vara det allra svåraste för föräldrar att acceptera, men barnet har rätt att ha egna känslor och ska inte behöva välja mellan sina föräldrar. En skilsmässa/separation är de vuxnas val, aldrig barnets. Barnet ska inte belastas med att dela den ena förälderns ilska mot den andre.

Barn kan känna sig maktlösa när föräldrarna separerar och de bör därför uppmuntras att komma med förslag kring framtiden. Det betyder inte att barnen ska tyngas med viktiga beslut eller val mellan föräldrarna. Varje barn som är med om en skilsmässa/separation, har sina egna speciella upplevelser. Men en del känslor och tankar har många barn gemensamt. Barn i alla åldrar känner sig svikna när deras föräldrar går ifrån varandra. Om barnet uppfattar att en förälder blir övergiven av den andre kan barnet tolka det som om den handlingen också är riktad mot det.

Barn är mycket medvetna om att de är beroende av vuxna. De är rädda för att bli lämnade ensamma och de oroar sig också för sina föräldrar. En del barn blir ängsliga och klängiga och får svårt att gå hemifrån, andra kan bli irriterade och rastlösa eller börja bete sig barnsligare än normalt. De kan få problem med mat och sömn. Vissa barn beter sig som vanligt. De sköter kamratliv, nöjen och skola som förut och verkar allmänt oberörda av det som försiggår mellan föräldrarna. De reagerar – liksom vuxna i en akut kris – genom att förneka vad som hänt. Andra barn kan ta på

sig rollen att skydda och ta ansvar för föräldrarna när dessa har det svårt. De låter sina egna behov av stöd och tröst komma i bakgrunden.

Hur barn klarar av de svårigheter som separationen för med sig beror till stor del på hur föräldrarna klarar av den. Kan föräldrarna bli generösa mot varandra och samarbeta när det gäller barnen så hjälper de barnen att behålla den nära kontakten med dem båda, trots att de lever åtskilda. Har föräldrarna svårt att samarbeta och strider om barnen kan det orsaka allvarliga konflikter och påfrestningar för barnen. Därför är det viktigt att ni söker hjälp så snart som möjligt om ni har samarbetssvårigheter som ni inte själva lyckas lösa. Det finns många olika ställen där man kan söka hjälp: socialtjänsten (familjerätten), familjerådgivningen, PBU/BUP (den psykiska barn- och ungdomsvården) eller ideella organisationer.

Barnen behöver hjälp av vuxna

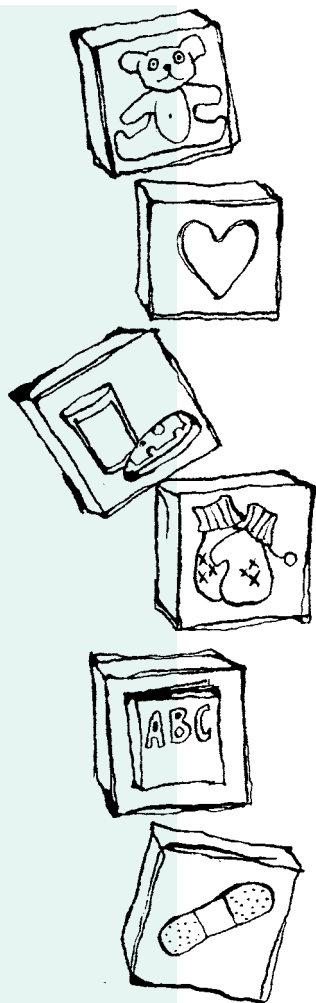
Föräldrarnas stöd är av största vikt när det gäller att förbereda barnen för separationen och när man skall hjälpa dem igenom den. Att barnen har det svårt kan märkas på dem t.ex. i skolan eller på daghemmet. Om ni berättar vad som händer i barnens liv för de vuxna i barnens omgivning blir det lättare för dem att förstå och hjälpa barnen. Barn behöver, precis som vuxna, få prata om alla de känslor som separationen väcker. Man hjälper sina barn genom att lyssna på dem och försöka förstå deras känslor och gång på gång visa att man tycker om dem. Det är viktigt att inte tränga sig på men ändå vara lyhörd för när barnen vill prata. Som förälder har man svårt att räkna till och ge barnen så mycket stöd som de behöver. Man kanske själv är förtvivlad och kan känna sig som ett barn som behöver tröst. För barnens skull är det viktigt att söka hjälp utifrån om man inte själv klarar av situationen. Kanske finns det någon utomstående vuxen i barnens

närhet som de kan tala med. Låt barnen känna att det är tillåtet för dem att tala med andra vuxna utan att de behöver känna sig illojala.

Socialtjänsten (familjerätten) kan hjälpa till med detta, liksom familjerådgivningen och den psykiska barn- och ungdomsvården.

I en del kommuner finns stödgrupper för barn som går, eller har gått, igenom en skilsmässa/separation. Information om sådan stödgrupp finns i förekommande fall hos kommunen. I flera kommuner finns också grupper för föräldrar. Barn i föräldrars fokus som är en föräldrautbildning med pedagogiska inslag. Fokus i gruppsamtalen ligger på barnen och hur de påverkas av föräldrarnas konflikt. Föräldern får ny kunskap och möjlighet att tillsammans med andra föräldrar reflektera över hur de kan stödja sitt barn.

Hur ordnar man det för barnen?



