



## СПОДЕЛЕНОТО РОДИТЕЛСТВО

**наръчник за информационни сесии с родители пред раздяла**



----- [www.eufunds.bg](http://www.eufunds.bg) -----

*Проект № BG05SFOP001-3.003-0090, „Съдебната реформа под лупа II“ се реализира с финансовата подкрепа на Оперативна програма „Добро управление“, съфинансирана от ЕС чрез Европейския социален фонд*



## КАК ДА БЪДЕМ ДОБРИ РОДИТЕЛИ

В партньорска двойка, независимо дали съпружеска, или не, има свой път и свои трудности за преодоляване. Понякога различията и конфликтите между двамата може да са толкова сериозни, че компромисите да се окажат невъзможни и единственото решение да бъде раздялата. Често се случва в тази ситуация бившите вече партньори да изпитват силно неприязнени чувства един към друг и или напълно да избягват контакт помежду си, или да продължават с конфликтите и след раздялата.

Каквито и чувства да изпитват един към друг двамата партньори в раздяла, това не отменя чувствата за привързаност, обич и нужда да се грижат за детето си.

Конфликтите между родителите рефлектират върху общото състояние на детето и това често води до емоционални, психологически и здравословни проблеми. За да се избегнат или поне намалят негативните последици върху детето по време на раздялата на родителите, в такива моменти е важно да се установят ясни граници между бившите партньори, да се формулират отговорностите и правата им и да се осмисли връзката им с детето по най-добрия за него начин.

Какво се случва в главата на детето, когато родителската двойка е в конфликт и се разделя? На първо място се появява несигурността. За разлика от други те бозайници, човешкото същество съзрява много бавно и дълго време е зависимо от родителите си. Детето подсъзнателно усеща тази своя зависимост и чувства напрежението между своите родители и тяхната раздяла като заплаха за своето оцеляване:

„Какво ще се случи с мен от тук насетне?“. Това води до повишена тревожност и бурни емоционални изблици. Може да се наблюдава и регрес в развитието (т.е. детето да започне да се държи като бебе), особено при децата в по-малка възраст: например, детето, което вече е свикнало да спи в собственото си легло и в собствената си стая, да започне да се буди през нощта и да търси утеха в леглото на родителите, може да се стигне до отказ да се хранят с твърда храна, отказ да се грижат за хигиената си и т.н. У детето се появяват съмнения дали вината за конфликтите и раздялата не е у него: „Достатъчно добър ли съм? Достатъчно послушен ли бях? Заради мен ли се разделят?“ Често родителите, в гнева си към другия партньор, несъзнавано отправят обвинени- ята за собствените си неуспехи към детето: „Всичко



се промени, откакто се появи детето. Животът беше по-лесен, преди то да се роди.“ Подобни изказвания пораждават у детето чувство за вина, което то трудно осмисля и тогава можем да наблюдаваме прояви на агресия и автоагресия. Друга мисъл, която се промъква в детските глави е: „Какво мога да направя, че да ги събера отново заедно?“ И тук можем да се насладим на изключителната, макар и често несъзнавана, изобретателност на децата. Например: „Когато имам проблем, мама и тате се сплотяват, за да ми помогнат. Следователно трябва да се вкарвам в проблеми.“ Това води децата до рисково поведение, което често заплашва здравето и дори живота им.

Тогава наблюдаваме и чести боледувания: ангините, болките в ушите и стомашните проблеми са сред най-често срещаните психосоматични реакции при децата. И не случайно! Ушите им чуват много неща, които не биха искали да чуват, често не могат да кажат това, което им се иска, а да не говорим колко трудно "се смилат" родителската раздяла за едно дете.

Честният и спокоен разговор с детето в голяма степен му помага да разбере ситуацията правилно и да престане да се чувства застрашено, виновно или отговорно за проблемите във връзката на родителите си. Важно е то ясно да чуе, че родителите му ще продължат да го обичат и да се грижат за него, независимо от отношенията помежду им и че напреженията между тях нямат нищо общо с неговото поведение и неговите отговорности.



## КАК И КОГА ДА СПОДЕЛИМ, ЧЕ ПРЕДСТОИ РАЗДЯЛА

Понякога родителите се чувстват объркани кога и как да съобщят на детето, че се разделят. Струва им се, че детето е твърде малко, за да разбере, страх ват се, че ще го изплашат или наранят, твърде гневни са, за да могат да говорят за това... По- някога пък единият от родителите бърза да съобщи за решението си за раздяла, за да представи своята гледна точка и да „привлече“ детето на своя страна и да го настрои срещу другия родител.

