perelepitus

Vanema juhend - lahkuminek.

Teave ja tugi lahkuminevatele lapsevanematele.



Sotsiaalkindlustusamet

THE FEDERATION OF MOTHER AND CHILD HOMES AND SHELTERS

Iceland Liechtenstein Norway grants

Hea lugeja

Tutvud abivahendiga, mis on loodud vanematele, kes plaanivad ühise kooselu lõppu, mõtlevad lahutusele või läbivad keerulist suhte lõpetamise protsessi.

Kui lahkumineku käigus kasvavad raskused üle pea ning üksmeel lapse kasvatusega seotud küsimustes tundub võimatu, tuleb appi perelepitus.

Perelepituse eesmärk on sõlmida lapse heaolust lähtuv toimiv kokkulepe, mida mõlemad lapsevanemad austavad ja seeläbi sellest ka kinni peavad.

Juhendi peamine teema on vanemaks olemine pärast lahkuminekut, sest lapsi kasvatavate täiskasvanute omavahelise püsisuhte lõpp ei tähenda vanemaks olemise lõppu.

Teavikust leiad nõuandeid, soovitusi ja olulisi kontakte.

Lahkuminek

Lahkuminekud on erinevad, kuid kui lahku läheb perekond, kus kasvavad lapsed, jäägu mõlema vanema prioriteediks laste heaolu ja turvalisus.

Kuigi vanemad ei ela enam koos, on lapsel endiselt õigus mõlema vanema hoolitsusele ja armastusele. Lapsel on õigus jääda lapseks ja elada õnnelikult ka peale vanemate lahkuminekut.

Vanem vastutab mitte ainult oma lapse heaolu eest, vaid ka selle eest, et säilitada hea ja arenev suhe lapsega.

Positiivne vanemlus võib pärast lahkuminekut muutuda lapse jaoks veelgi tähtsamaks. Partnerlussuhte lõpp esitab vanematele väljakutse luua üksteisega teistsugune suhe. Kuigi endine abikaasa või elukaaslane ei ole enam partner püsisuhtes, on ta endiselt tähtis ja asendamatu vanem lapsele. Vanemad peavad lahkumineku eest võtma vastutuse tegema koostööd ja toetama oma last uues olukorras. Lahutusega seotud emotsioonide läbitöötamine aitab ka vanematel uue olukorraga kohaneda ja uut elu alustada.

Lahkuminekuga seotud probleemidega tegelemine võib mõnikord raske olla.

Ärge kõhelge otsimast abi ja tuge. Näiteks ootab ka lapsevanemate kõnesid alati lasteabitelefon 116 111.

Kõige olulisem lahkumineku protsessis on:

1. Ära heida meelt. Parem minna rahumeel selt lahku, kui püsida suhtes, mis ei rõõmus ta ei sind, kaaslast ega lapsi.

2. Lahkuminek on raske protsess tervele perele. Küsi tuge lähedastelt ja oma ala spetsialistidelt. Pöördu julgelt kõigi küsimustega lasteabi poole telefonil 116111 või lasteabi.ee. Vaata lisaks ka tarkvanem.ee või peaasi.ee

3. Ka peale lahkuminekut on lapsel kaks lapsevanemat, kes mõlemad täidavad lap se jaoks olulist rolli enda mõistmisel. Kindlusta lapse heaolu ja turvalisus suhtes teise vanemaga.

4. Õiguslikud küsimused on keerulised ja aeganõudvad. Eelista võimalusel kohtuvä liseid kokkuleppeid nagu näiteks perelepi tusteenus. Aitame teil neid ellu viia. Pere lepituse eesmärk ei ole taasühendada lah ku läinud elukaaslasi, vaid vanemateks ole mise õigused ja kohustused omavahel jagada.

5. Pea silmas ja hoia südames, et lapsed on prioriteet ka lahkumineku protsessis. Laps ei pruugi teada, mida lahkuminek tähendab või kuidas see tema elu mõjutab. See tõttu on rääkimine eriti oluline. Ära kahjusta last, sundides tal pooli valima või ülemääraseid tunnistusi andma. Ka temal on väga raske ning pane tema märguandeid tähele, kui ta samuti vajab spetsialistide abi.

Põhiseadus kehtestab vanemate õiguse ja kohustuse oma last kasvatada ning tema eest hoolitseda. Perekonnaseaduse kohaselt on vanematel oma lapse suhtes võrdsed õigused ja kohustused. Vanemal on kohustus ja õigus hoolitseda oma alaealise lapse eest – hooldusõigus. Seaduse mõte on tagada lapse õigus tasakaalustatud arengule ja heaolule ning suhtlus mõlema vanemaga. Vanemate kohustused ei olene asjaolust, kas nad elavad ühes elukohas või eraldi.

Vanemad peavad leppima kokku, kuidas korraldatakse lapse asju pärast lahkuminekut. Kui perekonnas on rohkem kui üks laps, on vaja leida igale lapsele lahendus, mis on just selle lapse parimates huvides.

Juhul, kui vanemad ei saavuta iseseisvalt kokkulepet, on soovituslik, et nad peaksid nõu näiteks perelepitajaga. Abi võib paluda ka lapse elukohajärgse lastekaitsetöötajaga, kes oskab vanematele soovitada toetavaid teenuseid või programme, et teha lapsega seotud küsimustes parimad otsused.

Lahkumineku korral lahutavad vanemad teineteisest, kuid kumbki ei lahuta lapsest.

Sisukord:

Kas minna lahku või jääda kokku? 5

Kui olete otsustanud lahku minna 6

Lahkuminekuga seotud juriidilised sammud
varalised õigused ja kohustused – mis saab pärast lahutust?
Kokkulepped lapse nimel 19

Lahkuminek– kriisist taastumiseni

Lahkuminek kui kriis lahkuminekust toibumine 22

Lapse vajadustele tähelepanu pööramine

Kuidas lapsega lahkuminekust rääkida?
Koostöövanemlus – mida selleks teha?
Lahkuminek kahekultuurilises perekonnas 27

Last toetava vanema väärtused



Abimaterjal on valminud tuginedes Soome manuaalile „Vanema juhend – teave ja tugi lahku minevatele lastega perekondadele“ (inglise keeles A parent’s guide - information and support for divorcing families with children).

Kirjastus: The Federation of Mother and Child Homes and Shelters // ISBN 978-951-9424-75-0
kolmas, parandatud väljaanne, aprill 2020.

Eestikeelse teksti on toimetanud ja Eestile kohandanud: Helika Saar.

Eestikeelne versioon on valminud Euroopa Majanduspiirkonna ja Norra toetuste 2014-2021 programmi „Local Development and Poverty Reduction“ projekt „Riiklik perelepitussüsteemi loomine” raames.

© The Federation of Mother and Child Homes and Shelters

Soomekeelne Vanema juhend on üks osa lahku minevatele lastega vanematele mõeldud programmist, mida toetab sotsiaalse heaolu- ja terviseorganisatsioonide finantseerimise keskus (STEA). Seltsid: The Federation of Mother and Child Homes and Shelters, toimisto@ensijaturvakotienliitto.fi

THE FEDERATION OF MOTHER AND CHILD HOMES AND SHELTERS

Kas minna lahku või jääda kokku?

Kui abikaasad või elukaaslased ei räägi omavahel piisavalt tihti ootustest või asjadest, mis on neile suhte puhul olulised, võib lahkuminek tulla ühele neist üllatusena. Ka lahku minemist peaks julgema omavahel arutada.

Osapoolele, kes kaalub lahkuminekut, võib see tunduda suhteprobleemide korral ainsa lahendusena. Kuid lahkumineku kaalumine või selle arutamine ei muuda seda vältimatuks. **Avameelne arutlus ei muuda suhet nõrgemaks, pigem teeb seda sellise arutelu puudus.** Tasub meeles pidada, et mingil hetkel on lahkuminekut kaalutud või selle üle arutletud kõigis suhetes isegi nendes, mis on püsima jäänud.

Lahkuminekust mõtlemiseks võib olla mitmeid põhjuseid. Te võite tunda, et teie tunded partneri vastu on kadunud või teil ei ole enam ühiseid unistusi.

Suhte võivad proovile panna igapäevaelu koos tööst või töötusest tuleneva survega, vähene koosveedetud aeg, ebavõrdne perekohustuste jaotus ja rahamured. Probleemid võivad seotud olla ka suhtlusega: soovimatus rääkida, suutmatus väljendada oma vajadusi või kuulata oma partnerit, pidev tülitsemine ja konfliktid ning halvustavad kommentaarid abikaasalt või elukaaslaselt võivad viia olukorrani, kus mõlemad partnerid tunnevad, et nad on üksteisest võõrdunud. Suhteid mõjutavad ka emotsioonid, mis tekivad isikliku kasvu ja arenguga seotud probleemidest, nagu mõtted sellest, et kõik elavad vaid korra.
Suhtes peegelduvad ka perekonna arengukriisid. Esimese lapse sünd võib teie suhte ootamatult proovile panna. Laste kasvatamine võib võtta kogu teie aja, mis ei jäta aga suhte hoidmiseks aega. Õige tasakaalu leidmine oma lapse, enda ja suhte vajaduste vahel võib olla keeruline.

Alkoholi ja uimastite kuritarvitamine, vaimse tervise probleemid või vägivald võivad samuti suhet rõhuda ja viia selleni, et mõeldakse lahkuminekule. (Lapse vanemana peaksite te alati otsima selliste probleemide korral abi, olenemata sellest, kas otsustate lõpuks lahku minna.

Mõttekohad:

- Millised sündmused või asjad on pannud mind mõtlema lahkuminekule?
- Milliseid muudatusi sooviksin ma näha oma pereelus?
- Kuidas saaksin arutada seda oma elukaaslase või abikaasaga?
- Kuidas muudaks lahkuminek mu elu?
- Kuidas aga minu abikaasa/ elukaaslase ja laste elu?
- Kellele ei oleks lahkuminek lahendus?
- Milliseid uusi probleeme võib lahkuminek tekitada?

Lahkuminekust mõtlev isik võib tunda, et see samm lahendab mitmed probleemid – isegi need, mida lahkuminek tegelikult mitte kunagi ei lahenda. **Näiteks ei kõrvalda lahkuminek vanemate erinevaid arvamusi lapsevanemaks olemise kohta.**

Sõltumata lahkuminekust peavad vanemad jääma endiselt suhtlema ja olema valmis leidma laste kasvatamisel kompromisse. Neil on siiski vanemlikud kohustused ka pärast lahkuminekut. Pidage meeles, et isegi kui lahkuminek lahendab mõne pere- või suhteprobleemi, toob see tihti kaasa uued mured.

Otsus lahku minna on üks raskemaid, mida vanem oma elu jooksul teeb. Kui te kaalute lahkuminekut, peaksite mõtlema ka kõigile abi leidmise võimalustele, enne kui teete lõpliku otsuse.

Võite otsida tuge ja ideid, et parandada oma pereelu ja suhet isegi juhul, kui teil ei ole suurt kriisi ega plaani lahku minna. Suhteprobleemidele on mõistlik otsida abi kohe alguses, kui mõlemad partnerid on endiselt suhtele pühen-

dunud ja kumbki pole astunud lõplikke samme lahkumineku suunas.
Rasketest olukordadest on tõenäoline välja tulla, kui mõlemad abikaasad või elukaaslased on valmis suhet jätkama.

