

INGER LISE STYVE

samlivsbrudd

— HVA DU BØR VITE



GYLDENDAL
AKADEMISK

INGER LISE STYVE

SAMLIVSBRUDD

HVA DU BØR VITE ...



GYLDENDAL
AKADEMISK

© Gyldendal Norsk Forlag AS 2005

1. utgave

ISBN: 978-82-05-44494-2

Layout: Laboremus Prepress AS & Modest Design

Sats: Laboremus Prepress AS

Brødtekst: Minion 10/14,5 pkt

Alle henvendelser om boken kan rettes til

Gyldendal Akademisk

Postboks 6730 St. Olavs plass

0130 Oslo

www.gyldendal.no/akademisk

akademisk@gyldendal.no

Det må ikke kopieres fra denne boken i strid med åndsverkloven eller avtaler om kopiering inngått med KOPINOR, interesseorgan for rettighetshavere til åndsverk. Kopiering i strid med lov eller avtale kan medføre erstatningsansvar og inndragning, og kan straffes med bøter eller fengsel.

Forord

For å skrive denne boka har jeg måttet bevege meg inn på ulike fagfelt. Hvert fagfelt krever innsikt og spesialkunnskaper, og jeg har kunnet hente inn kunnskaper og erfaring fra personer med stor kompetanse på sine områder. Jeg er meget takknemlig for disse bidragene.

En spesiell takk går til rådgiver Anne-Lene Egeland Arnesen ved sosial- og familieavdelingen hos fylkesmannen i Buskerud, som fra første stund har gitt støtte og oppmuntring til å skrive boka, og som har gitt verdifulle råd underveis gjennom sin solide juridiske kompetanse.

Med takknemlighet nevnes også rådgiver Øyvind Johansen ved Fylkes- trygdkontoret i Buskerud. Hans betydelige kunnskaper innenfor lov om folketrygd har vært svært viktige.

Det samme gjelder økonomisk rådgiver Einar Figenschou i Nedre Eiker kommune. Hans gode kunnskaper innenfor økonomi vil forhåpentligvis komme mange lesere til gode.

Videre sendes takk til spesialist i klinisk psykologi Eli Myking og fysio- terapeut Lisbeth Randers-Pehrson for kreative innspill.

I tillegg går tankene til alle dere jeg gjennom mitt arbeid har hatt kontakt med, og som gjennom sin prosess i forbindelse med sitt samlivsbrudd har gitt meg ulike grunner til å skrive boka.

Drammen, våren 2005

Inger Lise Tangen Styve

Innhold

KAPITTEL 1 INNLEDNING	13
Hva boka kan hjelpe deg med – og hvordan bruke den	13
DEL 1 TANKER, FØLELSER OG REAKSJONER	17
KAPITTEL 2 SAMLIVSBRUDDETS PSYKOLOGI	18
Når bruddet er en realitet	20
Forventninger i samlivet	20
Samlivsbrudd – fiasko eller ny sjanse?	21
Har dere samme tempo i bruddet?	22
Hvordan komme gjennom den følelsesmessige delen av bruddet?	25
De fire reaksjonsfasene	25
Oppsummering	32
De vanskelige følelsene	33
Følelser overfor ekspartneren	34
Mellomfasen	36
Veien videre	37
Ny partner	37
Kan et samlivsbrudd lære oss noe?	38
Deppa – jeg?	38
Tegn på depresjon	39
Hvordan kan du motvirke depresjon?	39
KAPITTEL 3 HVA MED BARNET?	46
Du ønsker det beste for barnet ditt	46
Hvordan fortelle barnet om samlivsbruddet?	47
Hva tenker og føler barnet?	48

Kan barn ha sorg?	49
Hvordan ser jeg at barnet har det vanskelig?	50
Når du blir bekymret for barnet	51
Barnets bearbeiding av sine vansker	51
Besteforeldre og andre voksne	52
Hverdagen	52
Hvem skal barnet bo hos?	52
Vil økonomi ha noen betydning for hvor barnet skal bo?	53
Hva innebærer det å være bostedsforelder?	54
Delt bosted	56
Delt bosted eller utvidet samvær inntil 50 prosent?	58
Samvær mellom foreldre og barn	59
Hva slags samvær trenger barn?	59
Når samværet ikke blir vellykket	62
Når barnet ikke vil til samværsforelderens	63
Hvordan bruke rådene	63