Когато родителите са в конфликт или вече се разделят, детето, колкото и малко да е, неизбежно започва да си зада ва въпроси какво се случва. Ако възрастните не му помогнат да се ориентира в ситуацията, то започва да измисля свои отговори, които може да са много плашещи или разстройващи за него. Противоречивата информация, която може да идва от родителите, също го кара да се чувства несигурно и объркано.

Няма определена възраст на децата, която да е благоприятна за раздялата и развода на родители те. За сметка на това има подходящо време, когато да се говори за това. Най-добре е това да се случи, когато и двамата партньори са наясно със ситуацията и последващите събития от раздялата им. Тогава, когато имат ясни отговори какво и как ще бъде организирано около грижи те за детето. В такъв разговор е добре да се уточни, че причината за раздялата на родителите е между тях двамата и не засяга самото дете. Изясняването, че ще има промени, но родителите ще се постараят да са най-безболезнени и минимални за детето, е достатъчно в повечето случаи. Ако родителите смятат за подходящо, познавайки детето си и съобразявайки се с възрастта му, могат да изяснят и конкретната причина за раздялата им. Няма необходимост причината да бъде детайлно обяснявана на детето. В случай, че се предприеме такъв ход, е много важно да се избегне залитането в обвинения към единия или другия родител.



## РОЛИТЕ НА РОДИТЕЛИТЕ ЗА ДЕТЕТО

Важността на двамата родители като двойка и на всеки един поотделно е неоспорима. Всеки по собствен, автентичен начин влияе на детето. Какви са функциите на двамата родители най-общо? Майката е основната грижеща се фигура в началото на човешкия живот. Тя е тази, която храни детето, грижи се за тялото му, дава му езика си (в смисъл на майчин език). Майката създава у детето представата за самото него като човек, като субект, като нещо, за което си струва да се грижиш. Бащата е този, който въвежда граници, структура и гарантира спазването на закона. Правилата, яснотата на живота, рамките, в които се вписваме като социални същества, са част от основните грижи на бащата към децата. Когато родителите се разделят, техните функции по отношение на детето остават все така определящи за него.

Каквито и да са отношенията между двамата родители, детето продължава да изпитва нужда и от двамата. За него майка му си остава негова майка, а баща му – негов баща с всички произтичащи от това чувства. Понякога родителите, в опит да спечелят надмощие, се стремят да привлекат детето на своя страна и да прекъснат връзката му с другия родител. Въпреки че може и да не го показва, това дълбоко наранява детето. За него двамата родители са част от неговата цялост и когато един от двамата е представян изцяло в негативна светлина, детето започва да смята, че нещо не е наред със самото него.



## КОНФЛИКТИТЕ В СЕМЕЙСТВОТО

Понякога родителите се разделят, защото в семейството има насилие – физическо или психическо. Опитите да се превъзмогне тази ситуация често не се увенчават с успех и единственото спасение е контактите на насилника с останалите членове на семейството да бъдат ограничени.

Винаги, когато в семейството има насилие, децата са жертви – независимо дали проявите са насочени директно към тях или към друг член на семейството. Децата страдат не само, когато те самите са бити, тормозени или negliжирани, но и когато виждат това да се случва с някой от родителите им. Чувството на гняв, вина и безпомощност в тази ситуация може да нанесе дълготрайни последици на психиката им. Не е изключение децата да се чувстват отговорни за родителя-жертва и да се опитват да го защитят, с което насочват насилието върху себе си. Често, като виждат насилническия модел въкъщи, те започват да го възприемат като естествен и да го възпроизвеждат в отношенията си с другите хора. Насилието във всичките му форми е неприемливо и ако не може да бъде прекратено, най-доброто решение за децата е да престанат да контактуват с насилника.