Kui mõtlete tihti, et lahkuminek lahendab teie probleemid, hakake otsima abi ja tuge oma suhte ja pereelu muredele. Eelistatult võiks abi otsida juba enne lahkuminekut. Suhteprobleemidega ja ka lahkuminekust mõtlevatele inimestele on saadaval erinevat tuge. (Lapse) vanematele on omavaheliste probleemide lahendamisel ja ühiste eesmärkide seadmisel abiks nii perenõustajad, -terapeudid kui ka -lepitajad. Perenõustajad (sh paarisuhte nõustajad) või -terapeudid saavad olla abiks, kui pere eesmärk on suhteid hoida. Kui vanemad lähevad lahku, lõpeb nende paarisuhe, aga vanemlussuhe jätkub, sest laps vajab endiselt mõlema vanema hoolt ja juhendamist.

Ühistele lastele sobiva elukorralduse leidmiseks on kõige laialdasemalt kasutatav just perelepitus, mis on suunatud lahku minevatele või juba lahus elavatele elukaaslastele. Oma probleemidele võite leida abi ka tugirühmadest, vanemluskoolitustelt jne.

Näiteks **Eesti Lastefondi korraldatavad tugirühmad ja miniloengud-vestlusringid** aitavad jõuda rasketest tunnetes helgemateni, samuti aitavad need aru saada, mis juhtus paarisuhtega ja mis toimub sinu endaga, ning annavad õige suuna, kuidas last sel raskel ajal aidata.



Kui olete otsustanud lahku minna

Kui te olete elanud abielus, vabaabielus või registreeritud kooselus, toob lahkuminek mitmeid muutusi, katsumusi ja asjaajamisi. Mõned neist on praktilist laadi, olles seotud suhte lõppemise ja vara jagamisega. Lahutus kui protsess ja vara jagamine on määratletud perekonnaseadusega. Vara jagamisel on soovituslik pöörduda advokaadi- või õigusbüroosse. Lisaks tuleb kokku leppida ka lapse edasise elukorralduse osas. Küsimusi võib tekkida nii hooldusõiguse, lapse elukoha kui ka suhtlusõiguse kohta. Tasub meeles pidada, et vanemad peavad last puudutavate otsuste tegemisel lähtuma lapse heaolust ja huvidest.
Uute katsumuste lahendamisel ja ühiste eesmärkide seadmisel on abiks nii perenõustajad, -terapeudid kui ka -lepitajad.

Lahkuminekuga seotud juriidilised sammud

Abielu saab lahutada abikaasade vastastikusel kokkuleppel perekonnaseisuasutuses või notari juures, vaidluse korral ka kohtus.

Abielu võib lahutada perekonnaseisuasutuses, kui abikaasad on jõudnud kokkuleppele ja mõlema abikaasa elukoht on Eestis. Lahutamiseks esitavad abikaasad isiklikult ühise kirjaliku eestikeelse avalduse ja tasuvad abielulahutuse kande tegemise eest riigilõivu. Abielu ei lahutata varem kui ühe kuu ja mitte hiljem kui kolme kuu möödumisel abielulahutuse avalduse esitamisest. Seaduse sätte mõte on anda abikaasadele aega mõelda oma abielulahutuse otsuse üle. Isegi kui abielulahutuse avaldus on juba perekonnaseisuametile esitatud, on abikaasadel endiselt võimalik ümber mõelda ning mitte lahutada.

Kui abielu siiski otsustatakse lahutada, aga üks abikaasa ei saa mõjuval põhjusel abielu lahutamise päeval perekonnaseisuasutusse tulla, võib ta eraldi esitada notariaalselt tõestatud või konsulaar- ametniku tõestatud nõusoleku abielu lahutamiseks tema kohalolekuta. Abielu lahutamise kande tegemise järel väljastab ametnik avaldajatele nende soovil abielulahutuse tõendi.

Notari juures lahutatakse abielu abikaasade kokkuleppel ühise avalduse alusel, mis täidetakse kohapeal. Notar võib abielu lahutada ka siis, kui vähemalt ühe lahutaja elukoht on välisriigis. Pärast abielu lahutamise avalduse esitamist määrab notar abielulahutuse päeva, mil ta lahutab mõlema abikaasa kohalolekul nende abielu. Nagu perekonnaseisuametis lahutatakse abielu mitte varem kui ühe kuu ja mitte hiljem kui kolme kuu möödumisel notarile abielu lahutamise avalduse esitamisest.

Kui üks abikaasadest ei saa määratud ajal mõjuval põhjusel notari juurde tulla, võib ta eraldi esitada notariaalselt tõestatud või konsulaarametniku tõestatud nõusoleku abielu lahutamiseks tema kohalolekuta.

Abielu lahutatakse kohtus, kui abikaasad vaidlevad abielu lahutamise või lahutusega seotud asjaolude üle või kui perekonnaseisu- asutus ei ole pädev abielu lahutama. Kohus lahutab abielu, kui abielusuhted on pöördumatult lõppenud. Perekonnaseaduse kohaselt on abielusuhted lõppenud, kui abikaasadel abielulist kooselu enam ei ole ja on alust arvata, et abikaasad kooselu ei taasta. Kohus peab tarvitusele võtma abinõud poolte lepitamiseks, välja arvatud juhul, kui see on asjaolude tõttu võimatu või ebamõistlik. Kohus võib anda pooltele kuni kuuekuulise leppimisaja.

Abielu lahutamisel võidakse isiku avalduse alusel taastada tema varasem perekonnanimi, muidu jääb isikule abieluaegne perekonnanimi.

Kui elukaaslased on sõlminud kooselulepingu, siis selle lõpetab poolte notariaalne kokkulepe või kui pooled ei saavuta kokkulepet, võib registreeritud elukaaslane teise registreeritud elukaaslase vastu hagiga kohtusse pöörduda. Kohus võib kooselulepingu lõpetada kohtu- otsusega või suunata kohustuslikule notariaalsele lepitusmenetlusele. Kooselulepingu lõppemisel puudub edasine ülalpidamiskohustus, v.a poolte teistsuguse kokkuleppe korral.

Vabaabielu lõpeb partnerite vastastikusel nõusolekul ilma ametliku toiminguta.

Kui vabaabielu või registreeritud kooselu lõppemisega on seotud lapsed, tuleb nende asjad korraldada laste parimates huvides ja kooskõlas perekonnaseadusega nagu ka tavaabielus.

Jurist Aitab – https://www.juristaitab.ee/et

Lisateave

Perekonnaseisuasutused, millel on pädevus abielu lahutada, on maakonnakeskuse kohalikud omavalitsused ja Tallinna perekonnaseisuamet.

Lahkuminekuga seotud probleemidega tegelemine võib mõnikord raske olla. Ärge kõhelge otsimast abi ja tuge.

Varalised õigused ja kohustused – mis saab pärast lahutust?

Abikaasadele tähendab abielu isiklike õiguste ja kohustuste kõrval ka varalisi õigusi ja kohustusi. Need varalised õigused ja kohustused tulenevad abieluvarasuhtest, mille te abiellumisavalduse või abieluvaralepinguga valisite. Abiellumisavaldust esitades saab valida järgmiste abieluvarasuhete vahel.

Varaühisus seob abikaasad majanduslikult väga tugevasti. Varaühisuse puhul kuulub abielu kestel omandatud vara abikaasade ühisomandisse, sõltumata sellest, kelle nimele see on registreeritud. Kui üks abikaasa tahab ühisvaraga tehinguid teha, peab tal selleks olema teise abikaasa nõusolek. Lahutuse korral lähtutakse eeldusest, et mõlemale poolele kuulub 50% ühisvarast.

***Näiteks** Mari ja Jüri on valinud varaühisuse ja Jüri ostab korteri, kuhu nad rajavad oma kodu. Korteri- omand registreeritakse tema nimele. Korter on Mari ja Jüri ühisomandis,*

kuuludes 50% Marile ja 50% Jürile. Juhul kui Jüri soovib korterit müüa, on vaja Mari nõusolekut.

Vara Juurdekasvu Tasaarvestus annab abikaasadele suurema varalise iseseisvuse, aga jätab majanduslikult nõrgemale abikaasale selged tagatised. Vara juurdekasvu tasaarvestuse puhul on abielu kestel soetatud vara kummagi osapoole ainuomand. Vara on selle abikaasa nimel, kelle nimele see omandati. Erandina on vaja omanikuks mitte- oleva abikaasa nõusolekut, kui tehinguid tehakse perekonna eluasemena kasutatava eluruumiga.

***Näiteks** Mari ja Jüri on valinud vara juurdekasvu tasaarvestuse. Jüri ostab auto ja Mari ostab korteri, kuhu nad loovad oma kodu. Korter on Mari ja auto on Jüri ainuomandis (vastavalt ka registreeritud). Juhul kui Jüri soovib autot müüa, ei ole Mari nõusolekut vaja, aga kui Mari tahab müüa nende eluasemena kasutatavat korterit, on Jüri nõusolek vajalik.*

Varalahusus tähendab, et abikaasadena ollakse teineteisest varalises mõttes täiesti sõltumatud. Vara kuulub selle abikaasa ainuomandisse, kelle nimel see on ja kes selle abielu kestel soetas.

***Näiteks** Mari ja Jüri on valinud varalahususe. Jüri ostab auto ja Mari ostab korteri, kuhu nad loovad oma kodu. Korter on Mari ja auto on Jüri ainuomandis (vastavalt ka registreeritud). Juhul kui Jüri soovib autot müüa või Mari tahab müüa nende eluasemena kasutatavat korterit, ei ole teise abikaasa nõusolekut vaja.*



Abikaasade ai[illegible]alub ka see vara, mille on üks abikaasadest omandanud enne abielu sõlmimist või mille ta on saanud abielu kestel näiteks pärimise või tagastamise teel.

Juhul kui te olete abielludes jätnud avalduses abieluvarasuhte valimata, siis kehtib teie suhtes varaühisus. Kui teil on varaühisus ja te lahutades ühisvara ei jaga, siis jääb see vara lahutatud abikaasade ühisvaraks ja sellega saab tehinguid teha vaid ühiselt (st tehingute puhul on vajalik lahutatud abikaasa nõusolek). Ühisvara jagamise lepingu võivad lahutatud abikaasad sõlmida pärast abielu lahutamist (notariaalselt kinnitatud leping on vajalik siis, kui ühisvarasse kuulub kinnisomand). Kui lahutavad abikaasad on vara jagamises kokku leppinud, saavad nad abielu lahutada ka notari juures. Seal võivad nad abielu lahutamise päeval kohe sõlmida ühisvara jagamise lepingu, millega jagavad ära oma ühisvara.

Abielus olles saab varasuhet muuta, aga sel juhul tuleb sõlmida notariaalne abieluvaraleping. Varasuhte määramise neljas võimalus on seega abieluvaraleping, mis sõlmitakse notariaalselt enne abiellumist või abielu kestel. Pooled saavad abieluvaralepinguga määrata, milline vara jääb lahusvaraks ja milline ühisvaraks, kuidas ühisvara kasutada ja mil moel seda vajaduse korral jagada. Abieluvaralepinguga ei või jätta abikaasat või lahutatud abikaasat ilma õigusest saada ülalpidamist ning loobuda ühisvara jagamise õigusest abielu lõppemisel. Abieluvaraleping lõpeb abielu lõppemisel, uue abieluvaralepingu sõlmimisel või varasuhte lõpetamisel kohtus. Abieluvaraleping kantakse abikaasa nõudel abieluvaralepingu registrisse.