Vårdnad och vård

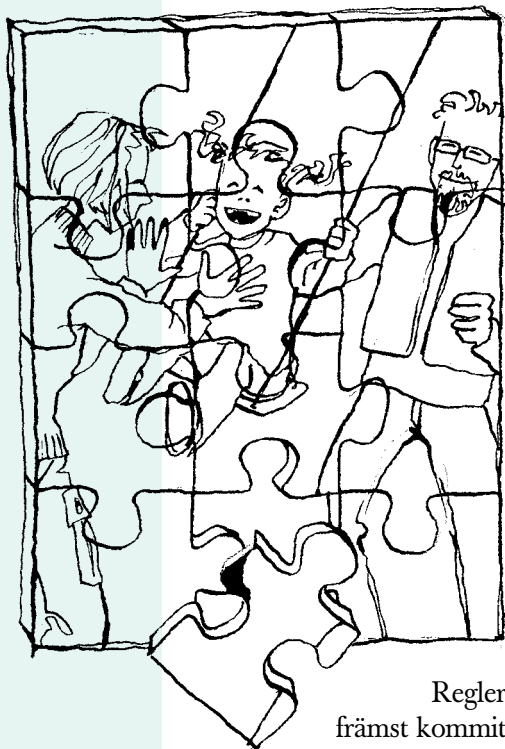
Att ha **vårdnaden** om ett barn – dvs. vara vårdnadshavare – innebär att ha ansvaret för att barnet får den omvårdnad, trygghet, försörjning, utbildning och uppfosturan som det har rätt till. Vårdnadshavare bestämmer i frågor som rör barnet, men ju äldre och mognare barnet är desto större hänsyn måste vårdnadshavarna ta till barnets egna önskemål. Om föräldrarna bor på skilda håll har de ändå ett gemensamt ansvar för att tillgodose barnets behov av umgänge med den förälder som det inte bor hos. Vanligen är vårdnadshavare också förmyndare för barnet, dvs. företräder barnet i ekonomiska frågor. Vårdnadshavare har normalt rätt att få del av sekretessbelagda uppgifter som rör barnet. En förälder som inte har del i vårdnaden har oftast begränsade möjligheter att få del av sådana uppgifter. Som regel fordras vårdnadshavarens samtycke.

Att **vårda** ett barn innebär att leva med barnet, ge det närhet, trygghet och kärlek, sköta om det när det gäller mat, kläder, tvättning, läxläsning och alla andra vardagsbestyr. En umgängesförälder kan vårda barnet vid umgängestillfällena men behöver inte vara vårdnadshavare.

Att ha vårdnaden betyder alltså inte detsamma som att vårda. För det mesta är det samma person/er som har vårdnaden om och som vårdar barnet. Den som är vårdnadshavare kan dock överlåta vården åt den icke vårdnadshavande föräldern.

Gemensam vårdnad eller en vårdnadshavare?

I svensk rätt är ett gemensamt rättsligt föräldransvar (gemensam vårdnad) för barnet en naturlig utgångspunkt.



Gemensam vårdnad innebär att båda föräldrarna har ansvar för att barnet får vad det behöver och har rätt till. De ska i takt med barnets stigande ålder och utveckling ta allt större hänsyn till barnets synpunkter och önskemål. Har föräldrarna gemensam vårdnad ska de tillsammans besluta i frågor som rör barnets person. När föräldrarna inte bor ihop ska de tillsammans besluta hos vem av dem barnet ska bo och hur barnet ska umgås med den andra föräldern.

Gemensam vårdnad betyder inte att barnet måste bo lika mycket hos vardera föräldern. Det kan emellertid göra det – om detta passar barnet och föräldrarna.

Reglerna om gemensam vårdnad har främst kommit till för att tillgodose barnets behov av nära och god kontakt med båda sina föräldrar, oberoende av om föräldrarna bor ihop eller ej.

Föräldrar som är gifta eller har varit gifta med varandra

Föräldrar som är gifta med varandra har gemensam vårdnad om sitt barn. Gifter sig föräldrarna efter barnets födelse får de samtidigt automatiskt gemensam vårdnad om barnet om faderskapet är juridiskt fastställt eller bekräftat.

Om föräldrarna skiljer sig fortsätter den gemensamma vårdsnaden. Vill föräldrarna att en av dem ska ha ensam vårdsnad om barnet kan de, **om de är överens**, avtala om detta hos socialnämnden. Socialnämnden ska godkänna ett sådant avtal, om det är skriftligt, och om det inte är uppenbart att avtalet är oförenligt med barnets bästa.

Föräldrarna kan, om de hellre vill, ansöka hos tingsrätten om att en av dem ska ha ensam vårdsnad. Tingsrätten kan då anförtro vårdsnaden om barnet till den föräldern eller låta den gemensamma vårdsnaden bestå. Rätten skall fästa avseende särskilt vid föräldrarnas förmåga att samarbeta i frågor som rör barnet. Avgörande är vad som är bäst för barnet. Tingsrätten får dock inte besluta om gemensam vårdsnad om båda föräldrarna motsätter sig det. Är föräldrarna oense kan en av dem lämna in en stämningsansökan till tingsrätten. Om den gemensamma vårdsnaden ska upplösas och föräldrarna är överens om vem av dem som ska ha vårdsnaden kan domstolen besluta som föräldrarna önskar. En förfrågan går dock alltid till socialnämnden för att kontrollera om det finns något att invända mot föräldrarnas önskan. Tingsrätten kan också själv besluta att upplösa den gemensamma vårdsnaden utan att föräldrarna begär det. Det kan ske i samband med att äktenskapet upplöses om det står klart att gemensam vårdsnad uppenbarligen inte är bra för barnet.

Föräldrar, som vill att den gemensamma vårdsnaden ska upplösas efter skilsmässan, kan få gemensam vårdsnad på nytt, antingen genom att de träffar ett avtal om detta som godkänns av socialnämnden eller genom en dom. Är föräldrarna ense om att vårdsnaden ska vara gemensam ska socialnämnden/domstolen besluta som de önskar om inte gemensam vårdsnad är uppenbart oförenligt med barnets bästa. Är föräldrarna inte ense om gemensam vårdsnad dömer domstolen efter vad som är bäst för barnet.

Om en av föräldrarna dör blir den andre automatiskt ensam vårdnadshavare om de hade gemensam vårdnad. Var den bortgångne föräldern ensam vårdnadshavare, får den andre ansöka hos tingsrätten om att få vårdnaden. Tingsrätten kan bevilja ansökan om det inte framkommer att det är lämpligare för barnet att någon annan får vårdnaden.

Föräldrar som inte är gifta med varandra

Modern är ensam vårdnadshavare om föräldrarna inte är gifta med varandra vid barnets födelse.