DEL 2 JUSS 65

KAPITTEL 4 SAMLIVSBRUDD OG LOVGIVNING	66
Hva er et samlivsbrudd?	67
Hvem kan gi separasjon eller skilsmisse?	67
Når bare den ene vil søke separasjon eller skilsmisse	67
Faktisk samlivsbrudd	68
Skilsmisse på grunn av overgrep	68
Bigami	68
Ekteskap mellom nære slektninger	68
Skilsmisse ved dom	69
Skilsmisse	69
Hvilke krav stilles for å få innvilget skilsmisse?	69
Rettsvirkninger	70
Hvorfor blir skjæringstidspunktet så viktig?	70
Fri retts hjelp og økonomiske rettigheter	71
Vanlige spørsmål	71
Skifte av etternavn	71
Opphør av separasjon	71
Økonomiske konsekvenser ved opphør av separasjon	72
Dersom det blir brudd på nytt	72
Mekling for foreldre	73
Hvem mekler?	73
Mekling etter lov om ekteskap	74
Mekling etter barneloven	74
Formålet med meklingen	75

Unntak for plikten til å møte til mekling	75
Separat mekling	76
Informasjon til barnet	76
Barnets rett til å uttale seg	76
Stadfesting av avtale	77
Hva innebærer det å ha foreldreansvar?	77
Hvem har foreldreansvaret?	78
Foreldreansvar etter dødsfall	78
Omfang av samvær	79
Når samværsretten blir hindret	79
Hvor lang gyldighet har en meklingsattest?	80
Endring av samværsavtale	80
Dersom mor og far ikke blir enige om foreldreansvar, bosted eller samvær med barnet	80
Nye saksbehandlingsregler	81
De sakkyndiges roller – formålet med bruk av sakkyndige	82
Foreløpig avgjørelse	83
Hvis du ønsker å anke en domsavgjørelse	83
Vanlige spørsmål	83

DEL 3 ØKONOMI

KAPITTEL 5 ØKONOMI

Hvordan vil økonomien din bli?	88
Budsjett	89
Hvorfor er det viktig å lage et budsjett?	89
Vurder å knipe inn på utgiftene	90
Endring av skattetrekk	91
Når den dårlige økonomien slår deg helt ut og kreditorene truer	92
Gjeldsordningsloven	92
Sosial stønad etter separasjonen	92
Bostøtteordning	93
Ektefellebidrag. Sørg for skriftlig avtale	93
Bidragsforskudd	93
Nettsteder	93

KAPITTEL 6 BARNEBIDRAG

Nye bidragsregler	94
Privat avtale	95
Fastsettelse av barnebidrag: Kostnadsmodellen – og en tommelfingerregel	96
Utgangspunktet er reelle kostnader	96

Bidragskalkulator på nett	97
Kostnadsmodellen	98
Bidragsevnevurdering	102
Bidrag til flere barn	103
Fradrag for samværsdøgn	103
Unntaks- og tilleggsgestemmelser der	
kostnadsmodellen fravikes helt eller delvis	104
Delt bosted	104
Barnetillegg fra folketrygden	105
Hva må til for å få tilleggsgestemmelser?	106
Bidragforskudd	106
Justering av avtale om barnebidrag	107
Vanlige spørsmål	107
Særtilskudd til konfirmasjon eller tannregulering	107
Samværsforelderen møter ikke til samvær	108
Bidragsmottaker vil ikke levere barnet	108
Mye samvær og liten inntekt	108
To dagers samvær i måneden gir rett til samværsfradrag	108
Når vi ikke blir enige om størrelsen på barnebidraget	108
Når jeg jobber mindre enn 100 prosent – for å være	
sammen med familien	109
Bidrag etter fylt 18 år	109
Ettergivelse av bidragsgjeld	110
Reisekostnader ved samvær	110
Full avtalefrihet	110
Delt bosted	110
Hvilke kostnader gjelder det?	111
Beregning av reisekostnadene	112

KAPITTEL 7 ØKONOMISKE RETTIGHETER VED ULIKE

OMSORGLØSNINGER	114
Ulike omsorgsløsninger	114
Økonomiske stønader til enslig mor eller far	119
Vilkår for å få støtte	119
Overgangsstonad	119
Stonad til barnetilsyn	120
Utdanningsstonad	121
Tilskudd til flytting for å komme i arbeid	121
Når du mister retten til stonad	121
Barnetrygd	122
Unntak fra kravet om at barnet skal bo i Norge	122
Hvor stor er barnetrygden?	123
Ekstra småbarnstillegg	123