Ka kooselulepingu sõlmimisel peavad pooled valima varasuhete liigi. Lepinguosalised võivad kokku leppida lahususele kohaldatavad reeglid ja kooselulepingu lõpetamise järgse korrapäraselt makstavate rahasummade kohustuse ja suuruse. Erinevalt abielust ei ole registreeritud elukaaslaste vahel kindlaks määratud lahuselul õiguslikke tagajärgi. See tähendab, et kui registreeritud elukaaslased soovivad lahus elada, kuid ei ole kooselulepingut lõpetanud, siis ei ole nende varalised suhted reguleeritud nii selgelt kui abielu korral. Registreeritud elukaaslane ei saa lahuselu korral nõuda osa ühisest eluasemest; kui eluase loovutatakse ühele registreeritud elukaaslasele; ei saa nõuda kasutustasu 2.; tarbevara 3. jagamine ei ole reguleeritud. Kooselulepingu lõpetamisel lahendab kohus vaidlused eluaseme ja sellega seotud vara üle abieluga samadel alustel.

Pooled võivad lahkumineku korral vara jaotuse otsustada omavahel, koostades ise ühise kokkuleppe või lastes selle teha advokaadil või notaril (vajalik, kui ühisvara hulka kuulub kinnisomand).

*2. Kui üks abikaasa on kohustatud loovutama perekonna eluaseme või selle osa ainukasutamiseks teisele abikaasale, võib ta sellelt nõuda õiglast kasutustasu (Perekonnaseadus §23 lg 2).

*3. Tarbevara on koduses majapidamises perekonna huvides kasutatavad esemed, näiteks eluaseme sisustus (mööbel, tehnika) ja muud esemed.

Juhul kui abikaasad ühisvara jagamises kokkulepet ei saavuta, tuleb see vaidlus lahendada kohtus. Kui osalised ei suuda leppida kokku ühisvara jagamise viisis, otsustab kohus hageja nõudel, kas jagada ühisvara poolte vahel reaalosades, anda vara ühele abikaasale, pannes temale kohustuse maksta teisele abikaasale välja tema osa rahas, või müüa asi avalikul või abikaasadevahelisel enampakkumisel ning saadud raha jagada poolte vahel, arvestades nende osa suurust. Ühisvara jagatakse üldiselt abikaasade vahel võrdsetes osades, samas on perekonnaseadusega sätestatud ka alused osade võrdsusest kõrvalekaldumiseks. Kui ühisvaral lasuvad varalised kohustused (nt liisingud või laenud), täidetakse need vara jagamise käigus või jagatakse abikaasade vahel nagu muu varagi.
Abikaasad on vastastikku kohustatud perekonda ülal pidama. Abielu ajal on abikaasa kohustatud ülal pidama abi vajavat töövõimetut abikaasat, samuti abikaasat raseduse ja lapse hooldamise ajal, kuni laps saab kolmeaastaseks. Sarnased kohustused kehtivad ka kooselulepingu sõlminud registreeritud elukaas- laste vahel.
Abikaasalt on võimalik nõuda ülalpidamist ka pärast lahutust. Lahutatud abikaasa saab endale ülalpidamist (elatist) nõuda, kui ta hooldab kuni kolmeaastast last, on kõrges vanuses või halva tervisega. Elatise suurust määrates arvestatakse, et lahutatud abikaasa elustandard jääks samasuguseks nagu abielu jooksul.

Loe Lähemalt:

https://www.eesti.ee/et/perekond/varalised-suhted-perekonnas/abikaasade-varalised-oigused

https://www.just.ee/era-ja-avalik-oigus/tsiviilloigus/perekonnaoigus

Sinu jaoks olemas!
https://sotsiaalkindlustusamet.ee/
ja https://www.just.ee/

Elatis

Lapsel on õigus saada oma vanematelt igakülgset toetust. **Vanematel on kohustus ülal pidada oma alaealist last**, samuti last, kes täisealisena omandab põhi-, kesk- või kõrghariduist või õpib kutseõppe tasemeõppes, kuid mitte kauem, kui laps on saanud 21-aastaseks, välja arvatud juhul, kui laps ei ole töövõimeline.

Ülalpidamise puhul on seega tegu lapse õigusega ja vanema kohustusega, mida täidab alaealise lapse vanem elatise maksmisega eeskätt siis, kui ta ei ela lapsega koos või kui ta ei osale lapse kasvatamises. Kuna vanematel on oma laste suhtes võrdsed õigused ja kohustused, peaks elatis katma poole lapsele tehtud kulutustest. Elatis on lapse ülalpidamiseks makstav raha, seega last kasvatav vanem peab elatist kasutama lapse huvides.
Juhul kui vanemad ei ela koos või otsustavad

lahku minna, on vaja omavahel lapse ülalpidamise küsimuses kokku leppida, määrates muu hulgas, mil viisil ja ajavahemikul tuleb elatist maksta. Mõnikord on lapsel kodu mõlema vanema juures (nn vahelduv kodu) ja mõlemad vanemad kannavad seega lapse koduga seotud kulusid. Teisalt ei tähenda vahelduv elukoht alati seda, et elatist ei pea maksma, oluline on jälgida ka lapse jaoks tehtavate kulutuste proportsionaalsust. Kokkulepe, millega välistatakse ülalpidamiskohustuse täitmine tulevikus või piiratakse ülalpidamiskohustust ebamõistlikult, on tühine. Soovitatav on sõlmida kokkulepe kirjalikult või notariaalselt, viimases tuleks muu hulgas leppida kokku kohene allumine sundtäitmisele, et vajaduse korral saaks seda kasutada täitedokumendina. Täitedokumendid on kohtulahendid ja muud dokumendid, mida kohtutäitur võib kohtu- asja algatamata sundtäitmisele võtta.
Lapsele on parim, kui vanemad teevad omavahel koostööd ja kokkulepped toimivad, sh ülalpidamise puhul. Paraku see aga alati nii ei ole. Elatis on lapse õigus, seega juhul, kui lahus elav vanem elatist vabatahtlikult ei maksa, tuleb last kasvataval vanemal pöörduda ennekõike lapse õiguste kaitseks kohtusse.

Igal lapsel on õigus mitmekülgsele arengule ja heaolule. Elatise nõudmiseks saab lapse seaduslik esindaja esitada lapse nimel hagiavalduse lapse elukohajärgsesse maakohtusse. Kui lapse ülalpidamise kokkuleppe on notariaalselt tõestatud, võib elatise maksmisest keeldumise korral pöörduda kohtutäituri poole, ilma et oleks vaja enne pöörduda kohtusse.

Kui teine vanem elatisnõudele põhimõtteliselt vastu ei vaidle, on mõistlik algatada maksekäsu kiirmenetlus. Nii selle kui ka hagiavalduse saab teha elektrooniliselt keskkonnas E-toimik. Kui vanem ei täida lapse ülalpidamise kohustust ja vaidleb elatisnõudele vastu, mõistab kohus temalt välja elatise, mida tuleb lapsele maksta.

Kehtib üldreegel, et ülalpidamise ulatus määratakse kindlaks ülalpidamist saama õigustatud isiku vajadustest ja tema tavalisest elulaadist lähtudes. Ülalpidamise kindlaksmääramisel arvestatakse õigustatud isiku kõiki eluvajadusi, sealhulgas tema võimete ja kalduvuste kohase hariduse ja kutsealase ettevalmistusega seotud kulutusi, alaealise ülalpeetava puhul ka tema kasvatamise kulutusi. Ülalpidamist antakse üldjuhul raha perioodilise maksmisega (elatis). Igakuine elatis ühele lapsele ei või olla väiksem kui perekonnaseaduse (PKS) § 101 alusel arvutatud summa. Kohus võib elatise välja mõista kindla summana või muutuva suurusena, määrates ette kindlaks elatissumma suuruse arvutamise alused.

Igakuise elatise arvutamise aluseks on baassumma.

Vanem ei pea maksma elatist kui lapse vajadused saab rahuldada lapsetoetuse ja lasterikka pere toetuse arvel. Loetakse, et lapse vajadused saab rahuldada kogu lapsetoetuse arvel ja poole lasterikka pere toetuse arvel, mis on jagatud võrdselt toetust saava pere kõigi laste vahel.
Kui laps viibib kohustatud vanema juures aasta jooksul keskmiselt seitse kuni viisteist ööpäeva kuus, vähendatakse elatise summat proportsionaalselt kohustatud vanemaga koos veedetava ajaga.

Kui isik on kohustatud elatist tasuma sama pere mitmele lapsele, vähendatakse järgnevate laste puhul elatise summat 15 protsenti esimese lapse elatise summaga võrreldes. Elatise summat ei vähendata mitmike puhul ja laste puhul, kelle vanusevahe on suurem kui kolm aastat.

Eesti riik on välja töötanud elatiskalkulaatori https://www.just.ee/elatiskalkulaator/

Kohus võib siiski elatise välja mõista miinimumelatisest erinevas summas, lähtudes lapse tegelikest vajadustest (mh erivajadused), kummagi vanema varalisest seisust, lapse kulude jaotusest vanemate vahel, teistest ülalpeetavatest perekonnas või teistest perekonnaseaduses välja toodud alusest.

Kui last kasvatava vanema või teise vanema varanduslik seisund või lapse vajadused muutuvad, võivad vanemad pöörduda Sotsiaalkindlustusametisse taotlusega perelepitusmenetluses elatise suurus uuesti läbi arutada, kui see ebaõnnestub, saab pöörduda kohtusse. Kui vanem on pöördunud kohtusse, kuid kohtuotsust ei ole veel tehtud, on tal võimalik saada riigilt kohtumenetlusaegset elatisabi.

Juhul kui on olemas Sotsiaalkindlustusameti kinnitatud vanemluskokkulepe, milles sisaldub elatiskokkulepe või jõustunud või viivitamata täitmisele kuuluv kohtuotsus elatise väljamõistmiseks, aga teine vanem ei täida seda, saab last kasvatav vanem pöörduda elatise ja võlgnevuse nõudmiseks kohtutäituri poole. Lapse ülalpidamise kohustuse rikkumise eest sätestab karistusseadustik (KarS §169) mõjutusvahendid.

Loe lähemalt:

https://www.eesti.ee/et/perekond/toetused-ja-huevitised/elatisabi

https://www.juristaitab.ee/et

https://kpkoda.ee/kohtutaiturid/elatisvolgnevused/elatise-noudmine/

Elatisabi

Elatisabi on ajutine riigipoolne abi lapsele, kelle vanem või vanemad ei täida ülalpidamiskohustust või ei tee seda seaduses sätestatud ulatuses. Kuna elatisvõlglaste arv ja summad, mis oma lastele võlgnetakse, aastatega aina kasvavad, kehtestati 2017. aastal elatisabi skeem, millega riik tagab üksinda last kasvatava vanema lapsele igakuise elatisabi.



Elatisabi eesmärk on tagada lapsele ülalpidamine siis, kui kohustatud isik (elatist võlgnev lapsest lahus elav lapsevanem) ei täida ülalpidamiskohustust kohtu- või täitemenetluse ajal. Elatisabi saamise eeldus on kohtult elatise väljamõistmise taotlemine makse käsu kiirmenetluses või hagimenetluses.

Lihtsaim viis elatisabi taotleda on riigiportaalis https://www.eesti.ee/et või digitaalselt allkirjastatud taotluse edastamisega e-posti teel aadressil info@sotsiaalkindlustusamet.ee.