Föräldrar som vill ha gemensam vårdnad om sitt barn anmäler detta till socialnämnden samtidigt som de bekräftar faderskapet. Det kan alla föräldrar göra oavsett medborgarskap. Vill föräldrarna ha gemensam vårdnad vid ett senare tillfälle kan de tillsammans anmäla detta till Skatteverket där barnet är folkbokfört. Förutsättningen för denna anmälan är att vårdnadsfrågan inte tidigare reglerats i domstol eller i avtal som godkänts av socialnämnden. Anmälningssblankett finns hos skattemyndigheten och socialtjänsten.

Föräldrar som vill ansöka om gemensam vårdnad vid annat tillfälle än vid faderskapsbekräftelsen gör detta hos tingsrätten. På talan av båda föräldrarna kan tingsrätten besluta i enlighet med deras begäran om det inte är uppenbart att gemensam vårdnad är oförenlig med barnets bästa.

Alla föräldrar vars barn är folkbokförda och har hemvist här i landet, kan, om de hellre vill, skriva avtal om gemensam vårdnad. Socialtjänsten (familjerätten), godkänner det om det inte är uppenbart att avtalet är oförenligt med barnets bästa.

Hos vem skall barnet bo?

Det är föräldrarna som ska ta ansvar för beslutet om hos vem barnet ska bo. Det är föräldrarna som skiljer sig från varandra, barnet skiljer sig inte från någon av dem och ska heller inte behöva avstå från någon av dem.



Det kan vara svårt för barn att våga tala om vad de egentligen vill, om de känner att någon av föräldrarna tror sig vara bortvald, sviken eller övergiven. Barn är lojala och tar stort ansvar för sina föräldrars väl och ve. Barn, som har föräldrar som är helt eniga, kan klara av att säga var de vill bo eftersom de känner att de varken förlorar eller sviker någon av föräldrarna genom att uttala sin vilja. Man får inte glömma att alla barn, oavsett ålder har rätt, men inte skyldighet, att få komma till tals och bli lyssnade på i alla frågor som rör dem.

Föräldrar som har gemensam vårdnad och som är överens, kan få hjälp hos socialtjänsten (familjerätten) att skriva avtal om hos vem av föräldrarna barnet ska bo. Avtalet ska gälla om det är skriftligt och socialnämnden godkänner det. Ett sådant avtal får samma verkan som en dom. Det betyder bl.a. att avtalet kan verkställas. Om föräldrarna hellre vill, eller om de är oense, kan de begära att domstolen fattar beslut om hos vem av dem barnet skall bo.

Växelsvis boende kan fungera bra för vissa barn. Detta gäller särskilt för yngre skolbarn, som många gånger har starkt sinne för rättvis fördelning. Tonåringar däremot tycker ofta att det är jobbigt att flytta runt med sina saker. De väljer utifrån sina egna behov, t.ex. närhet till skola, kamrater, fritidsintressen.

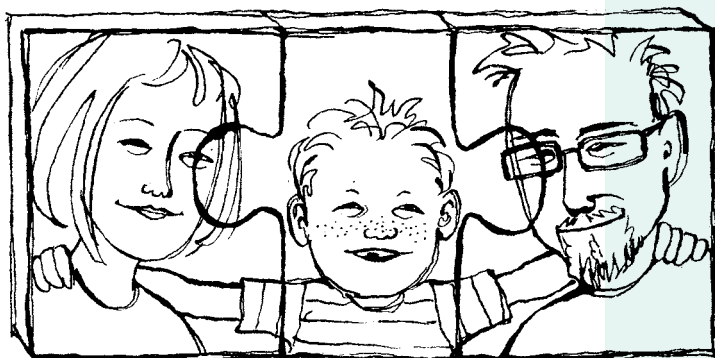
Om man väljer växelsvis boende för barnet är det viktigt att komma ihåg att det är för barnets bästa, inte av rättviseskäl för föräldrarna. En förutsättning för att det ska gå bra är att föräldrarna är överens och att de respekterar varandra. Växelsvis boende ställer stora krav på de

vuxna, de måste kunna samarbeta och visa generositet mot varandra.

Det är viktigt att vara lyhörd inför det enskilda barnets behov när man bestämmer om barnet. Behoven är olika för olika barn, bland annat beroende på barnets ålder. Ett barns behov av den ena eller andra föräldern växlar över tid och rum. Boendet behöver därför inte vara statiskt utan kan förändras. Det är dock viktigt att inte försöka lösa konflikter genom att låta barnet flytta mellan föräldrarna.

Viktigt att komma ihåg om barnet vill flytta är att barnet ska flytta till någon, aldrig från någon och att beslutet ska vara väl förankrat hos alla: barnet, föräldrarna, eventuella syskon och styvföräldrar.

Barnet behöver umgås med den andre föräldern



Barn behöver båda sina föräldrar. De behöver båda att tycka om, vara stolta över och identifiera sig med. De behöver också deras kärlek, intresse, glädje och uppskattning men även deras hjälp att sätta gränser. Det är viktigt att barn får ha så nära kontakt som möjligt med båda sina föräldrar även om dessa inte lever tillsammans och även om barnet har en styvförälder. Under

sökningar visar att barn mår bäst om de ofta får träffa den förälder som de inte bor hos.

För mycket små barn är det särskilt viktigt att få träffa den förälder de inte bor med enligt principen ”lite och ofta”. Barnet kan då bevara minnesbilden av denne mellan gångerna och separationerna från den förälder som barnet bor hos blir mindre påfrestande när de är korta.

Det är också viktigt att barn får träffa far- och morföräldrar och andra personer som är betydelsefulla för dem.

Den förälder som barnet bor hos har en skyldighet att lämna sådana upplysningar rörande barnet som kan främja umgänget om inte särskilda skäl talar emot det. Detta gäller såväl om de har gemensam vårdnad som när en förälder är ensam vårdnadshavare. Detta innebär inte att umgängesföräldern kan kräva ständig information om varje enskild händelse i barnets liv eller upplysningar om vad barnet vid varje givet tillfälle har för sig utan avser viktigare information om barnets skolgång, hälsotillstånd etc.