Utvidet barnetrygd	123
Kontantstøtte	125
Hvis barnet blir sykt – hvilke rettigheter har du da?	126
Omsorgspenger	126
Hvem har rett til omsorgspenger?	126
Omsorgspenger	127
Barnet har delt bosted	127
Hva skjer når mor eller far inngår nytt samboerforhold eller giftemål?	128
 KAPITTEL 8 SELVANGIVELSE OG SKATT	129
Selvangivelsen	130
Skatt og skatteklasser	130
Noen aktuelle fradrag	132
Personfradrag	132
Foreldrefradrag	132
Ektefeller som separeres eller skilles: Beskatning	133
Fordeling av formue og gjeld ved felleseie	133
Fordeling av formue og gjeld ved særeie	133
Fordeling av bruttointekt og fradrag	133
Endret omsorgsansvar	134
Når hver av foreldrene har et barn boende hos seg	135
 KAPITTEL 9 FORMUESFORHOLDET VED SEPARASJON OG SKILSMISSE	136
Separasjon og skilsmisse	136
Skifte	137
Skjæringstidspunktet	137
Likedeling av felleseie	138
Skjevdeling	138
Fordelingen av eiendeler i sameie	141
Innbo og løsøre	142
Skifteretten	143
Oppløsning av samboerforhold	144
Den økonomiske delingen mellom samboere	144
Husstandsfellesskapsloven – en slags samboerlov	147
Løsøre	148
Gjeld	148
Når store boligverdier skal fordeles: en mulig framgangsmåte	149

VEDLEGG 1	151
NÅR DU TRENGER HJELP TIL DEG SELV!	
VEDLEGG 2	155
NÅR DU TRENGER JURIDISK HJELP!	
KILDER	157
SKJEMAER OG OVERSIKTER	159
Veiledningskart	162
STIKKORD	177

Innledning

Vårt samfunn er i kontinuerlig forandring. Dette kommer til uttrykk på mange og ulike områder og er med på å prege livet vårt. I de siste tiår har store og dyptgripende endringer funnet sted innenfor familieforhold og samliv. Familiemønstrene har skiftet form og mennesker har måttet finne nye måter å tilpasse seg dette på. Statistikken viser at for mange mennesker er det ikke lenger noen automatikk i å leve sammen i et livslangt forhold dersom samlivet ikke fungerer (se boks 1.1).

Hva boka kan hjelpe deg med – og hvordan bruke den

Etter 25 års arbeid med familier som har opplevd at parforholdet har tatt slutt, synes det riktig å skrive denne boka. Den bygger på lang erfaring med hensyn til hva mennesker møter av utfordringer i forbindelse med familieoppløsning. Boka er ment som en hjelp for deg som står overfor et samlivsbrudd, men også for deg som skal veilede mennesker som opplever familieoppløsning.

Samlivsbrudd griper inn i hele familiesituasjonen. Det gjør noe med alle som blir involvert, og partene opplever at hendelsen fører til omstilling på ulike områder. Befinner du deg i en slik situasjon, er du i en prosess hvor du kjenner konsekvensene av bruddet på egen kropp. Boka tar for seg en rekke aspekter ved et samlivsbrudd med hovedvekt på følgende:

- Det psykologiske aspektet ved et samlivsbrudd
- Barnets situasjon
- Hvilke juridiske forhold som blir aktuelle
- Stønader og økonomi

Følelsene våre De fleste møter *emosjonelle utfordringer* ved et samlivsbrudd. Som et hjelpemiddel gir boka flere eksempler på hvordan andre før deg har bearbeidet den vanskelige følelsesmessige fasen, samt en oversikt over ulike faser i et samlivsbrudd.

Barnet vårt Foreldre er opptatt av at barnet skal få et godt liv også etter at mor og far har flyttet hver for seg. Du vil finne mange tanker og råd for å hjelpe barnet til å forholde seg til dere begge og fortsatt føle trygghet, trivsel og mestring i hverdagen.

Juridiske forhold En separasjon eller skilsmisse tilsier at ulike *juridiske formaliteter* må gjennomføres. Boka vil gi deg hjelp og veiledning, slik at du lettere kan finne ut av hva du må gjøre for å ordne de aktuelle formaliteter, og den viser hvor du kan henvende deg for å få den hjelpen du måtte ha behov for. Også *formuesforhold og deling av boet* tas opp. Hvilke regler gjelder for gifte og hvilke gjelder for samboere? Dette vil bli drøftet i eget kapittel.

Økonomien Økonomien endrer seg når et parforhold oppløses. Det blir derfor viktig å bygge et nytt stabilt økonomisk grunnlag. Boka vil vise deg hva du vil ha rett til av økonomiske stønader fra det offentlige og gir deg for øvrig gode tips om økonomi. Du vil også kunne finne ut av hvilke skatteregler som gjelder når du skiller lag med partneren. Myndighetene legger opp til at *barnebidrag* bør være en privat avtale mellom foreldrene. Men hvordan komme fram til en mest mulig rettferdig avtale?