Elatisabi on õigustatud saama nii alaealine laps kui laps, kes täisealisena omandab põhi-, kesk- või kõrgharidust või õpib kutseõppe tasemeõppes, kuid mitte kauem kui 21-aastaseks saamiseni. Alaealise lapse eest esitab avalduse või hagiavalduse lapse seaduslik esindaja. Täisealine laps esitab avalduse ise. Laps ei ole õigustatud elatisabi saama, kui vanema asemel täidab ülalpidamiskohustust perekonnaseaduse § 106 alusel teine isik.

Elatise nõudmine vanemalt, kes elab välismaal

Juhul kui lapsele elatist maksma kohustatud vanem on kolinud välisriiki ja lapsele elatist enam ei maksa, saab alustada täitemenetlust. Menetluse alustamiseks välisriigis tuleb esitada taotlus (sh täitemenetlusaegse elatisabi taotlus) Eesti justiitsministeeriumile koos volikirjaga, milles volitatakse endale sobivat Eesti

kohtutäiturit välisriigist tulevat elatist vahendama.
Elatisabi maksmine ei vabasta elatisvõlglast tema kohustustest, vaid riik nõuab vanemalt, kes on oma lapsele elatise maksmata jätnud, võlgnevuse hiljem välja.

- Kohtumenetlusaegset elatisabi makstakse ajal, mil elatisnõudega on kohtusse pöördutud ja sellega on hakatud tegelema, kuid kohtuotsust pole veel tehtud.

- Täitemenetlusaegset elatisabi makstakse siis, kui lapsele elatist maksma kohustatud isik ei maksa elatist, kuigi see on temalt kohtuotsusega välja mõistetud.

Loe lähemalt:

Elatisabi https://www.sotsiaalkindlustusamet.ee/perehuvitised-ja-muud-toetused/elatisabi

Kokkulepped lapse nimel

Isegi kui paarisuhe lõpeb, jätkub vanemlussuhe ja vanema vastutus. Mõlema vanema toetus on lapsele endiselt väga oluline, sest mõlemad vanemad on talle olulised ja vajalikud. Last ei tohi panna olukorda, kus ta peab oma vanemate vahel valima.

Sõltumata sellest, kas vanemad on oma- vahel abielus või elavad vabaabielus, tuleb pere lagunemisel lahendada küsimused, kuidas korraldada edaspidi vanemate ja lapse suhtlust, kus on lapse elukoht, kes last esindab jms. Enamik vanemaid puutub lahkumineku ajal esimest korda kokku perekonnaseadusega, millega reguleeritakse lapse ja vanemate suhet.
Põhiseadus kehtestab vanemate õiguse ja kohustuse oma last kasvatada ning tema eest hoolitseda.
Perekonnaseaduse kohaselt on vanematel oma lapse suhtes võrdsed õigused ja kohustused. Vanemal on kohustus ja õigus hoolitseda oma alaealise lapse eest – hooldus- õigus.

Seaduse mõte on tagada lapse õigus tasakaalustatud arengule ja heaolule ning suhtlus mõlema vanemaga. Vanemate kohustused ei olene asjaolust, kas nad elavad ühes elukohas või eraldi.

Vanemad peavad leppima kokku, kuidas korraldatakse lapse asju pärast lahkuminekut. Kui perekonnas on rohkem kui üks laps, on vaja leida igale lapsele lahendus, mis on just selle lapse parimates huvides.

Juhul, kui vanemad ei saavuta iseseisvalt kokkulepet, on soovituslik, et nad peaksid nõu näiteks perelepitajaga. Abi võib paluda ka lapse elukohajärgse lastekaitsetöötajaga, kes oskab vanematele soovitada toetavaid teenuseid või programme, et teha lapsega seotud küsimustes parimad otsused.

Last puudutavaid otsuseid peaksid alati tegema vanemad. Nad vastutavad ka oma otsuste tagajärgede eest. Lapsel ei ole alati lihtne väljendada oma lootusi ja soove, näiteks seoses elukorraldusega. See on lapsele eriti keeruline juhul, kui ta teab, et vanemad ei ole teda puudutavates küsimustes ühel nõul. Laps soovib olla lojaalne mõlemale vanemale ega taha rääkida kummalegi neist vastu. Kui vanemad usaldavad teineteist ja on suutelised läbi rääkima, on ka lapsel lihtsam väljendada oma vaateid ja soove. Sellisel juhul laps teab, et keegi ei muutu pahaseks ega hülga teda, kui ta oma mõtteid väljendab.

Pidage meeles, et olenemata vanusest on kõigil lastel seadusest tulenev õigus olla ära kuulatud küsimustes, mis neid puudutavad. Lapse kuulamine tähendab tema soovide, arvamuste ning arenguvajadustega arvestamist.

Last ei tohi mitte mingil juhul sundida oma arvamust avaldama. Lapsel ei pruugi selget arvamust ollagi ja ta võib usaldada oma vanemaid, et nad suudavad teha koostööd, selleks, et lahendada probleemid tema parimates huvides.

Oluline on siiski meeles pidada, et lapsel ei ole üksnes materiaalsed vajadused. Ennekõike vajab laps mõlema vanema armastust, hoolt ja tähelepanu.

Lapsel on õigus suhelda mõlema vanemaga, hoolimata vanemate omavahelise suhte iseloomust. Kõik otsused, mis vanemad lapse kohta teevad, peavad olema tehtud lapse parimates huvides.

Kui vanemate vahel on õigusvaidlused, siis tõenäoliselt saab laps neist ka teada ja vajab temale arusaadavas keeles selgitust, mille üle ja miks vaieldakse ning kas ja kuidas see last mõjutab.

Tähtis on jätta kõrvale teise vanemaga seotud isiklikud emotsioonid ja lähtuda lapse elukorralduse otsustes alati ainult lapse huvidest. Lahkuminek on peres kõigile keeruline, kuid vanematel tuleb ennekõike meeles pidada, et lapses tekitab see segadust ja kurbust, aga ka süütunnet. Lapsele on parim, kui vanemad tema vanust arvesse võttes olukorda ja edasisi samme rahulikult selgitavad, muu hulgas näiteks seda, millal laps oma teise vanemaga jälle kohtub või miks kohtumine võimalik ei ole. Lapsele on stabiilsus väga oluline, seda eriti muutusterohkes olukorras.

Hooldusõigus

Vanemad peavad last puudutavate otsuste tegemisel lähtuma lapse heaolust ja huvidest, mitte aga enda huvidest ja soovidest. Vanema hooldusõigus hõlmab õigust hoolitseda lapse isiku eest (isikuhooldus) ja õigust hoolitseda lapse vara eest (varahooldus) ning otsustada lapsega seotud asju.
Hooldusõiguslik vanem on tavaliselt ka lapse esindaja. Vanematel on üldjuhul lapse suhtes ühine hooldusõigus, mis ei lõpe vanemate kooselu lõppemisega ega lapse elama jäämisega ühe vanema juurde. Vanemad ei saa omavahel kokku leppida, et lõpetavad ühise hooldusõiguse, kuid nad saavad leppida kokku, kuidas nad ühise hooldusõigusega seotud küsimuste otsustamise korraldavad.

Ühise hooldusõiguse saab lõpetada kohus vanema avalduse alusel. Kohus võib vanemad suunata hooldusõiguse küsimustes kokkuleppeid saavutama riiklikule perelepitusteenusele. Alates 01.07.2023, kui kohus on teinud tsiviilkohtumenetluse seadustiku § 5601 alusel perelepitusse suunamise määruse, võib riikliku perelepitusteenuse raames läbiviidavas perelepitusmenetluse käigus kokku leppida ka ühise hooldusõiguse lõpetamises või muutmises perekonnaseaduse § 1371 kohaselt.

Vanemad peavad teostama hooldusõigust ühiselt, hoolimata sellest, kas nad elavad koos või mitte, kas laps elab peamiselt ühe vanema juures või tal on vahelduv elukoht.

Ühine hooldusõigus tähendab muu hulgas seda, et mõlemal vanemal on võimalus last puudutavates küsimustes kaasa rääkida, aga ka seda, et lapsega seotud olulisi asju (nt mis koolis või huvialaringis laps käib, milliseid tervishoiuteenuseid lapsele osutatakse) otsustavad vanemad ühiselt. Seega ei ole vanemal, kelle juures laps pärast lahkuminekut elab, n-ö automaatselt suuremaid õigusi lapsesse puutuvate otsuste vastuvõtmisel kui teisel vanemal. Üksnes lapse igapäevaelu (tavahooldamise) asju võib vanem ajal, mil laps tema juures viibib, otsustada ainuisikuliselt.

Kui vanemad, kellel on ühine hooldusõigus, ei soovi seda õigust edaspidi ühiselt teostada, on kummalgi vanemal õigus kohtult hagita menetluses taotleda, et lapse hooldusõigus antaks talle osaliselt või täielikult üle. Hooldusõiguse vaidluse võib kohus lahendada ka abielu lahutamise menetluses.
Kohus ei rahulda avaldust, kui vähemalt 14-aastane laps vaidleb hooldusõiguse üleandmisele vastu või on alust eeldada, et ühise hooldusõiguse lõpetamine ja avaldajale ainuhooldusõiguse määramine ei ole kooskõlas lapse huvidega.
14-aastasel lapsel on õigus vaielda hooldusõiguse üleandmisele vastu ka riikliku pere-

lepitusteenuse raames toimuvas perelepitusmenetluses, mistõttu on ilmne, et lapse kaasamine ja tema ärakuulamine perelepitusmenetluses on äärmiselt oluline.

Kohus teeb ühise hooldusõiguse lõpetamise ja hooldusõiguse ühele vanemale andmise küsimuses otsuse eeskätt lapse huvidest lähtudes, arvestades muu hulgas mõlema vanema vaimset ja majanduslikku valmisolekut last kasvatada, hingelist seotust lapsega ja senist pühendumist lapse eest hoolitsemisele ning lapse tulevasi elamistingimusi. Kui hooldusõigus kuulub kohtulahendi alusel ühele vanemale, võib teine vanem taotleda hooldusõiguse üleandmist juhul, kui kohtulahendi tegemise aluseks olnud asjaolud on oluliselt muutunud.

Hooldusõiguslik vanem on lapse seaduslik esindaja. Ühise hooldusõigusega vanematel on ühine esindusõigus. Vanem esindab last üksi, kui tal on lapse suhtes ainuhooldusõigus või kui kohus on talle andnud ainuotsustusõiguse vastava asja otsustamiseks. Näiteks kui vanemale on antud ainuotsustusõigus lapsele kooli valides, võib see vanem üksi otsustada, millises koolis laps õppima hakkab. Samas vanem, kellele on antud ainuhooldusõigus lapse tervise küsimustes, saab ainuisikuliselt otsustada lapse tervist puudutavaid asju. Hoolimata hooldusõiguse kuuluvusest peavad vanemad tegema otsuseid alati lapse parimatest huvidest lähtudes, sealhulgas mitte oma tegevuse või tegevusetusega last ohtu seadma (näiteks varjates teise vanema eest lapse tervist puudutavat olulist infot vms). **Ainuhooldusõigus ei vabasta kumbagi vanemat ülalpidamiskohustusest ega piira teise vanema suhtlusõigust.**

Lahutuse korral lahutavad vanemad teineteisest, mitte lapsest



Lapse elukoht

Lahutuse korral lahutavad vanemad teineteisest, kuid kumbki ei lahuta lapsest.