За всеки, попаднал в ситуация на насилие в семейството, е изключително трудно да се измъкне от създадените се обстоятелства, още повече, че често това е свързано с поставяне в икономическа зависимост и внушаване на чувство за малоценност и неспособност да се справяш самостоятелно с живота. Ако нямате сили сами да излезете от тази ситуация, потърсете помощ в Кризисен център, където ще ви дадат подслон, ще ви подкрепят и ще ви помогнат да си стъпите на краката. Ако имате нанесени физически травми – посетете най-близкото лечебно заведение за лекарска помощ и издаване на медицинско удостоверение. От юридическа гледна точка, важно е това да се случи в рамките на 24 часа от акта на насилие. Важно е също да изискате от полицията копие от съставения от тях протокол за посещение/предупредителния протокол. Допълнително, обърнете се към районния съд по своя постоянен или настоящ адрес с молба за издаване на заповед за защита от домашно насилие. Искането за защита към съда следва да бъде отправено към районния съд по настоящия Ви адрес в 30-дневен срок от датата на насилие, като бъде придружено от декларация, в която сочите датата и конкретния акт на насилие, което сте преживели. Съдът може да постанови мярка за недоближаване и/или извеждане на насилника, да му наложи глоба, а съответно вие може да бъдете настанени в

----- [www.eufunds.bg](http://www.eufunds.bg) -----



кризисен център в случай, че е налице сериозна заплаха за здравето и живота ви. В случай че насилникът не изпълнява постановената от съда задължителна мярка, то веднага следва да сигнализирате за това полицията. Потърсете и психологическа помощ за децата, за да се възстановят от страха, безпомощността и чувството за вина, които са преживели. Това ще им помогне да се справят с чувствата си към родителя-насилник, да разграничат себе си от насилието, да не се асоциират с него, да могат да продължат пълноценно живота си.



## СПОДЕЛЕНОТО РОДИТЕЛСТВО

Когато родителите живеят заедно, разпределението на ангажиментите се случва някак естествено и всеки поема част от отговорностите и задълженията. Воденето на градина или училище, подготвянето на домашните, храненето, ангажимента с допълнителните занимания – всичко това е разпределено по един или друг начин между двамата. Раздялата често води до това, че единият родител има ограничени контакти с детето, а цялата тежест по ежедневните грижи пада върху другия. Това е свръх натоварване, което поставя родителя, който основно отглежда детето, в ситуация на голямо физическо и психическо напрежение – да осигури финансово семейството, да напазарува, сготви и изчисти, да заведе детето на всички места, на които трябва – училище, спорт, лекар, да му помогне с домашните, да му прочете книжка, да го изслуша и успокои, когато има нужда... Тази въртележка може да бъде много изтощителна и да накара родителят да се чувства, че не се справя добре. Извън ежедневните отговорности всеки родител е и човек, който се нуждае от собствено време. Новите партньори също имат нужда от пространство и време в животите на родителите.

Когато родителят се чувства претоварен, изнервен и несправящ се, това се отразява на психическото и емоционалното състояние на детето. Неслучайно се казва, че първото условие едно дете да е щастливо е да има щастливи родители. Когато детето усеща, че грижите за него претоварват майка му или баща му, то започва да мисли за себе си като за тежест, а това се отразява на самооценката му по негативен начин.

Когато родителите се разделят и продължават всеки по своя си път, добър подход би било разпределението на задълженията по отношение на детето да се запази и след раздялата. Така всеки ще се занимава с това, в което се чувства сигурен и уверен. Договарянето на ангажиментите и спазването на договореното може да създаде рамка за споделено и гъвкаво родителство, а това носи много лекота и повече свобода в живота на родителите. Всеки има своето време с детето, както и време само за себе си, което да използва по собствена преценка.





## СЪДЕБНОТО ПРОИЗВОДСТВО И ИЗДРЪЖКАТА

Тези въпроси могат да бъдат определени както в хода на развод (по исков ред или по взаимно съгласие), така и в отделно производство. При решаването им съдът взема под внимание конкретните нужди и най-добрия интерес на детето. Важно е да знаем, че упражняването на родителските права, респективно режимът на лични отношения с детето и издръжката, впоследствие могат да бъдат пререшавани от съда, на основание изменилите се нужди на детето (напр. нуждата от лекарства, дрехи, джобни пари и учебни пособия при постъпване на детето в училище и т.н.).

Независимо дали се развеждаме доброволно, или по исков ред, когато от брака има непълнолетни деца, разводът задължително трябва да даде отговор на следните точки:

1. местоживеенето на децата;
2. упражняването на родителските права;
3. личните отношения на родителите с децата;
4. издръжката на децата;
5. ползването на семейното жилище;
6. издръжката между съпрузите
7. фамилното име.

С други думи, ако изготвяме споразумение, което представяме на съдията при развод по взаимно съгласие, задължително е да то да съдържа решения по всичките тези 7 точки.