Att bestämma om umgänget

Ett barn har rätt till umgänge med den förälder som det inte bor tillsammans med. Det är föräldrarnas gemensamma ansvar att barnets behov av umgänge så långt möjligt tillgodoses. Även om en av föräldrarna är ensam vårdnadshavare så har båda gemensamt ansvar för att barnet får träffa den förälder som det inte bor hos. Det är alltid bäst om föräldrar och barn tillsammans kan komma överens om hur umgänget ska gå till. Umgänge kan ske genom att barnet och föräldern träffar varandra eller genom att de har annan kontakt t.ex. via brev, e-post, sms eller telefonkontakt. Oavsett vårdnadsform kan umgänge fastställas i avtal eller i en dom. Bor barnet växelvist går det inte att fastställa umgänge vare sig genom dom eller avtal eftersom barnet

då har regelbunden kontakt med båda sina föräldrar. Men det går att skriva ett avtal om boendet.

Hos socialtjänsten (familjerätten) kan föräldrar få hjälp med att skriva avtal om umgänge. Ett sådant avtal som godkänts av socialnämnden gäller som en lagakraftvunnen dom och kan verkställas. Kommer man inte överens kan man vända sig till tingsrätten för att få umgänget fastställt i en dom. Även socialnämnden får väcka talan om umgänge med en förälder eller en person som står barnet särskilt nära.

Om någon av föräldrarna inte rättar sig efter domen/avtalet kan verkställighet begäras i tingsrätten. Den kan besluta om vitesföreläggande eller i vissa mycket speciella fall om hämtning genom polismyndighetens försorg. Ett vitesföreläggande innebär att föräldern får betala ett visst belopp om han/hon inte rättar sig efter beslutet. Sådana lösningar blir mycket påfrestande för alla inblandade, inte minst för barnen. Det är därför viktigt att i tid söka hjälp och verkligen anstränga sig för att lösa problemen tillsammans.

Det finns inte motsvarande möjlighet för barn och vårdnadshavare att begära att domstolen förelägger en frånvarande förälder att träffa sina barn. Man kan dock begära hjälp hos socialtjänsten som kan försöka få till stånd samtal med den frånvarande föräldern, vårdnadshavaren och barnet.

Om barnet inte vill träffa den andra föräldern

Om det finns svåra konflikter kvar mellan föräldrarna kan det bli omöjligt för barnet att behålla kontakten med den förälder som det inte bor hos. Barnet kanske inte orkar med föräldrarnas osämja och skyddar sig genom att vägra träffa den andra föräldern. Barnet måste få känna att båda föräldrarna accepterar barnets boende och umgänge.

Även om man kan samarbeta ganska bra så kan barnets umgänge med den andra föräldern bli svårt. Barn kan ibland vara ur balans efter att ha träffat den förälder de inte bor hos. Det behöver inte betyda att umgänget är till skada. Ofta kan det bero på att sorgen över föräldrarnas separation åter väcks till liv och att känslorna för föräldrarna kan vara motstridiga.

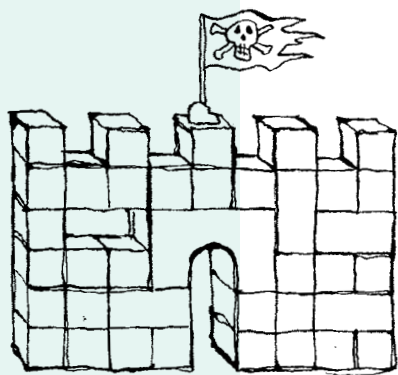
Barn kan känna sig så övergivna av en förälder som flyttar hemifrån att de inte klarar av sin sorg och ilska utan undviker kontakt. Då måste de få berätta om sina känslor och få förståelse. De behöver bli lyssnade på men inte förhörda.

De behöver också få höra att det är vanligt att det känns så här i början. Barn behöver få veta att föräldern tycker lika mycket om dem ändå och gärna vill

att de träffas ofta. Många barn har svårt att acceptera att någon, eller båda, av föräldrarna skaffar sig en ny familj. De barnen behöver få vara ensamma tillsammans med sin förälder då och då för att få känna att de fortfarande är viktiga. Barn är sällan lika entusiastiska som de vuxna över föräldrarnas nya partner, men ger man dem tid kan styvföräldern bli en tillgång.

För små barn är det svårt att vara borta länge från den förälder de bor hos, särskilt om barnet aldrig levt ihop med sin umgängesförälder eller

bara gjort det en kort tid. Barn har ett annat tidsperspektiv än vuxna och förstår inte vad en vecka eller en månad betyder. För att barnet ska ha en chans att knyta an till båda sina föräldrar måste det få möjlighet att ofta träffa även den förälder som det inte bor med. Här ställs stora krav på föräldrarna att hjälpas åt.



Alla vet att det krävs att barn har en invänjningsperiod när det gäller exempelvis förskola. Detsamma gäller om barnet aldrig, eller inte på mycket länge, levt ihop med en förälder. Principen ”lite och ofta” är då viktig innan umgänget flyter som det ska.

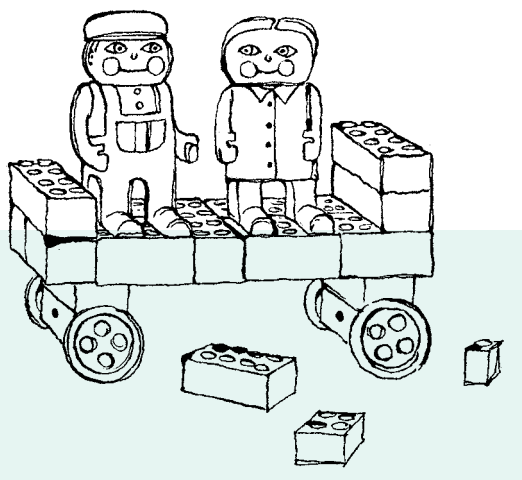
För skolbarn får kamraterna allt större betydelse. Tonåringar vill ofta hellre vara tillsammans med sina vänner och/eller få ägna sig åt sina fritidsintressen än träffa föräldrar. Det kan vara svårt att vara förälder till en tonåring och att vara umgängesförälder är inte lättare. Man får finna sig i att ”läggas på is” under en period och avvakta barnets behov av kontakt.

