

# Samlivskontrakten af Torben Madsen

Samlivskontrakten blev lavet som et bilag til min bog ”Sådan finder du den rette kæreste”, og formålet med den er først og fremmest at fremprovokere en samtale om emner, der erfaringsmæssigt viser sig at kunne få stor betydning for samboende. Enten fordi der ikke findes acceptable kompromiser, eller fordi de forskellige synspunkter dækker over fundamentalt forskellige mennesketyper.

Derudover giver kontrakten jer mulighed for at vedtage nogle ganske betydningsfulde hensigtserklæringer om, hvordan I skal behandle hinanden.

Ideelt set burde kontrakten altså udfyldes, inden I flytter sammen eller stifter familie, men takket være ”bredden” i kontrakten er den også af stor værdi for allerede samboende - med eller uden børn.

Samlivskontrakten er trods navnet ikke tænkt som noget juridisk bindende dokument. Til dette formål findes der allerede en stribe kontrakter, som det bestemt kan være værd at bruge tid på og især, hvis I vælger at leve papirløst sammen. Samlivskontrakten binder jer derimod alene efter devisen: ”et ord er et ord”. Men omvendt: hvis det ikke holder, ja så holder jeres forhold nok heller ikke.

Et brud på kontrakten er derfor på mange måder lige så alvorligt som et brud på en juridisk bindende kontrakt, og derfor bør udfyldelsen af den også ske med dette in mente. Et punkt, som I ikke er enige om, skal altså ikke blot springes over, fordi det er nemmest her og nu. De eneste ”gyldige” grunde til at springe over eller udskyde bør være, at det omtalte punkt aldrig kan blive aktuelt for jeres forhold, eller at én af jer på forhånd erklærer jer villig at acceptere partnerens holdning, såfremt I ikke kan enes om et kompromis.

Den sidstnævnte grund vil jeg dog advare mod at bruge, førend punktet har været grundigt drøftet. Resultatet kunne nemlig blive, at én af jer til stadighed vil ”frygte” for, at den pågældende situation opstår. Prøv blot til eksempel at forestille jer, at én af jer gerne vil arbejde i udlandet, mens den anden foretrækker den hjemlige andedam. Hvis I ikke finder en acceptabel løsning på denne forskellighed, så kan én af jer, i værste fald jer begge, til stadighed frygte for en gang at måtte forlade hjemlandet, miste en karrieremulighed i udlandet - eller droppe samlivet.

En sådan frygt er bestemt ikke befordrende for et godt samliv og dertil kommer, at en udskydelse så langt fra er nogen garanti for, at beslutningen bliver nemmere. Prøv derfor, og om nødvendigt med andres hjælp, at finde mindst ét kompromis, der er tåleligt for jer begge - inden I skriver kontrakten under.

Mht. den praktiske udfyldelse af kontrakten foreslår jeg, at I anvender en blyant eller tager en ekstra kopi af den. Så er der mulighed for at skifte mening, og hvis I vælger kopien, er der tillige mulighed for, at I en gang i jeres tredje alder, kan more jer over det, I en gang fandt åh så vigtigt.

# SAMLIVSKONTRAKT

for

M: \_\_\_\_\_ K: \_\_\_\_\_

Vi er enige om følgende regler for vort samliv:

(Sæt kryds i de firkanter, I er enige om)

## Ægteskab/forlovelse

Vi vil forloves, når: \_\_\_\_\_ senest den: /

Vi vil giftes, når: \_\_\_\_\_ senest den: /

Vi vil giftes:  i kirken  på rådhuset  \_\_\_\_\_

Som fælles efternavn vil vi bruge: \_\_\_\_\_

## Børn

Vi ønsker \_\_\_ børn og det første senest, når: \_\_\_\_\_

Om nødvendigt benytter vi gerne kunstig befrugtning, ægtransplantation m.m.

- selv om det udelukker:  M  K i at blive biologisk forældre til barnet.

Vi vil benytte fosterscanning og afbryde graviditeten såfremt: \_\_\_\_\_

En eventuel uønsket graviditet ønsker vi at:  gennemføre  afbryde.

Vi er villige til at adoptere et:  dansk  udenlandsk barn.

En eventuel forældreorlov skal udnyttes til størst fordel for:  M  K.

Vi vil selv passe børnene indtil: \_\_\_\_\_

- og derefter overlade dem til: \_\_\_\_\_

Vi ønsker at være helt fri for vores børn \_\_\_ dage/aftener om måneden.

Vores børn skal hurtigst muligt vænnes til at sove alene.

Ved opdragelsen af vores børn vil vi lægge vægt på følgende:

At børnene skal lære at adlyde os, og  at (fysisk) afstraffelse kan være nødvendigt for at opnå dette.

At børnene har deres egen vilje, og  at vi skal respektere dette.

At tilfredsstillelsen af vore egne behov er:

mindre vigtig  lige så vigtig  vigtigere end tilfredsstillelsen af børnenes.