Küsimus, kumma vanema juures laps pärast lahkuminekut püsivalt elama hakkab, on liiga tihti vanemate vaidluste keskmes. Kui vanemad ei suuda juba läbirääkimiste alguses otsustada, kus laps edaspidi elab, võib see õõnestada nende edasist koostööd. Lisaks ei ole see lapse parimates huvides. **Ükski kokkulepe ei toimi, kui vanemad ei suuda teineteist vanematena usaldada ega toetada.**

Oluline on, et vanemad usaldaksid teineteist ja laps võiks elada paindlikult mõlema juures. Vanemad võivad lapse elukoha määrata kokkuleppega või lasta selle otsustada kohtul, arvestades ennekõike seda, milline elukorraldus lapsele kõige paremini sobib, põhjustamata talle liigset stressi.

Kui lapsel on püsiv elukoht, siis on tema huvides see, et tal oleks võimalus lahus elava vanemaga piisavalt palju suhelda. **On väga oluline, et lahkumineku järel säiliksid usalduslikud ja lähedased suhted ka lapse ja lahus elava vanema vahel.** Juhul kui lapsel on vahelduv elukoht ja ta veedab mõlema vanema juures võrdse osa ajast, tuleb vanematel jälgida, kas perioodi erinevates kodudes elamine lapsele sobib ega muutu talle liiga koormavaks. Vahelduva elukoha puhul lepivad vanemad kokku, millisele aadressile lapse ametlik elukoht registreeritakse. Vahelduv elukoht peab olema lapse parimates huvides, mis tähendab, et arvesse tuleb võtta näiteks lapse vanust ja loomust, vanemate elukohtade kaugust ja vanemate suutlikkust teha last puudutavates küsimustes koostööd. Vahelduvat elukohta ei tohi valida ainult selleks, et tagada vanemate võrdne kohtlemine.

Lapsele tuleb anda võimalus oma seisukohta avaldada. Kohus kuulab last puudutavas asjas lapse ära isiklikult, kui seaduses ei ole sätestatud teisiti. Kui vanemad omavahel hooldusõiguslikes küsimustes kokkuleppele ei jõua, on soovitatav pöörduda elukohajärgse lastekaitsespetsialisti poole, kes aitab vanematel lapse huvides jõuda üksmeelele või suunab nad nõustamisse või perelepitaja juurde. Peale 01.09.2022 on vanematel võimalik ka otse Sotsiaalkindlustusametisse pöörduda ja esitada taotlus tasuta riiklikule perelepitusteenusele saamiseks.

Loe lähemalt:

www.oiguskantsler.ee/et/lapsevanema-%C3%B5igused-ja-kohustused-1

https://www.just.ee/sites/www.just.ee/files/elfinder/article_files/hooldisigus_printimiseks.pdf

Suhtlusõigus

Lapsed on õnnelikud, kui neil on võimalus elada koos armastavate vanematega. Kui vanemad lahku lähevad, on lapsele väga raske, kui tema suhe ühe vanemaga nõrgeneb. Tunnustust väärivad vanemad, kes toetavad igati lapse lähedussuhte säilimist teise vanemaga, kuna mõistavad, et emast või isast kaugenemine võib olla lapsele valus.

Mõlemal vanemal on kohustus ja õigus suhelda lapsega isiklikult. Vanema õigused ja kohustused oma lapse suhtes kehtivad sõltumata sellest, kas vanem elab lapsega koos või mitte, välja arvatud juhul, kui vanema õigusi on piiranud kohus. Lapse ja vanema suhtlusõigus jääb alles ka ühise hooldusõiguse lõpetamise ja ühele vanemale ainuhooldusõiguse andmisega.

Lapsel on õigus isiklikult suhelda mõlema vanemaga, samas kohustust tal seda teha ei ole.

Euroopa Inimõiguste Kohus on korduvalt öelnud (vt nt 03.07.2018 lahend nr 30305/16), et kuigi lapse seisukohad on olulised, ei ole need külastusõiguse tagamiseks määrava tähtsusega. ***Lapsel ei ole piiramatut veto-õigust keelduda lahuselava vanemaga kohtumisest ilma, et arvestataks ka teisi asjaolusid.***

Vanemate konflikti tõttu võib aga lapse huvi paraku tagaplaanile jääda. Vanem peab seaduse kohaselt hoiduma tegevusest, mis kahjustab lapse suhet teise vanemaga või raskendab lapse kasvatamist (nt lapse ja teise vanema kokkusaamiste takistamine või lapse mõjutamine teise vanemaga suhtlemisest loobumise eesmärgil). **Oluline on meeles pidada, et paarisuhte lõppemine ei lõpeta vanemlussuhet,** st lapse suhet teise vanemaga. Lahkuminek toob kaasa erinevaid emotsioone ning kuigi näiteks vanem ise ei soovi teise vanemaga suhelda, ei tähenda see seda, et teise vanemaga mitte suhtlemine oleks ka lapse huvides.

Lapse huvides on see, kui vanemad suudavad erimeelsustest hoolimata toimivas suhtluskorras kokku leppida ja sellest kokkuleppest kinni pidada. Kokkuleppe sõlmimisel saab abi nii elukohajärgselt lastekaitsetöötajalt, perelepitajalt kui ka näiteks advokaadibüroost.

Alates 01.09.2022 on vanematel võimalik kasutada tasuta riikliku perelepitusteenust.

Suhtluskord ei või last ebamõistlikult koormata, arvestada tuleb muu hulgas lapse vanust, tema suhteid vanematega, vanemate elukohtade kaugust, vanemate töögraafikut, lapse päevakava, aga ka näiteks lapse hõivatust õppe- ja huvitegevusega jne. Suhtluskord peab olema selge ja täidetav.

Kui aga suhtluskorra kokkuleppe saavutamine rahumeelsel teel ei õnnestu, saab vanem pöörduda suhtluskorra määramiseks lapse elukohajärgse maakohtu poole.

Alates 01.09.2022 kehtiva uue korra järgi, kui vanemad ei ole enne kohtusse pöördumist perelepitust läbinud, suunab kohus vanemad riiklikule perelepitusteenusele ja peatab selleks ajaks oma menetluse.

Kohtusse esitatud avalduses tuleks muu hulgas ära näidata, millise suhtluskorra määramist vanem soovib. Lapse huvides võib kohus suhtlusõigust või selle kohta tehtud varasemate lahendite täitmist piirata või suhtlusõiguse teostamise või selle kohta tehtud varasemate lahendite täitmise lõpetada. Kohus võib määrata, et laps suhtleb vanema või muu isikuga sobiva kolmanda isiku juuresolekul, keelata kolmandal isikul lapsega suhtlemise või seda piirata. Samuti võib kohus asjasse puutuvale isikule panna kohustuse hoiduda tegevusest, mis kahjustab lapse suhet vanematega või raskendab lapse kasvatamist.

Lapse huvidest lähtudes määrab kohus lapse ja vanema suhtluskorra kehtestamisel kokkusaamiste viisi, koha, sageduse, kestuse ja lapse üleandmise korra. Suhtluskorra kindlaksmääramine ei ole suhtlusõiguse teostamise võimatuse korral vajalik mitte üksnes lahus elava vanema õiguste tagamiseks, vaid lapse õiguste ja huvide kaitsmiseks.
Lapse seisukohast on väga oluline, et temaga koos elav vanem toetaks ja aitaks kaasa lapse ja lahus elava vanema lähedase suhte säilimisele. Lapse parimatest huvidest lähtuvad vanemad teevad omavahel koostööd nii kooselu ajal kui ka pärast selle lõppemist.

Loe lisa:

https://ajakiri.lastekaitseliit.ee/2022/06/01/lastekaitse-liidu-lapse-oiguste-saadikute-kiri-taiskasvanutele-palun-lubage-meil-teiega-koos-lahendusi-otsida/

https://www.juristaitab.ee/et/mida-tahendab-suhtlusoigus-mida-teha-kui-see-vastuolus-lapse-huvidega

Perelepitus aitab lapsevanematel leida üksmeele.



Perelepitus

Esmalt kiire ülevaade, mis vahe on perelepitusel, perenõustamisel ja pereteraapial.

Perenõustajad (sh paarisuhte nõustajad) või -terapeudid saavad olla abiks, kui pere eesmärk on suhteid hoida. Nõustaja juures keskendutakse oma tunnetele ja suhetele ning arutatakse paarisuhteküsimusi.

Pereteraapia keskendub aga perekonnale kui tervikule, st teraapia eesmärk on esile kutsuda kõikide pereliikmete heaolu suurendavaid muutusi.

Perelepitus on lapsevanemate vaheline läbirääkimiste protsess, mis aitab vanematel leida üksmeele just laste huve arvesse võttes.

Perelepituse eesmärk on kokku leppida lapsevanemate õiguste ja kohustuste jaotuses ning leida lapse elukorralduslikes küsimustes tekkinud vaidlusele lahendus. Ühistele lastele sobiva elukorralduse leidmiseks on kõige laialdasemalt kasutatav just perelepitus, mis on mõeldud lahku minevatele või juba lahus elavatele lapsevanematele.

Perelepituse eesmärk ei ole lepitada või taasühendada lahku läinud abikaasasid või elukaaslasi, vaid vanemlussuhte raames last säästva koostöö otsimine.

Perelepituse sisuks on lapsevanemate läbirääkimiste vahendamine ja lapsevanemate aitamine nende alaealise lapse elukorralduslikes küsimustes tekkinud vaidlusele lapse huve arvestava lahenduse leidmisel.

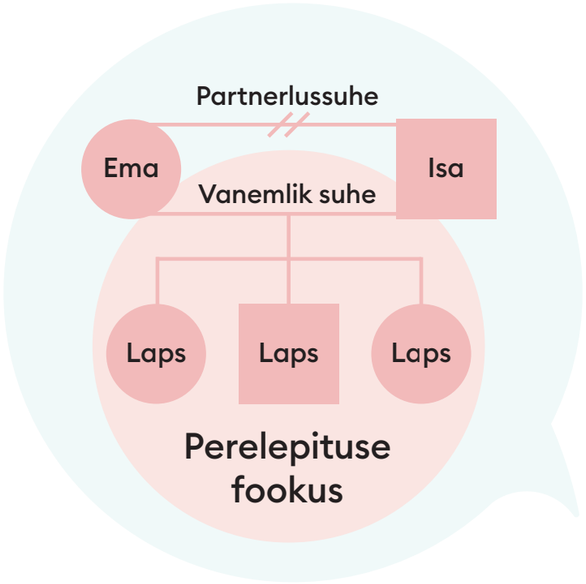
Näiteks võib perelepituses leida lahendused:

- **lapsega suhtlemise õiguse või alaealise lapse ülalpidamisega seotud küsimustes;**
- **alaealise lapse ülalpidamisega seotud küsimuste;**
- **ühise hooldusõiguse lõpetamises või muutmises.**

Perelepituse käigus püütakse leida perelepitaja abiga nii lapsele kui ka mõlemale vanemale sobivaim ja kõige paremini toimiv lapse huvidest lähtuv elukorraldus. Läbirääkimiste tulemuseks võiks olla vanemate koostööle keskenduv kirjalik kokkulepe (vanemluskokkulepe) näiteks sellistel teemadel nagu lapse alaline elukoht, lapse lasteaed või kool, huviharidus, välismaal viibimised jne.