Umgängesförälder – vardagsförälder

Det är viktigt att komma ihåg att man inte måste ha ett aktivitetsprogram eller stå för någon underhållning när man träffar sitt barn. Att bara vara tillsammans, laga mat ihop, gå och handla, utföra vardagssysslor kan vara det viktigaste.

En svårighet för föräldrar kan vara när de har olika normer och regler. Barn har ofta mycket lättare än vuxna att leva med olika måttstockar. I skolan är det annorlunda än hemma,

hos farmor gör man på ett sätt, hos mormor på ett annat. En kamrat har stränga regler att rätta sig efter, hos en annan tycks allt vara tillåtet. Detta klarar barn vanligtvis av att hantera. Vad de inte klarar av är om föräldrarna ständigt klandrar varandra och ifrågasätter varandras sätt att leva.



Att försöka acceptera och respektera varandras normer och regler gör det lättare för både barn och föräldrar och man slipper ständiga utspel. Det är också nödvändigt att man som förälder lägger band på sig och aldrig kommer med nedsättande omdömen om den andre föräldern eller om dennes släkt. Eller att man utsätter barnet för regelrätta utfrågningar när det kommer hem från den andra föräldern.

En särskild svårighet kan drabba de barn vars föräldrar har olika bakgrund och kultur. Som förälder måste man respektera varandras olikheter och låta barnet få ta del av bådas kultur, religion etc.

Ibland är det svårt att ha ett vardagsumgänge med sitt barn. Det kan vara stora avstånd eller andra hinder. Tänk på att det är viktigt att ändå regelbundet höra av sig till barnet. Att skicka ett vykort, ett brev eller ett fax eller att ringa, skicka sms eller ett foto eller, om man har möjlighet, en videoinspelning.

Om en förälder har svåra problem

Ibland kan en förälder ha sådana problem att umgänget blir svårt för barnet. Föräldern kan vara våldsam, psykiskt sjuk eller missbruka droger. Om samvaron blir skrämmande och ofta gör barnet besviket, måste man skydda barnet. Något vanligt umgänge är kanske inte att tänka på, men det kan ändå vara bra att det finns en viss kontakt med föräldern, kanske tillsammans med någon som barnet litar på och känner sig trygg med.

I 3 kap. 6 § socialtjänstlagen står att kommunen kan utse en kontaktperson om vårdnadshavaren begär det. Barn som fyllt 15 år måste lämna samtycke till kontaktperson. Ett barn som är över 15 år kan också själv begära kontaktperson som stöd vid umgängestillfället.

Om det finns risk för att umgänget eller kontakten kan skada barnet bör det förstås inte komma till stånd.

Men i alla andra sammanhang ska föräldrarna uppmuntra kontakten.

Samarbetssamtal

När föräldrarna tvistar om vårdsnaden blir det lätt en konkurrenssituation där man undviker att hjälpas åt och istället framhåller varandras negativa sidor. Detta ökar avståndet och fiendskapen mellan föräldrarna och barnet får det svårare. Sett i ett livsperspektiv är barndomen kort och barn som upplever en tvist om vårdnad, boende eller umgänge kan känna sig berövade sin barndom.

Kommunen är skyldig att erbjuda samarbetssamtal. Man kan själv begära att få sådana samtal innan man vänder sig till domstol. Samtalen är kostnadsfria.

Samarbetssamtal är avsedda att hjälpa föräldrarna att nå fram till samförståndslösningar och blicka framåt i stället för att snegla bakåt. Hur ska de fortsättningsvis lösa sina konflikter så att de kan samarbeta om sina barn? Även om de inte ska fortsätta bo ihop måste de kunna prata om sina barn och tillsammans lösa de frågor som uppstår när de skiljs som par. Föräldrar som kan nå detta mål har åstadkommit något mycket viktigt för sina barn. Samarbetssamtalen kan avslutas med att man skriver bindande avtal om vårdnad, boende eller umgänge. Om det inte är olämpligt bör barnet på något stadium komma med i samtalen.

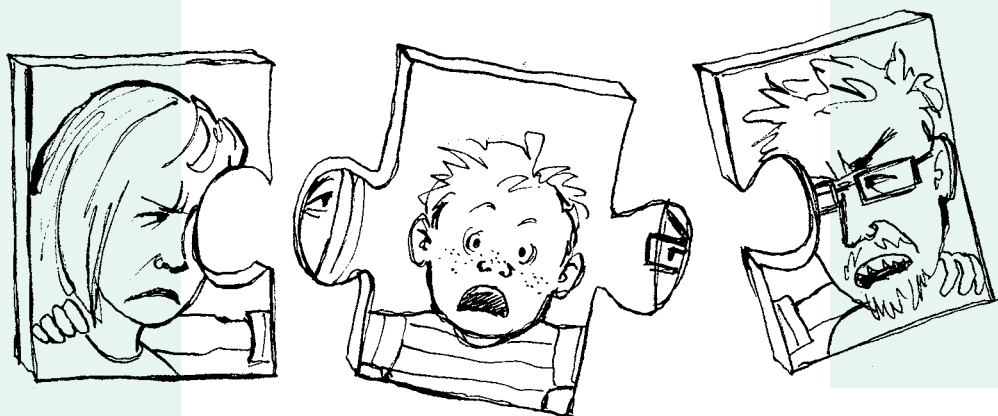
Tingsrätten har möjlighet att begära att parterna, före en vårdnadsutredning, söker lösa sina problem med hjälp av samarbetssamtal. Man kan inte tvingas att delta i samtalen, men de allra flesta brukar se dem som en möjlighet.

Även om tvisten gått så långt som till vårdnadsutredning kan man när som helst komma överens om att försöka med samarbetssamtal. Ju förr man söker hjälp

desto större utsikter är det att samtalen lyckas. Om samtalen leder fram till en gemensam lösning så att ingen vårdnadsutredning behöver göras, meddelas tingsrätten.