Важно е да знаем, че макар упражняването на родителските права да е отредено например на майката, това не означава, че бащата няма право на лични отношения с детето. Напротив, в името на хармоничното развитие на детето, силно препоръчително е бащата да полага активни усилия за поддържане на здравословна връзка с него.

Освен от индивидуалните усилия на родителя, който не е титуляр на родителските права обаче, неговите здравословни отношения с детето са предпоставени също от поведението на другия родител, както и на роднините и обкръжението на последния. Ето защо, все по-често в споразуменията за развод по взаимно съгласие, родителите посочват изрично, че ще се въздържат от обидни квалификации и обвинения един спрямо друг и спрямо близките на другия и че ще си съдействат за изграждането и поддържането на здрава и хармонична връзка с детето.



Наистина, все още преобладаващата практика е упражняването на родителските права да се дава на майката, а на бащата да се постановява режим на лични отношения с детето. Последният най-често има право да взема детето всяка първа и трета седмица от месеца, обичайно от 9 часа на съботния ден до 18 часа на неделния ден, с преспиване, при допълнително право на един месец през лятото, несъвпадащ с платения годишен отпуск на майката.

Въпреки това, в последните години прави впечатление все по-големият брой решения, в които съдилищата допускат, било в производство по развод по взаимно съгласие, било в процедура по определяне упражняването на родителските права, одобряването на спогодба, включваща съвместно (споделено) упражняване на родителските права от двамата родители или предоставящо родителските права на бащата.

С други думи, за родителите вече има възможност да се споразумяват за това как да си поделят упражняването на родителските права, така че и двамата да са максимално ангажирани в полагането на активни грижи за детето. Това е изключително полезно за хармоничното израстване на детето и го улеснява да има почти толкова силна връзка и с двамата родители, колкото би имало, ако те продължаваха да съжителстват заедно. Но за да работи споделеното родителство, нужно е родителите да поддържат на взаимно доверие, уважение и ефективна комуникация, което е голямо предизвикателство.



## КОГА ДЕТЕТО МОЖЕ ДА БЪДЕ ИЗСЛУШАНО В СЪДЕБНО ПРОИЗВОДСТВО

Да, навършило ли е 10 години, детето се изслушва в производствата, които касаят негови права или законни интереси. Когато детето не е навършило 10-годишна възраст, то отново може да бъде изслушано, в зависимост от степента на своето развитие, по преценка на съда.

Според възрастта и нуждите на детето, то може да бъде изслушано или в съдебна зала, или в т.нар. „синя стая“ – специално помещение, което наподобява детска стая, щадящо е за психиката на детето и го стимулира да споделя. По време на изслушването на детето задължително присъства социален работник от Дирекция „Социално подпомагане“, а при необходимост – и друг подходящ специалист, така че изслушването да е максимално щадящо за детето.

В съдебните производства, които засягат правата или законните интереси на детето, съдията има правомощията да поиска доклад на Дирекция „Социално подпомагане“, за оценка на най-добрия интерес на детето. Под „интереси на детето“ се разбират всеотрядните интереси по неговото отглеждане и възпитание, включително създаване на трудови навици и дисциплина и изобщо изграждането му като съзнателен гражданин. В последните години съдилищата все по-често правят и подробна преценка на въпроси като: желанията и чувствата на детето; физическите, психическите и емоционалните потребности на детето; възрастта, пола, миналото и други характеристики на детето; опасността или вредата, която е причинена на детето или има вероятност да му бъде причинена; способността на родителите да се грижат за детето; последиците, които ще настъпят за детето при евентуална промяна на обстоятелствата; други обстоятелства, имащи отношение към детето. Практика е, в хода на изготвянето на своя доклад, социалните работници от Дирекция „Социално подпомагане“ да посещават мястото, където живее детето, за да се запознаят от първа ръка с условията на живот там – например има ли детето свое обособено пространство (детска стая или кът), какви са хигиенно-битовите условия, установените връзки с родителя, при който детето живее и други въпроси, които впоследствие се адресират в доклада и преценяват от съда.