Kui vanemad otsustavad nendes küsimustes pöörduda perelepituse asemel kohtu poole, võib kohus kohustada pooli siiski osalema lepitusseaduses sätestatud lepitusmenetluses (st perelepituses) võttes vanemate avaldus menetlusse ning suunates vanemad osalema riiklikule perelepitusteenusele.

Kui vanemad lähevad lahku, lõpeb nende paarisuhe, aga vanemlussuhe jätkub, sest laps vajab endiselt mõlema vanema tuge.



Joonis 2: Ökogramm (Haavisto 2018, Parkinson 2020)

Alates 01.09.2022 on lapsevanematel võimalik perelepitusteenuse saamiseks kasutada riikliku perelepitusteenust. Riiklik perelepitusteenus on riigi korraldatav lapsevanemale **tasuta** pakutav perelepitusteenus. Riiklikku perelepitusteenust koordineerib Sotsiaalkindlustusam et ning teenust pakuvad perelepitajad, kes on läbinud selleks vastava koolituse ja eksami.

Perelepitus on kiireim, soodsaim ja mugavaim võimalus lahendada erimeelsused kohtuväliselt.

Perelepituse reeglid on järgmised:

- Vanemad osalevad lepitusmenetluses vabatahtlikult.
- Vanemad on võrdsed ning nad otsivad lapsele parimat võimalikku lahendust ise.
- Perelepitaja on neutraalne vahendaja, sõltumatu ning lepitusosaliste suhtes erapooletu, kes oma professionaalseid teadmisi ja oskusi kasutades toetab vanemaid lapse huvides kokkuleppe saavutamisel.
- Perelepitus on konfidentsiaalne.
- Perelepitajal on keelatud esindada lepitusosalist lepitusmenetluse aluseks olevaid asjaolusid käsitlevas muus menetluses.
- Lepitusmenetlust alustades on perelepitaja kohustatud selgitama lepitusosalistele lepitusmenetluse olemust ja õiguslikke tagajärgi.
- Perelepitaja on kohustatud lühidalt dokumenteerima lepitusmenetluse kulgemise.

Perelepitus ei sobi üldiselt siis, kui suhtes esineb vaimset või füüsilist vägivalda või kui üks pooltest on teisest oluliselt võimukam ega ole omavahelises koostöös valmis oma võimu vähendama. Vanemate omavaheliste probleemide vahendajaks ei sobi sugulased või sõbrad, kes võivad oma subjektiivsete hinnangute või poolehoiuga ühe vanema vastu niigi keerulises olukorras veelgi rohkem pingeid tekitada.

Riiklikule perelepitusteenusele saamiseks on vajalik esitada mõlemal lapsevanemal avaldus Sotsiaalkindlustusametile. Taotlust ei esitata, kui kohus on teinud tsiviilkontumenetluse seadustiku § 5601 alusel perelepitusse suunamise määruse. Perelepitusteenuse vältel kohtub perelepitaja mõlema vanemaga ning eraldi ka lapsega. **Perelepitus lõppeb kas vanemluskokkuleppega või edutuse tõendiga.**

Vanemluskokkulepe kirjalik allkirjastatud kokkulepe, mille kinnitab Sotsiaalkindlustusamet. Kirjalik ja kinnitatud vanemluskokkulepe on täitedokument ning kohtutäituri poolt vajadusel sundtäidetav.

Kui perelepituse käigus ei sõlmita kirjalikku vanemluskokkulepet, väljastatakse selle kohta edutuse tõendi dokument.

Riikliku perelepitusteenuse ja selle protsessi kohta saad täpsemalt lugeda Riikliku perelepituse ABCst.

Last puudutavate vaidluste puhul on aga äärmiselt oluline lahendada erimeelsused võimalikult kiiresti ja rahumeelselt ning tagada stabiilse elukorralduse jätkumine.

Uuringud kinnitavad, et vabatahtlikud kokkulepped sõlmitakse kiiremini, need on püsivamad ja neist on rohkem kasu. Perelepituses vaadatakse tulevikku ühise lapse huvides.

Vanematel on alati õigus pöörduda vaidluse lahendamiseks kohtusse, kuid praktika näitab, et kohtumenetluse käigus kipuvad ka isiklikud konfliktid ja vanad pinged pigem süvenema.

Ka kohus peab last puudutavas menetluses nii vara kui võimalik ja igas menetlusstaadiumis püüdma asjaosalisi suunata vaidlusküsimusi lahendama just kokkuleppe teel. Kohus peab asjaosalised võimalikult aegsasti ära kuulama ja juhtima nende tähelepanu võimalusele kasutada perenõustaja abi, et eelkõige kujundada ühine seisukoht lapse hooldamise ja tema eest vastutamise kohta.

Kõigis riiklikku perelepitusteenust puudutavates küsimustes saavad lapsevanemad pöörduda Sotsiaalkindlustusameti poole: sotsiaalkindlustsamet.ee/perelepitus

Loe lisa: sotsiaalkindlustusamet.ee/perelepitus

Lisaks perelepitajale tasub igas lapse heaoluga seotud küsimuses pöörduda oma kohaliku omavalitsuse lastekaitsetöötaja poole või võtta ühendust lasteabiga telefonil 116111 või lasteabi.ee.

Lahkuminek - kriisist taastumiseni

Parimal juhul põhineb suhe vastastikusel kiindumusel ja usaldusel. Suhe koosneb paljudest ootustest, mis on seotud intiimsuse, kindlustunde, heakskiidu ja armastusega. Lahkuminek ja suhte lagunemine toovad esile erinevad emotsioonid, nagu pettumus, ebakindlus, armastatu kaotamise valu, lootusetus, lein ja viha.

Abielu või kooselu lõpetanud vanem on üldiselt tuleviku pärast hirmul ja esitab endale küsimusi. Kuidas ma rahaliselt hakkama saan? Kas jään oma elupäevade lõpuni üksi? Laps on samuti tihti ärevuse allikas Kuidas laps reageerib, kui me talle lahkuminekust räägime? Kuidas lahutus tema tulevikku mõjutab? Kuidas ma suudan hoida oma lapsega kontakti, kui me enam ühe katuse all ei ela?

Lahku minnes purunevad jagatud tulevikuunistused. Lahkuminek on eriti raske poolele, kes seda ei soovinud. Kui me tunneme, et meid on kõige olulisemas suhtes hüljatud, hakkame tihti kahtlema elu mõttes. Meie peast jooksevad läbi kõiksugused mõtted. Miks see minuga juhtus? Mida ma valesti tegin? Kas ma oleksin saanud midagi teisiti teha? Süü valikute pärast, mis viisid lahkuminekuni ja otsuseni lahutada, pettumus iseendas ja suhtes, aga ka suhte leinamine on kõigest mõned tunded, mida mõlemad abikaasad või elukaaslased tõenäoliselt üle elavad.

Lahkumineku viis mõjutab lahkuminekust toibumist tugevalt.

Iga inimene kogeb lahkuminekut omal viisil. Partnerid võivad lahkuminekusse suhtuda täiesti erinevalt. Üks võib tunda kergendust, teine aga olla väga ärev. See, kuidas lahkuminek seondub teie varasemate elukogemustega, mõjutab samuti seda, kuidas te lahkuminekut kogete ja sellest taastute. Lapsepõlvekogemused, teie vanemate lahku- minek ja eelmised lahkuminekud, mida võite olla kogenud, võivad sel hetkel uuesti esile kerkida. Peale põhjuste, mis lahkuminekuni viisid, mõjutab reaktsioone ka viis, kuidas lahkuminekut käsitletakse.

Lahkuminekut iseloomustab sageli tõsiasi, et abikaasade või elukaaslaste mõtteprotsessid ei liigu samas rütmis. Üsna tihti juhtub, et see, kes lahkumineku algatas, on kaalunud seda juba mõnda aega ja on juba läbi töötanud sellega seotud emotsioonid.

Parim viis, kuidas sõber või sugulane saab lahkumineku üle elanud isikut toetada, on teda kuulata, lohutada ja lihtsalt tema jaoks olemas olla.

Ta võis olla hakanud tegema praktilisi korraldusi juba enne seda, kui lahkumineku võimalikkust oli arutatud. Sellises olukorras võib teist partnerit tabada üllatus. Paljud probleemid on põhjustatud asjaolust, et lahkuminekuprotsess ei liigu poolte jaoks samas rütmis. Seetõttu on oluline, et lahutuse võimalikkust arutataks juba võimalikult vara. Kui lahkuminek saab siiski reaalsuseks, võimaldab arutelu, mis on peetud lahkumineku algfaasis, mõlemal poolel tegeleda sellega enam-vähem võrdsetel alustel. See on ideaalne ka tulevase koostöö seisukohast

Lahkuminek ei mõjuta ainult vanemaid. See mõjutab ka last ja perekonna lähedasi sugulasi. Lapse huvides on oluline jagada lapsekasvatusega seotud kohustusi ja hoida suhet lähedaste sugulaste ning teiste inimestega, kes on lapsele olulised. Vanavanemad ja muud lähedased sugulased kogevad tihti samu emotsioone, mida elavad läbi lahku minevad abikaasad või elukaaslased.

Liiga tihti teevad sõbrad ja sugulased selle vea, et suruvad lahkumineku küsimuses peale enda arvamusi ja ideid, mustates teist osalist, võttes vahekohtuniku rolli või püüdes kedagi süüdistada. Parim viis, kuidas sõber või sugulane saab lahkumineku üle elanud isikut toetada, on teda kuulata, lohutada ja olla lihtsalt tema jaoks olemas. Lahkuminekut on lihtsam arutada ja sündmusi selgemalt analüüsida kellegagi, keda te usaldate. Näiteks aeg-ajalt lapsehoiu pakkumine on näide konkreetsest toest, mida lahku minevad vanemad oma sõpradelt ja sugulastelt ootavad.

Lahkuminek kui kriis

Me võime seista oma elu jooksul silmitsi paljude kriisidega, nii loomulike arengukriiside kui ka äkiliste ja ootamatute kriisidega. Lahkuminekut võib vaadelda kui protsessi, mis algab lahkuminekumõtetest ja lõppeb taastumisega. Igal lahkuminekul on omad põhjused ja taustlugu, kuid osaliste emotsioonid protsessi ajal on tihti väga sarnased. Kaotades abikaasa või elukaaslase, kes mängis igapäevaelus suurt rolli, kogetakse sageli üksildust.

Lahkumineku kriisi algstaadiumites püütakse tihti toimuvat eitada, sest olukorraga silmitsi seista tundub hirmutav ja talumatu. Mingil hetkel tuleb aga püüda reaalsusele vastu astuda. Seda staadiumit iseloomustavad sageli lein ja viha. Igaüks tegeleb valulike tunnetega erinevalt. Paljud abielu või kooselu lõpetanud inimesed kaitsevad end sellega, et loovad reaalsusest kallutatud pildi. Oma kannatustes ja kõiges juhtunus võidakse süüdistada endist partnerit. Teine inimene võib aga kõiges hoopis ennast süüdlaseks pidada. Selles lahkumineku kriisi etapis kannatatakse tihtilugu unetuse all ning probleeme võib olla keskendumise ja söögiisu kadumisega, samuti võib kimbutada masendus.