Då föräldrarna inte kan enas om vårdnaden

Ibland är det olämpligt att föräldrar har gemensam vårdnad efter en skilsmässa. Föräldrarna kan ha en så djup konflikt att ett meningsfullt samarbete om barnet inte



är möjligt. Då kan båda föräldrarna eller en av dem begära hos tingsrätten att bara den ena ska ha vårdnaden. Tingsrätten får fatta ett tillfälligt beslut, ett s.k. interimistiskt beslut om vårdnad, boende och umgänge om det behövs för barnets bästa.

Tingsrätten har möjlighet att skaffa upplysningar från socialtjänsten innan det tillfälliga beslutet fattas. Av föräldrabalken samt Socialstyrelsens allmänna råd framgår att utredaren, förutom att inhämta uppgifter från

socialtjänstens register och när så behövs från Rikspolisstyrelsens belastnings- och misstankeregister, bör ha ett samtal med föräldrarna och om det är lämpligt även med barnet.

Utredning om vårdnad, boende och umgänge

Om en tvist om vårdnad, boende eller umgänge inte kan lösas genom samarbetsamtal tar tingsrätten över ansvaret för beslutet om vem som ska vara vårdnadshavare, hos vem av föräldrarna barnet skall bo eller hur umgänget ska se ut. Innan rätten avgör ett mål ska socialnämnden ges tillfälle att lämna upplysningar. Om det behövs ytterligare information kan tingsrätten uppdraga åt socialnämnden eller åt någon annan sakkunnig att göra en utredning.

Hur utredningen ska gå till beror på vad tingsrätten har begärt. Vanligen ska utredaren klarlägga hur föräldrarna kan fungera för barnet i framtiden. Hos vem får barnet ha kvar båda föräldrarna? Vilka är behoven för just detta barn och vem kan bäst tillgodose dessa? Vad vill barnet? Vad är just detta barns bästa? Föräldrarna är experter på sitt barn, utredaren är expert på barn i allmänhet.

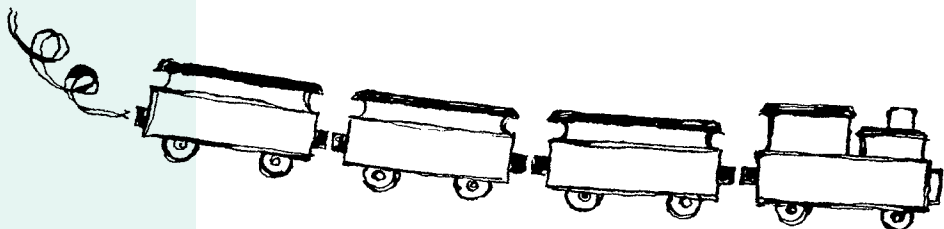
I utredningen är det barnet som är huvudpersonen. Utredaren träffar barnet och försöker ta reda på dess inställning. Detta kan också komma fram genom samtal med t.ex. personal på förskola eller skola. Även vid en utredning försöker man arbeta på ett sådant sätt att föräldrarna får hjälp att samarbeta om barnet så att de själva kan lösa tvisten. Utredaren ska, om det inte är olämpligt, lämna förslag till beslut. Ett förslag till beslut bör vara väl motiverat och beskriva vilka konsekvenser det får för barnet. Ett resonemang om vad olika alternativ kan innebära för barnet på kort och lång sikt bör finnas i utredningen. Vad innebär det om den ena

eller den andra av föräldrarna får vårdnaden eller om vårdnaden blir gemensam? Med vem av föräldrarna skall barnet bo eller ska barnet bo växelvist? Hur kan umgänget komma att se ut etc.

Föräldrarna får läsa och kommentera utredningen innan den skickas till rätten. Den bildar underlag för domstolens beslut.

Om barnet bor tillsammans med en förälder och ska umgås med den andra föräldern som bor på annan ort, ska boföräldern ta del i resekostnaderna efter vad som är skäligt med hänsyn till föräldrarnas ekonomiska förmåga och övriga omständigheter. Det är endast kostnader av någon betydelse som bör beaktas, t.ex. om avståndet mellan bostadsorterna är relativt stort. En riktpunkt kan vara att avståndet överstiger tio mil enkel resa. Föräldrarna kan få hjälp av socialtjänsten (familjerätten) att räkna fram hur kostnaderna skall fördelas och skriva avtal om fördelningen. Om föräldrarna inte kan enas kan de vända sig till tingsrätten.

Rätten kan, när den finner det lämpligt, uppdra åt en medlare att försöka få föräldrarna att nå en samförståndslösning som är förenlig med barnets bästa. Medlaren kan vara t.ex. domare, advokat, psykolog eller socionom. Tid för medling får inte överstiga fyra veckor.



Ekonomiska frågor

Bodelning mellan makar

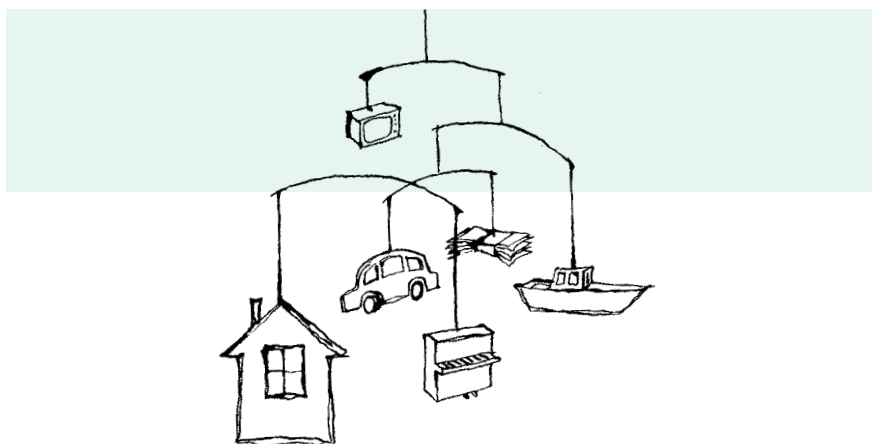
Under ett äktenskap ska makarna efter förmåga bidra ekonomiskt till familjens behov och ofta har man då mer eller mindre gemensam ekonomi. När äktenskapet upplöses är det inte bara samlevnaden utan även den ekonomiska gemenskapen som upphör. I princip ska alla makarnas tillgångar – efter avräkning för skulderna, delas lika. I en del fall kan man dock frångå denna princip, t.ex. vid kortvariga äktenskap.