## СЕМЕЙНИ ОТНОШЕНИЯ И МЕДИАЦИЯ

Медиацията е доброволна и поверителна процедура за извънсъдебно разрешаване на спорове, при която едно трето независимо и безпристрастно лице – медиатор, подпомага спорещите страни да постигнат споразумение. Когато конфликтът касае родителските права и тяхното упражняване, полезно е страните да отнесат своя спор към подобно независимо лице, което да подпомогне провеждането на диалога помежду им с цел обсъждане на възможности за намиране на решение. Медиаторът не може да взема страна или да проявява отношение към едно или друго предложение. Негова единствена роля е да подпомогне провеждането на конструктивен диалог с фокус интереса на детето, в резултат на който родителите заедно доброволно да постигнат едно или друго решение. От тази гледна точка, процесът изцяло зависи от волята на страните да участват в него, както и от желанието им да се съгласят за едно или друго решение.

Медиацията е само средство за намиране на решение

Процесът по медиация не е терапия, психологическа консултация, семейно консултиране, съдебен процес, медитация. Тя не гарантира решение на конфликта, а е само средство вие сами да намерите най-доброто негово решение. Медиацията не е задължителна процедура – участието ви в нея зависи изцяло единствено и само от вашата воля, като процесът започва с вашето съгласие и може да бъде прекратена по всяко време в случай, че прецените, че процесът не би постигнал решение на вашите въпроси.

Медиацията е подходяща на всеки етап от конфликта между родителите. Нейната гъвкавост позволява процедурата да бъде структурирана от страните и медиатора, така че да отчита особеностите на спора и конкретната фаза, на която същият се намира. Когато спорът е свързан с раздяла между родителите, удачно е медиаторът да направи оценка на това на коя фаза от справянето с раздялата се намира всеки от тях (етапите условно обособяваме като: отричане, гняв, пазарене, депресия, приемане). Ако някой от родителите или и двамата все още не са достигнали фазата на приемането – то удачно е медиацията да бъде съчетана с психологическа помощ от експерт. Медиацията разчита на готовността и на двамата родители да стигнат до най-добрите за детето решения, които впоследствие заедно да изпълняват и адаптират към изменящите се нужди на детето.

----- [www.eufunds.bg](http://www.eufunds.bg) -----

*Проект № BG05SFOP001-3.003-0090, „Съдебната реформа под лупа II“ се реализира с финансовата подкрепа на Оперативна програма „Добро управление“, съфинансирана от ЕС чрез Европейския социален фонд*



Преминаването през медиация рационализира диалога между родителите, изчиства го от ненужни обвинения и нереалистични претенции, поставя в центъра му благосъстоянието и най-добрите интереси на детето. Семейната медиация помага на родителите заедно да изградят гъвкави механизми, по които и двамата да запазят и развият пълноценна връзка с детето и да полагат съвместни грижи за него. Ако родителите разчитат единствено на съда да уреди отношенията им след раздялата – те няма да получат решение, което да удовлетворява и двете страни изцяло и да охранява в пълнота най-добрите интереси на детето. Съдът се произнася единствено по тесен кръг от законово определени въпроси. Ето защо е важно родителите – като лица, познаващи най-добре всички специфики на конкретната семейна среда и нуждите на своето дете – сами да начертаят своя съвместен път след раздялата, в името на детето и неговите интереси.

Медиацията се провежда с участието на родителите и медиатора, без детето задължително да присъства. Поради това този алтернативен начин за постигане на решение не носи допълнителен стрес на детето. Ако детето е достатъчно голямо и медиаторът и родителите са съгласни, детето може да се включи, като се срещне самостоятелно с медиатор, специално обучен за работа с деца. Тези срещи са конфиденциални и детето може да сподели с медиатора как се чувства и да отправи послания към родителите си, които медиаторът да им предаде.

Процедурата по медиация при родителски конфликт може да започне по инициатива на всеки от родителите или по предложение на съда. Трябва да се отправи молба до медиатор, който да проведе медиация. След избора на медиатор страните подписват споразумение с него за провежданата процедура. То включва основните правила на процеса, конфиденциалността и принципите на медиацията, възнаграждението на медиатора. Споразумението, постигнато в рамките на медиация, впоследствие може да бъде представено на съда за одобрение. Съдията ще призове родителите да потвърдят текста на споразумението си пред него, като може да изиска допълнително изготвянето на доклад от Дирекция „Социално подпомагане“ относно това дали постигнатото е в интерес на детето. Веднъж одобрено от съда, медиационното споразумение има правната сила на съдебна спогодба. На база на него страните могат да потърсят съдействие от органите на реда за принудителното му изпълнение в случай, че една от



страните отказва да го изпълни. В най-честия случай съдействие може да бъде получено от частен или държавен съдебен изпълнител или от полицията.