Isegi kui lahkuminek ei olnud teie mõte ning te seda ei soovinud, on teie parimates huvides see, kui püüate reaalsusele vastu astuda ja leida lohutust sellest, et elu läheb edasi. Leppides on võimalik keskenduda tulevikule ja alustada pärast lahkuminekut uue elu loomist. Teie kahjustatud enesekindlus taastub tõenäoliselt sammhaaval ja taolise kriisi üleelamine võib sellele isegi hoogu anda. Kriisiga tegeledes võite õppida mõistma nii iseennast kui ka teisi. Lahkuminek võib sundida meid vaatama oma valikuid ja väärtusi kellegi teise vaatenurgast ning panna mõtlema sellele, mida me tegelikult elult ja suhtelt tahame. Me võime näha oma varasemaid kogemusi ja sündmusi, mida pidasime ilmselgeks, täiesti uues valguses. Kuid lahkumineku kriis ei liigu alati automaatselt õiges suunas.

Mõnikord jäävad need, kes on lahkumineku üle elanud, viha ja kibestumuse võrku. Lahkuminek võib muutuda sellise inimese heaolule suureks ohuks, kui ta keeldub või ei suuda lahkuminekust tulenevate emotsioonidega silmitsi seista ega nendega tegeleda. Kui lahkuminekuprotsessi ei suudeta läbi töötada, võib see avalduda kibestumuses endise partneri vastu, keda nähakse ainu- süüdlasena oma halvas enesetundes ja raskustes, millega pärast lahkuminekut on tulnud toime tulla. Inimene, kes on lahkumineku kriisis kinni, võib korrata sama mustrit oma järgmises suhtes või tõmbuda eemale ja vältida üldse suhteid, sest ta kardab teiste suhete ebaõnnestumist.

Lahkuminekust toibumine

Lahkuminekust toibumise aeg sõltub inimesest. Lohutav on teada, et kõigil meil on oskused ja teadmised, mis aitavad kriisi üle elada. Meie varasemad elukogemused, sisemised jõuvarud, toimetulekuviisid ning raskused ja kriisid, mille oleme varem ületanud, aitavad edasi liikuda. Üldiselt kohandume me muutustega aja jooksul.

Lahkuminekuga tegelemine on väga oluline, et lasta lahti suhtest ning endisest abikaasast või elukaaslasest ja pöörata pilk tuleviku poole. Endisest partnerist emotsionaalsel tasemel lahti lasta on vajalik ka terve vanema-lapse suhte loomiseks.

Lapse parimatest huvidest lähtuv vanemate vaheline koostöö on võimalik vaid siis, kui lahkumineku ajal esile kerkinud emotsioonid ei mõjuta ega ohusta enam vanemate suhtlust.

Te teate, et olete lahkumineku kriisi üle elanud, kui lepite sellega, et lahkuminek on osa teie minevikust, ja olete valmis keskenduma tulevikule. Nüüd võite vaadata lahutusele tagasi kui ühele eluetapile.

Lahkuminekust taastumise tugirühmad annavad samuti vastastikust tuge. Tugirühmas tutvute teiste samas olukorras olevate inimestega. Nende kogemused võivad aidata teil asju paremini mõista, et vaadata olukorda uue nurga alt.
Tugi ja teave, mida te rühmast saate, võib muuta isegi keerulise lahkumineku kogemuseks, mis toetab lahkuminekuprotsessi ja aitab muutustega toime tulla.

Mõttekohad:

- Millises etapis ma oma lahkuminekuprotses siga hetkel olen?
- Kuidas on lood aga mu endise abikaasa või elukaaslasega?
- Mis võib aidata mul lahutusprotsessis edasi liikuda?

Lapse vajadustele tähelepanu pööramine

Vanemate lahkumineku korral kogeb laps mitmeid emotsioone ja elumuutusi. Lapsele võib lahkuminek olla hirmus, kurb, segane või viha tekitav. Mõnikord võib ta tunda isegi kergendust.

Iga laps reageerib lahkuminekule erinevalt.

Laps võib leinata seda, et üks vanematest kolib minema, ja karta, et kaotab ta igaveseks. Samal ajal võib laps tunda hirmu selle pärast, mis tema endaga juhtub. Kas lapsega koos elav vanem lahkub samuti ning kui jah, siis kes tema eest hoolitseb? Laps võib olla vihane ja raevunud vanema peale, kes kolib välja ning jätab ta maha, või vanema peale, keda laps peab lahkuminekus süüdlaseks. Ta võib tunda end ka väga abituna, kui mõistab, et ei suuda mõjutada vanemate otsust lahutada.

Lapse reaktsiooni mõjutab suuresti lahkuminekueelne olukord perekonnas. Kas perekonnaelu ja lapse emotsionaalne keskkond olid harmoonilised ja arengut toetavad? Kas kooselu ajal oli palju vanematevahelisi vaidlusi ja muud, mis lapsele stressi tekitas?

Seda, kuidas laps lahkuminekut tajub, mõjutab eriti see, kuidas vanemad lahkuminekuga toime tulevad, milline on nende suhe pärast lahkuminekut ja mil määral suudavad nad oma lapse parimate huvide eest seista, kui teevad lahkuminekuga seotud otsuseid.

Lapse reaktsioon sõltub ka tema vanusest ja paljudest teistest teguritest, tema suhtest oma vanematega ja toest, mida pakuvad talle teised lähedased täiskasvanud.



Kuidas lapsega lahkuminekust rääkida?

Lastel ei ole eelarvamust, kuidas lahkuminek nende elu mõjutab. See, kuidas vanemad lapsega lahkuminekust räägivad ja kui valmis laps selleks on, on seetõttu eriti oluline.

Laps peaks olema teadlik kõigist pereolukorra muutustest, eriti neist, mis puudutavad teda ennast. Kuid last ei tohiks liialt koormata vanemate suhteprobleemide või lahkuminekuga seotud aruteludega. Vanemate omavaheline suhe ei ole lapse asi. Talle peaks rääkima lahkuminekust ainult siis, kui vanemad on oma otsuses kindlad.

Lapse vaatenurgast muutub lahkuminek reaalsuseks, kui üks vanematest perekonna juurest ära kolib või kui laps kolib ühe vanemaga uude koju. Kui lahkumineku otsus on tehtud ja lahusolek muutub reaalsuseks, on mõlemale vanemale oluline võimalus lapsega aega veeta, temaga rääkida ja ta küsimustele vastata.

Lapse ettevalmistamine lahkuminekuks on väga tähtis. **Ideaalses olukorras räägivad vanemad lapsele lahkuminekust koos. Isegi juhul, kui otsust lahutada ei tehtud ühiselt, näitab sellest koos rääkimine lapsele, et tema vanemad suudavad endiselt võtta vastutust ja tema eest hoolitseda.** Kuidas ja mida lapsele lahkuminekust rääkida, sõltub tema vanusest. Väikesele lapsele piisab teadmisest, et isa ja ema ei ela enam koos, kuid mõlemad hoolitsevad tema eest ja veedavad temaga võimalikult palju aega. Kui laps on vanem, on tal tõenäoliselt parem arusaam täiskasvanute probleemidest. Seega võivad vanemad lapsele öelda, et nad on otsustanud lahku minna, sest usuvad, et see on kõigile parim ja edaspidi on neil seetõttu vähem tülisid.

Vanemad peaksid lapsega lahkuminekust rääkima avatult ja ausalt. Nii ei pea laps seletusi oma peas välja mõtlema. Eriti oluline on teha lapsele selgeks, et lahkuminek ei ole tema süü ja otsuse tegid vanemad, kes kannavad selle eest ka vastutust.

Lahkumineku põhjuseid ei peaks lapsega liiga üksikasjalikult arutama, kuna see võib tema silmis õõnestada teise vanema autoriteeti. Lapse huvides on targem otsida põhjuseid, mis viisid lahkuminekuni, asjaoludest, mitte inimestest.

Lahkuminekuprotsessi käigus on väga tähtis, et mõlemad vanemad näitaksid lapsele oma tegude ja sõnadega, et nad armastavad teda endiselt ja jäävad tema elu osaks.

Lapsel tuleb lubada armastada mõlemaid vanemaid ja see on vaja samuti kõva häälega välja öelda. Seda lubadust saab muuta lapsele ja täiskasvanutele usutavamaks ja konkreetsemaks, täpsustades selle tähendust. Näiteks võib lapsele öelda, et vanem toetab teda endiselt kindla hobi või kodutöö juures või et järgmiseks suveks planeeritud puhkus siiski toimub. Lapsele tuleb uutest korraldustest ja igapäevaelu muutustest mitu korda rääkida, sest asjad võivad olla talle liiga keerulised ja tundmatud, et neid esimese korraga mõista. Lapsele on lahkuminek uus olukord, mida ta hakkab mõistma alles aja möödudes, kui lahkuminekujärgne elu paika on loksunud.

Laps ei pruugi teada, mida lahkuminek tähendab või kuidas see tema elu mõjutab. Seetõttu on rääkimine eriti oluline.

Lapsele pole mõtet öelda, et midagi ei muutu või et elu läheb samamoodi edasi. Lahkumineku algataja võib kippuda alahindama lahkumineku negatiivseid külgi ja kaotust, mida laps peab üle elama. Tõsiasi on see, et **lahkuminek võib olla lahendus vanemate probleemidele, kuid see on harva lahendus lapse muredele.**

Vanem ei peaks andma lapsele ühtegi lubadust, mida ta ei suuda pidada.

Lapse kannatuste ja leina nägemine võib vanemale olla väga piinav kogemus, seetõttu on oht, et tal tekib kiusatus anda lubadusi, millest ta ei saa kinni pidada.

Lapsel aitab uue olukorraga kohaneda see, kui vanemad ei toida ega kinnita valelootusi sellest, et nad uuesti koos elama hakkavad. See soov võib lapse mõtetesse jääda pikaks ajaks. Nagu täiskasvanud vajab ka laps aega ja tuge, et tegeleda lahkuminekust tulenevate emotsioonidega. Täiskasvanud võivad lapsega rääkida ja julgustada teda oma tundeid väljendama. Laps ei pruugi tahta vanematega lahkuminekust rääkida ega teada, kuidas seda teha. Selle pärast ei pea muretsema, kuni tundub, et lapsel läheb muidu hästi. Lapse meenutused ja küsimused tulevad omas tempos ja erinevates olukordades. Mõnikord ei näita laps oma tundeid välja tükk aega pärast lahkuminekut, kui ta tunnetab, et vanemad ei ole piisavalt tugevad, et tema tunnetele vastata. Vanemad ei pruugi mõista, et lapse käitumine on tegelikult reaktsioon lahkumineküle.

Vanemad peaksid olema teadlikud asjaolust, et laps tahab lahkuminekust rääkida üha uuesti ja uuesti ning ta võib esitada aina samu

küsimusi. Lapsele on toeks tuttavad igapäevarutiinid ja see, kui vanemad pööravad tähelepanu lapse elu igapäevastele sündmustele, tema rõõmudele ning muredele. Vanad tuttavad mänguasjad ja esemed aitavad samuti lapses kindlustunde luua. Laps vajab oma vanematelt tuge armastuse, õrnuse ja heakskiiduna. Ta ei tohi näha vanemate tülisid ega olla nende tüliõun. **Kui vanem halvustab ja laimab lapse juuresolekul endist abikaasat või elukaaslast, halvustab ta ka kedagi, keda laps armastab.** Isegi lahkumineku rasketel hetkedel peaksid vanemad meeles pidama, et lapsel pole oma isa või ema vastu samu tundeid, nagu on vanematel omavahel.

Lapse vajadusi ei arvestata ja tema positiivset arengut õõnestatakse, kui üks vanematest püüab teha temast liitlast teise vanema vastu või kui suhtlusõigust kasutatakse teiselt vanemalt millegi (näiteks elatise) väljapressimiseks. Lapse erapooletuse ja lojaalsuse kaitsmine on hädavajalik.