Delningen sker vid en bodelning. Denna ska dokumenteras skriftligt och båda makarna ska skriva under den. Makarna kan göra bodelningen själva eller anlita jurist. Om man inte kommer överens kan någon av dem begära hos tingsrätten att en bodelningsförrättare utses. Denne bestämmer då hur boet ska delas mellan makarna. Är man inte nöjd med bodelningsförrättarens delning kan man klaga hos tingsrätten.

Kläder och saker för personligt bruk behöver inte ingå i delningen, inte heller egendom som någon av makarna fått som enskild egendom genom arv, testamente, gåva eller äktenskapsförord. Resten utgör makarnas giftorättsgods och är det som ska fördelas.

I första hand har make rätt att få sådant som tillhör honom/ henne. Vill någon behålla mer än vad andelen ger rätt till får man ersätta den andre maken med pengar. Vid bodelningen bestäms vem som ska behålla den gemensamma bostaden och bohaget. Den som bäst behöver bostaden och bohaget har rätt att få dem på sin lott. För det mesta blir det den som barnen ska bo hos. Om sådan egendom ägs av den andre maken, får den första maken dock överta den bara om det är skäligen även med hänsyn till omständigheterna i övrigt.

Dessa regler gäller oavsett om makarnas bostad är en hyreslägenhet, bostadsrätt eller villa och de gäller



även om bostaden och bohaget är enskild egendom på grund av äktenskapsförord. Däremot finns det inte någon rätt att överta egendom från den andra maken om egendomen är enskild genom gåva, testamente eller arv. Eftersom särskilt bostaden ofta är värd mycket pengar, kan den make som får överta den bli skyldig att betala en betydande ersättning till den andra maken. En hyresrätt anses dock normalt inte ha något ekonomiskt värde.

Ogifta sambor

När ogifta sambor separerar ska bostad och bohag som har förvärvats för gemensamt bruk fördelas genom bodelning, om någon av parterna begär det. Annan egendom kan inte tas med i bodelningen och som bostad räknas bara deras permanentbostad. Utanför bodelningen faller alltså bostad och bohag som inte har förvärvats för gemensamt bruk och dessutom alla andra tillgångar: pengar, bilar, fritidshus osv. Sådan egendom behålls av den sambo som äger den.

Bodelningen görs ungefär på samma sätt som när det gäller makar. Den som bäst behöver bostaden och bohaget kan få överta hela hemmet om han eller hon

ersätter den andre för värdet av det som övertas och övertagandet i övrigt kan anses skäligt. Dessa regler gäller oavsett om bostaden är en hyreslägenhet, bostadsrätt eller villa.

Om en hyreslägenhet eller bostadsrätt inte har förvärvats för gemensamt bruk men ändå används som gemensam permanentbostad ingår bostaden inte i bodelningen men den som bäst behöver bostaden kan ändå få överta den mot ersättning, om det med hänsyn till omständigheterna är skäligt. Om samborna inte har eller har haft barn tillsammans gäller detta endast om synnerliga skäl talar för det. Detta gäller dock inte vilafastighet som innehas med äganderätt och inte heller bohag.

Samhällets hjälp

Rättshjälp får inte beviljas i angelägenhet som rör bodelning i annat fall än vid klander av bodelning. Om det är skäligt med hänsyn till en makes ekonomiska och personliga förhållanden samt omständigheterna i övrigt, kan domstol på ansökan av denne besluta att ersättning till bodelningsförrättare för fem timmars arbete ska garanteras av allmänna medel (ersättningsgaranti). Ersättning enligt garantin betalas ut efter ansökan av bodelningsförrättaren om den som utverkat garantin har en andel i boet som efter avdrag för täckning av skulder är värd mindre än 100 000 kronor.

Sambor har möjlighet att skriftligen avtala bort sambolagen. Ett sådant avtal hindrar dock inte att den ena sambon kan ha rätt att överta en hyreslägenhet eller bostadsrätt.

Barnets försörjning

Alla föräldrar ska efter förmåga bidra till sina barns försörjning. Det gäller oavsett om man bor ihop med barnet eller ej. Förälder som inte bor tillsammans med sitt barn får bidra till barnets försörjning genom att betala ett underhållsbidrag. Beloppets storlek bestäms med hänsyn till barnets behov och föräldrarnas ekonomi. Kostnader som den bidragsskyldige har i samband med att den har barnet hos sig kan inom vissa ramar antingen dras av i efterhand eller räknas ifrån redan när underhållsbidraget bestäms.

Umgängesföräldern har rätt till avdrag på underhållet med 1/40 per dygn om han/hon har barnet hos sig minst fem hela sammanhängande dygn eller minst sex hela dygn totalt under en kalendermånad, dock inte om man redan i underhållsavtalet tagit hänsyn till umgängeskostnader. Den dag som barnet återlämnas till boendeföräldern räknas som ett helt dygn.

Om föräldrarna inte bor tillsammans och inget eller ett litet underhållsbidrag betalas, har barnet rätt till underhållsstöd. Detta återbetalas helt eller delvis till försäkringskassan av den underhållsskyldige föräldern.

Underhållsstöd kan sökas hos försäkringskassan av vårdnadshavaren eller, vid gemensam vårdnad, av den förälder som barnet är folkbokfört hos.

Om den ena av föräldrarna är avliden och barnet får låg barnpension eller ingen barnpension alls kan barnet få efterlevandestöd.