Du vil altså få en rekke tips og gode råd som kan hjelpe deg til å få et solid grunnlag å bygge livet videre på etter et samlivsbrudd. Og bruk den gjerne som en oppslagsbok du kan komme tilbake til etter behov. Bakerst i boka finner du en rekke nyttige skjemaer og et veiledningskart som gir en grov oversikt over hva du formelt må gjøre ved et samlivsbrudd, og hvor du kan få hjelp til dette.

Boks 1.1 Tallenes tale

Ekteskap og skilsmisser

Tallet på skilsmisser har mer enn firedoblet seg siden begynnelsen av 1960-årene. I Norge blir omkring 10 000 ekteskap oppløst ved skilsmisse hvert år. Tallet for 2003 var nær 10 800 ekteskapsbrudd, mens tallet på separasjoner var 12 800. Disse tallene er høyere enn noen gang.

I nærmere 60 prosent av familiene som opplever skilsmisse, er det barn under 18 år. Mens 7224 barn var gjennomsnittstall per år i tiden 1971–1975, opplevde 17 053 barn at deres foreldre skilte seg i 2003.

Og både for menn og kvinner var skilsmisseraten høyest i aldersgruppen 35–39 år, med henholdsvis 22,8 og 23,6 skilsmisser per 1000 gifte og separerte.

Samboerskap og samlivsbrudd

I tillegg til skilsmisse blant ektefeller kommer samlivsbrudd blant samboere. Veiene inn til et samliv har endret seg. I dag er det like vanlig å starte et samliv med et samboerforhold som det tidligere var å gifte seg. Undersøkelser har vist at blant kvinner født i 1970, har ni av ti valgt samboerskap som første samlivsform.

Forrige kvinnegenerasjon valgte det motsatte. Av kvinner født rundt 1940 valgte ni av ti ekteskap som første samlivsform. Andelen samboere har økt dramatisk på 30 år.

Det finnes mer enn 500 000 samboere i Norge i dag, men ingen statistikk over antallet brutte samboerskap per år. Likevel har man registrert at hyppigheten av brudd synes større i samboerforhold enn blant de som har ekteskap som samlivsform.

DEL 1

Tanker, følelser og reaksjoner

Samlivsbruddets psykologi

Samlivsbrudd er en av de større påkjenninger vi mennesker kan møte. En slik situasjon er stressende for alle som berøres. Mange vil oppleve at det settes i sving krefter som er med på å avsløre menneskelige styrker og svakheter som til da har vært mindre framtrædende. Vanskelige følelser og andre utfordringer kan bli så store at vår vanlige kontroll over livet glipper.

Ethvert samlivsbrudd vil oppleves som unikt. Det er fordi mennesker og situasjoner er ulike. Ethvert individ har sine reaksjonsmønstre, sine styrker og sin personlighet. Dessuten varierer omstendighetene rundt menneskene, noe som også vil sette sitt preg på situasjonen.

Vi skal gjennom boka følge tre par som står overfor samlivsbrudd. Deres opplevelser vil vise noe av bredden i reaksjonsmønstrene og utfordringer man kan møte. To av parene er gift og ett par er samboere.

Lotte og Lars

Det tok tid før jeg forstod at noe var galt. Vi hadde et nokså hektisk familieliv. Lars og jeg var i jobb og vi hadde ett barn i skolealder. Vi hadde fulle dager men jeg syntes nok at vi hadde det forholdsvis bra sammen, selv om vi nok kunne ha pleiet forholdet vårt enda bedre.

Lars hadde en jobb hvor han reiste mye. Han måtte delta på en del kurs og var noe borte om nettene. Det siste halvåret hadde han vært mer borte enn tidligere. Jeg undret meg kanskje over det, men enten så har jeg fortrengt at noe kunne vært galt eller så har jeg ikke vært bevisst nok.

Jeg trodde likevel ikke mine egne ører da han en ettermiddag over kaffekoppen sa at det var noe han måtte fortelle meg. Han hadde nemlig truffet en annen kvinne han var blitt glad i. Han ville ha skilsmisse.

Lars forsvant ut den kvelden. Uforstående og sønderknust ringte jeg min venninne Marianne.

Lars ba Lotte om separasjon. Vi skal følge dette paret gjennom deres samlivsbrudd. Men vi skal også stifte bekjentskap med samboerparet Jonny og Janne.