Tema loomuses on armastada oma mõlemat vanemat ning ta soovib jääda neile lojaalseks. Lahkuminekust asjalikult rääkimine aitab lapsel jääda lahkumineku protsessis neutraalseks pooleks. Lahkuminek ei anna vanematele õigust jätta ka lapse teised vajadused hooletusse. Piisavalt puhkust ja und ning tervislik toitumine koos igapäevarutiiniga on vajalikud eeltingimused lapse kasvamiseks ja arenemiseks ning oluline osa praktilisest armastusest ja vanemlikust hoolitsusest.

Nagu täiskasvanud vajab ka laps aega ja tuge, et tegeleda lahkuminekust tulenevate emotsioonidega.

Lapse käitumine lasteaias või koolis võib lahku mineku tõttu muutuda. Seetõttu peavad just vanemad teavitama õpetajaid või tugipersonali ning teisi lapse elus olevaid täiskasvanuid peres toimuvatest muutustest. See aitab täiskasvanutel paremini mõista lapse muutunud käitumist ja last toetada. **Laps ei pea teavitama teisi inimesi sellest, mis tema perekonnas toimub.**

Lastekaitsetöötajad pakuvad abi ja tuge vanematele, kes on mures, kuidas nende laps lahkuminekuga toime tuleb. Nad annavad ka teavet teie piirkonnas olevate tugirühmade ja toetavate programmide ning teenuste kohta.



Koostöövanemlus – mida selleks teha?

Vanemad peavad ühise hooldusõiguse ja koostöövanemluse nimel kõvasti pingutama, pidama mitmeid arutelusid ja olema paindlikud. Koostöövanemlus pole alati ilmtingimata lihtne. Kuid see on lapse parimates huvides ja kaitseb teda lahkuminekuga seotud kaotuste ja negatiivsete mõjude eest.

Vanemad peaksid tahtma vabatahtlikult üksteisega koostööd teha. Need, kes pingutavad koostöövanemluse nimel, ehitavad koostööl põhineva suhte, mis on hea nii nende lapsele kui ka töötab hästi nende endi olukorras.

Nad mõistavad teise vanema olulisust ja väärtust lapsele ning püüavad oma võimete piires seda suhet toetada ja kaitsta. Vajaduse korral räägivad vanemad kitsaskohad läbi ning katsuvad leida lapse jaoks lahendusi ja pühendada end neile. Vanemad ei varja teineteise eest lapsega seotud asju ega tegutse teise seljataga. Nad usaldavad, et teine vanem on lapsega seotud asjades lojaalne. Üksteise austamine ja üksteisest lugupidamine aitavad vanematel töötada oma lapse heaolu nimel.

Peeglisse vaadata pole alati lihtne. Siiski on kõigi huvides see, kui suudetakse näha oma motiive ja tegusid läbi kellegi teise silmade. Teist inimest tuleks kohelda nii, nagu sooviksite, et koheldakse teid. Lapse seisukohast pole lahkumineku puhul otsustav lahkuminek ise. Oluline on hoopis viis, kuidas vanemad seda käsitlevad, aga ka see, milline on pärast lahkuminekut lapse elu ja millise suhte suudavad vanemad üksteisega luua.

See, kui hästi laps lahkuminekust tulenevate muutustega toime tuleb, oleneb suuresti sellest, kui hästi vanemad konflikti hallata suudavad. Kui nad võtavad üksteise suhtes positiivse hoiaku ja teevad lapsega seotud küsimustes koostööd, aitab see lapsel hoida mõlema vanemaga lähedast suhet isegi siis, kui nad ei ela koos.

Kui vanemate meelest on koostööd teha raske ja nad võitlevad lapse nimel, on see tõenäoliselt lapsele väga stressirohke ja põhjustab suuri konflikte. Seetõttu on oluline, et mõlemad vanemad otsiksid koostöö algfaasis võimalikult kiiresti abi, kui nad probleeme ise lahendada ei suuda.

Programm „Dialoog laste nimel“ on mõeldud lapsevanematele, kellel on käsil või seljataga keeruline lahkuminek ja kes ei suuda last puudutavates küsimustes kuidagi kokkuleppele jõuda. Koolitusprogrammi abil õpivad vanemad uusi toimetulekuviise ja pingevaba suhtlemist, muutes seeläbi oma last ümbritseva keskkonna turvalisemaks.

Lisaks on lahkumineku üle elanud vanematele erinevaid teenuseid ja tegevusi, mis on mõeldud pakkuma abi ja tuge lapse kasvatamiseks üksi või koos endise partneriga. Need võivad aidata ka neis osalevatel inimestel sõbrunedа ja anda neile sisulisi tegevusi. Teenuseid ja tegevusi pakuvad omavalitsused ja muud organisatsioonid.

Vaata: https://www.dialooglastenimel.ee/

Toimivas kahekultuurilises abielus on olulised suhtlusoskused, paindlikkus ja austus. Needsamad oskused on tähtsad ka juhul, kui paar otsustab lahutada.

Lahkuminek kahekultuurilises perekonnas

Kui perekond on kahekultuuriline või vanemad on pärit erinevatest riikidest, tegeletakse lahkumineku korral samade probleemide, emotsioonide ja kogemustega kui peres, kus vanematel on ühine kodumaa ja sama kultuuritaust. Ometi on siin mõned iseloomulikud küsimused, nagu otsus, millises riigis hakatakse elama, lapse hooldusõiguse teema ja lapse kakskeelse ja -kultuurilise identiteedi toetamine ka pärast lahkuminekut.

Lahkumineku korral võib kahekultuuriline perekond olla silmitsi järgmiste küsimustega.

- Millise riigi seadusi lahutusele rakendatakse?
- Kust leiab välisriigi taustaga vanem teavet Eesti lahutuspraktika kohta?
- Kas mõlemad vanemad jäävad Eestisse?

- Mis juhtub olukorras, kus üks vanematest läheb tagasi kodumaale või kolib kolmandasse riiki?

- Kuidas saab lapse kakskeelse ja -kultuurilise identiteedi arengut toetada olukorras, kus vanemad ei ela enam koos?

Kui erineva kultuuritaustaga vanemad otsustavad lahku minna, süüdistatakse tõenäoliselt kultuuri, mida hakatakse oma vaidlustes relvana kasutama. Selline olukord seab lapse vastuolulisse ja ebamäärasesse olukorda, sest vanemate tüliobjekt on lapse minapildi oluline ja lahutamatu osa. Halvimal juhul võivad vanemate vaidlused viia olukorrani, kus laps häbeneb oma kultuurilist tausta ja on selle suhtes ebakindel.

Seega peaksid vanemad proovima olukorda näha läbi lapse silmade ja aktsepteerima, et lahkuminek ei muuda asjaolu, et lapse juured on mõlemas riigis ja tema identiteedil on kaks võrdselt väärtuslikku külge. Vanemad peavad vältima ka lapse juuresolekul üksteise halvustamist ning laps ei peaks kunagi valima oma vanemate ega nende kultuuride vahel, kui ta isa või ema seda soovib.

Vanemate kultuuritaust peaks olema lapse elus loomulikul ja positiivsel viisil ka pärast lahkuminekut. Sellised positiivsed kogemused aitavad lapsel tegeleda valulike kogemustega, mida lahkuminek vältimatult tekitab.

Eesmärk peaks olema ka lapse mõlema vanema keele arengu- ja säilitamisõiguse kaitse. Keel on siiski oma kultuuri ja juurte mõistmise võti.

Kakskeelsus toetab lapse identiteeti ja avab aknad mõlema vanema maailma. See loob soosivad olud ka lähedaste suhete jaoks vanavanemate ja teiste sugu- lastega. Lahkumineku korral peaksid vanemad pidama meeles pere keelelist keskkonda ja seda, milliseid võimalusi see pakub lapse kakskeelse identiteedi toetamiseks, kui mõelda võõrkeelsetele päeva hoidudele, lasteaedadele, koolidele, sõpradele, sugulastele, raamatutele ja filmidele. Toimivas kahekultuurilises abielus on olulised suhtlusoskused, paindlikkus ja austus ning needsamad oskused on tähtsad ka juhul, kui paar otsustab lahutada. Olenemata sellest, et vanemad ei ela enam koos, on neil endiselt laps ning nad mõlemad vastutavad tema kasvatuse ning terve arengu tagamise eest. I**deaalses olukorras annavad vanemad lapsele nii kakskeelsuse kui ka tugeva ja positiivse kahekultuurilise identiteedi.**

Mõttekohad:

Kas me oleme lahku minevate vanematena järgnevaks valmis?

- Me ütleme lapsele, et meil on plaanis minna lahku, ja räägime põhjustest, mis selle otsuseni viisid. Nii ei pea laps ise mõtlema välja lahkumineku seletusi ega tundma meie otsuse pärast end süüdi.

- Me töötame koos, et leida oma lapsele parimad lahendused ja elukorraldus. Me ei lähe lahku lapsest, vaid lõpetame mittetoimiva suhte.

- Me näitame ja ütleme lapsele, et me armastame teda ja hoolitseme tema eest ka pärast lahkuminekut. Me oleme avatud lapse emotsioonidele ja kuulame teda.

Last toetava vanema väärtused

Me räägime lapsele, milliseid muutusi lahkuminek toob ja mis jääb tema elus samaks. Koos teeme me kõik endast oleneva, et tagada lapsele kindlustunne.

Me kaitseme last pettumuse eest. Me ei anna tühje lubadusi, mida me ei suuda pidada, ega ärata asjata lootust asjade suhtes, mida me ei saa kontrollida.

Me mõistame ja aktsepteerime asjaolu, et lapsele on oluline säilitada kontakt nii vanemate, vanavanemate kui ka teiste inimestega, kes on talle olulised. Vanematena püüame neid suhteid hoida.

Me räägime lahkuminekust lapse elus olevatele teistele täiskasvanutele. Laps ei pea vastutama selle eest, et teistele inimestele uut olukorda selgitada.
Me püüame jääda edasi suhtlema. Lapse kohustus ei ole olla meievaheline sõnumitooja.

Me hoolitseme enda majandusliku toimetuleku eest ja otsime vajaduse korral abi. Lapse kohustus ei ole olla kummagi vanema tugiisik ega tasakaalutegur pere emotsionaalses atmosfääris.

Me peame meeles, et olenemata vanemate lahkuminekust on lapsel õigus elada elu, mis on tema eale kohane. Me oleme teadlikud, et vanemad saavad mõjutada seda, milline lapse elu olema hakkab.

Toeks vanematele soovituslik lugemismaterjal

Katrin Saali Saul
„Eluterve kärgpere käsiraamat“

Kaire Talviste
„Arukalt lahku“

Tõnn Sarv „Kuidas lahku minna“

Bruce Fisher, Robert Alberti
„Kui suhe lõpeb – kuidas lahutusest toibuda“

Philip M. Stahl, Ph.D.
„Lastekasvatus pärast lahutust – vanemate konfliktid ja lastevajadused“

Heli Pruuki, Jari Sinkkonen. „Laps ja lahutus“

Helistage meile kui vajate täiendavat tuge!

Kuidas olla tark lapsevanem?
Loe rohkem: www.tarkvanem.ee

Suhe võib lõppeda – vanemlus mitte!





Perelepitus aitab lapsevanematel leida üksmeele.

perelepitus