Alla barn som är bosatta här i landet har rätt till barnbidrag till och med det år då de fyller 16 år. Vid gemensam vårdnad kan föräldrarna gemensamt begära att barnbidraget skall delas mellan dem. För detta krävs att föräldrarna inte bor ihop och att de har barnet hos sig halva tiden var (växelsvis boende). Om inte föräldrarna gör någon anmälan om vem av föräldrarna som

skall ha bidraget betalas det automatiskt till barnets mor.

Om föräldrarna har gemensam vårdnad men barnet varaktigt bor tillsammans med endast en av dem har, efter anmälan, den förälder som barnet bor med rätt att uppbära barnbidraget. Rätt till bostadsbidrag har den som har vårdnaden om ett barn och som varaktigt bor tillsammans med barnet. Visst bostadsbidrag kan även betalas till den som på grund av vårdnad eller umgänge tidvis har barn boende i sitt hem. Barnet kan endast vara skrivet på en adress även om det bor hos båda lika mycket.

För fullständig information om barnbidrag och bostadsbidrag hänvisas till Försäkringskassan.

Frånskilda makars underhållsskyldighet mot varandra

När ett äktenskap upplöses ska var och en av makarna försörja sig själv. Underhållsbidrag kan dock förekomma under en övergångstid, t.ex. om hustrun varit hemarbetande. Då kan hon få underhållsbidrag tills hon skaffat sig ett arbete utanför hemmet. I undantagsfall kan det också bli aktuellt med underhållsbidrag även för en längre tid efter skilsmässan. Det gäller i regel när ett långvarigt äktenskap upplöses och en av makarna har varit hemarbetande och på grund av exempelvis sin ålder har svårt att skaffa sig ett arbete.

Om man separerar utan att ha varit gift finns det inte någon rätt till underhåll för någon av parterna.

Hur går det till att skiljas?

Det är alltid domstolen som upplöser ett äktenskap. Är båda makarna överens om att skiljas gör de en gemensam ansökan om äktenskapsskillnad till tingsrätten. Båda makarna måste skriva under ansökan och sända in den till den tingsrätt där någon av dem har sitt egentliga hemvist. Om de har gemensamt barn under 16 år, eller någon av dem är vårdnadshavare för och bor tillsammans med ett barn under 16 år, kan skilsmässan ske först efter en betänketid på minst sex månader räknat från den dag ansökan kom in till tingsrätten. Domstolen lägger sig som regel inte i frågor om boende, umgänge, underhåll eller vårdnad om barn om inte någon av makarna begär det, antingen i ansökan eller vid ett senare tillfälle.

Domstolsverket (DV) har tagit fram en särskild blankett för gemensam ansökan om äktenskapsskillnad och för reglering av frågor i anslutning till skilsmässan. Den kan fås från DV:s hemsida eller från tingsrätten eller från socialtjänsten (familjerätten).

När man ansöker om skilsmässa ska man alltid bifoga personbevis och hemortsbevis för alla inblandade. Dessa bevis får man hos Skatteverket. En ansökningsavgift till tingsrätten ska betalas in via postgiro. Tingsrätten svarar på frågor om hur stor avgiften är och vilket postgironummer som gäller.

Om makarna inte är överens får den som vill skiljas stämma sin motpart hos tingsrätten. Betänketid löper, från den dag den andre parten får en kopia av ansökan från tingsrätten, oavsett om man har barn eller inte.

Under betänketiden är makarna fortfarande gifta. De kan välja om de vill bo tillsammans eller på skilda håll. Det är alltid bra om de är överens om de praktiska frågorna under betänketiden, t.ex. hos vem barnen ska bo och om underhåll ska betalas. Kan man inte

komma överens får domstolen besluta om vad som ska gälla under betänketiden.

Är man oense om umgänge, boende och vårdnad om barnen kan domstolen ge socialtjänsten i uppdrag att ordna samarbetsamtal mellan makarna.

Oavsett om man skickat in gemensam ansökan eller om man stämt sin motpart ska, när minst sex månader gått, tingsrätten meddelas på nytt om man önskar fullfölja skilsmässan. Domstolen dömer då till äktenskapskillnad. Har tingsrätten inte hört av makarna inom ett år efter det ansökan gjordes skriver domstolen av målet och äktenskapet består.

Rättshjälp

Om man behöver hjälp av advokat eller annan jurist kan man mot avgift enligt taxa få rådgivning enligt rättshjälpslagen under en timme. Möjligheterna att få rättshjälp i familjerättsliga angelägenheter är däremot begränsade. För att rättshjälp överhuvudtaget ska beviljas krävs att rådgivning lämnats i angelägenheten i minst en timma, om sådan rådgivning inte är uppenbart obehövlig eller det finns något annat särskilt skäl. För att rättshjälp ska beviljas i angelägenhet som rör äktenskapskillnad eller underhållsbidrag krävs därutöver särskilda skäl. Rättshjälpen är inte en gratisförmån, utan man får själv betala en viss andel av kostnaderna för rättshjälpsbiträdet. Hur stor andel beror på inkomst, skulder, försörjningsbördor etc. Rättshjälpsmyndigheten, tingsrätten samt advokater eller jurister som lämnar rådgivning enligt rättshjälpslagen kan lämna ytterligare upplysningar om möjligheterna att få rättshjälp och vilka belopp som den enskilde själv får betala.

Svensk lag gäller för invandrare

Vill utländska medborgare skiljas i Sverige, får de göra det enligt svensk lag om de har hemvist här sedan minst ett år. Skilsmässan gäller då i Sverige.

Det innebär inte att skilsmässan alltid är giltig i det land man kommer ifrån. Ska skilsmässan också gälla i ursprungslandet får man i vissa fall ansöka om skilsmässa även där. Ansökan prövas då enligt det landets lagar. Närmare upplysningar lämnas av landets ambassad.



Att skiljas (artikelnr 2013-9-8) kan beställas från
Socialstyrelsens publikationsservice
www.socialstyrelsen.se/publikationer
E-post: publikationsservice@socialstyrelsen.se
Fax: 035-19 75 29

Publikationen kan även laddas ner från www.socialstyrelsen.se

 **Socialstyrelsen**