Jonny og Janne

Hun hadde dratt sin vei. Jeg fant en lapp på kjøkkenbordet da jeg kom fra jobb. Brutalt lyste den mot meg. «Jeg har reist. Vil ikke mer», stod det. Med ett kjente jeg at et eller annet grep tak i meg. Hva var skjedd? Jeg så meg rundt. Ingen samboer, ingen middag, ingen unger. Det vanlige stresset manglet.

Om jeg ble klar over at jeg stod ved et veiskille i livet akkurat da, er jeg ikke sikker på. Jeg maktet vel ikke helt å tenke klart. Men hvis jeg skal sette ord på følelsene som fløy gjennom meg da jeg mottok denne beskjednen, må det ha vært kulde, sinne, lengsel, forvirring og undring. Noen vil helt sikkert kalle det sjokk.

Vi hadde kranglet kvelden før. Vi hadde egentlig hatt mange krangler over tid, men det gikk på en måte over hver gang. Kanskje la vi lokk på det.

Hun hadde truet med å dra tidligere, men hadde aldri gjennomført det. Men hva nå? Da hun senere ringte, ba jeg henne ta med seg ungene og komme hjem. Hun kom, men stod fast på at hun ville ha samlivsbrudd.

Vi tar også med oss historien om hvordan Kathrine og Carl opplevde sitt samlivsbrudd. De satt sammen da de fortalte om seg selv.

Kathrine og Carl

Samlivet vårt ble ikke slik vi hadde håpet og planlagt. Vi forstod begge etter hvert at vi hadde et nokså forskjellig syn både på interesser, verdier og holdninger. Vi vokste hver vår vei og fikk stadig mindre felles. Følelsene for hverandre endret seg. Vi fikk etter hvert en felles forståelse om at det måtte bli samlivsbrudd. Vi var ikke uvenner og vi respekterte hverandre, så at den andre parten var et verdifullt menneske, men vi passet rett og slett ikke sammen. Vi brukte likevel god tid på atskillellesprosessen og gikk fra hverandre som venner, selv om vi hadde konflikter og begge følte sorg over at vi ikke fikk forholdet til. Selve krisen gjennomlevde vi i ekteskapet, og det føltes etter hvert som en lettelse for oss begge da vi flyttet hver for oss. Men vennskapet vårt er hele tiden viktig og vesentlig for at barna skal ha det optimalt bra. Vi vil jo alltid være deres foreldre.

Vi hører om tre ulike parforhold og deres start på prosessen med å gå fra hverandre. Beretningen viser oss at Lotte og Lars står på ulike nivå med

hensyn til å ville oppløse samlivet. Lars er klar for et brudd, noe Lotte ikke er. Det innebærer at de befinner seg følelsesmessig på ulike steder. Det samme gjelder Jonny og Janne: Kun den ene parten ønsker seg ut av forholdet. Cathrine og Carl følger hverandre langt mer når det gjelder å arbeide seg gjennom den følelsesmessige prosessen. De gjennomlever krisen sammen.

I mange samlivsbrudd er partene på ulike følelsesmessige nivå med hensyn til å oppløse samlivet. Det medfører ofte sterke psykiske påkjenninger for den som er minst forberedt. Hva som kan skje i slike forhold og hvordan det går an å bearbeide de kaotiske følelsene som ofte oppstår, vil jeg komme tilbake til senere i kapitlet.

Når bruddet er en realitet

Samlivskrisen er reell. Du og partneren din står overfor et brudd i samlivet. Dere er imidlertid blant mange i samme situasjon. Antall separasjoner og skilsmisser i samfunnet vårt sier oss noe om at å leve sammen er en utfordrende oppgave. Årsaker til samlivsbrudd kan være mange, og de kan være kompliserte. Men det finnes råd og håp om det ser aldri så umulig ut.

Forventninger i samlivet

Et samlivsbrudd setter mange tanker og følelser i sving. Hva var det som egentlig gikk galt? Hvorfor fikk vi det ikke til? Hvis du ikke har klare svar på årsaken til bruddet, så les videre!

Tenk deg tilbake til starten på forholdet. Hva visste du om din partner den gang dere bestemte dere for å leve sammen? Var dere godt nok kjente med forventningene dere hadde til hverandre? Kanskje svarer du nei, kanskje ja.

Var du det, så still deg spørsmål om forventningene har endret seg underveis? For i de aller fleste samliv opplever personene at forventningene til partneren endrer seg etter hvert. Det gjelder både de som ender med brudd og de som ikke gjør det.

Både du og din partner har sannsynligvis gjennomgått forandringer. Møtte dere hverandre som unge mennesker, har endringene trolig vært