Ved uenighed om opdragelsen bestemmer:  M  K.

Vi vil undlade at gøre forskel på vores fælles børn og hinandens børn.

Vi vil deltage på lige fod i opdragelsen af hinandens børn.

Ved børnenes sygdom vil vi:

skiftes til at blive hjemme  \_\_\_\_\_

Vi foretrækker at vores børn kommer i:  privatskole  offentlig skole.

Vi ønsker at vores børn skal tro på: \_\_\_\_\_

## **Bolig**

Som fælles bolig vil vi benytte:  M's  K's nuværende bolig.

Vi vil anskaffe en fælles bolig i:  landligt område  villaområde  bymidte.

Boligen skal have minimum \_\_\_\_ værelser og \_\_\_\_ badeværelser.

Vi vil hver have vort eget soveværelse/værelse.

Vi vil selv eje vores bolig.

Geografisk ønsker vi at bo i (by/land): \_\_\_\_\_

Ved uenighed herom bestemmer:  M  K.

## **Indretning**

Vi vil indrette vores bolig med det,  M  K allerede har.

Vi vil købe:  brugte møbler  billige nye møbler  kvalitetsmøbler.

\_\_\_\_\_

Ved uenighed herom bestemmer:  M  K.

## Økonomi

- Vi vil have fælles økonomi.
- Vi betaler hver for sig halvdelen af vore fælles udgifter.
- Vi betaler hver for sig for vore egne hobbyer og laster.

M betaler: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

K betaler: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Vi vil månedligt højst bruge følgende beløb på:

Bolig		Spil		Børn	
Mad		Hobbyer		Opsparing	
Drikkevarer		Aviser		Tobak	
Gaver		Blade		Internet	
Transport/bil		Fjernsyn		Telefon	
Tøj		Ferie			

Ved uenighed herom bestemmer:  M  K.

Vi vil ikke:  sætte os i gæld for at få ting til hjemmet  købe eller sælge større ting uden at være enige  mangle penge sidst på måneden  låne af hinanden.

Vi vil forsikre hinanden:

således, at den længstlevende kan opretholde den samme levestandard som før dødsfaldet.

\_\_\_\_\_

## Arbejde og karriere

Vi vil satse på en karriere for:  M  K.

Vi flytter gerne for det rigtige arbejde,  eventuelt til udlandet.

Vi vil:  arbejde for at leve  leve for at arbejde.

Ved uenighed herom bestemmer:  M  K.

## Ansvar og forpligtigelser

(Sæt kryds og tilføj tidspunkter og steder)

M	K	M+K	- har ansvaret for:
			Indkøb af dagligvarer
			Madlavning om:
			Madlavning om:
			Madpakker
			Opvask om:
			Opvask om:
			Gulve i:
			Gulve i:
			Gulve i:
			Rengøring af toilet
			Rengøring af badeværelse
			Rengøring af soveværelse samt sengetøj
			Rengøring af køkken
			Tømning af skraldespand
			Vinduespudsning
			Oprydning i:
			Oprydning i:
			Afstøvning af:
			Tøjvask
			Børnenes tøj
			Strygning
			Børnepasning
			Indendørs blomster
			Udendørs blomster
			Haven i øvrigt
			Reparationer i huset
			Bilvask

			Bilen i øvrigt
			Pasning af husdyr
			Betaling af regninger
			Hente og bringe børn om:
			Hente og bringe børn om:

Vi vil benytte fremmed hjælp til: \_\_\_\_\_

## Orden

Vi vil rydde op:  hver dag  hver uge  hver (antal) \_\_\_\_ . dag.

Vi vil gøre rent:  hver dag  hver uge  hver (antal) \_\_\_\_ . dag.

Vi vil vaske op:  efter hvert måltid  dagligt  efter behov.

Ved uenighed herom bestemmer:  M  K.

## Kost

Vi vil gerne spise:  sundt  økologisk  vegetarisk  uden hensyntagen til al-verdens kostråd  hvad der er nemmest  hvad der er billigst.

Ved uenighed herom bestemmer:  M  K.

Vi vil gerne eksperimentere med nye retter.

Vi vil undlade at spise hvidløg i hinandens selskab.

## Rygning og nydelsesmidler

Vi vil:  hver især ryge, som det passer os  kun ryge, hvor det ikke generer familien  ikke ryge overhovedet.

Vi vil ikke acceptere røg i:  vort hjem  \_\_\_\_\_

Vi vil nyde alkohol:  dagligt  ugentligt  månedligt  kun til fest  aldrig.

Vi vil ikke acceptere brug af: \_\_\_\_\_

## Socialt samvær

Vi vil bruge \_\_\_\_ timer/aftener ugentligt til fælles aktivitet.

Denne tid vil vi bruge på:

*(Udfyld selv de tomme felter og prioriter aktiviteterne ved at sætte 1 ved det, I vil bruge mest tid på og 2, ved det næstmest osv.)*

Tv/film		Gæster		Besøg		Hobbyer		SoMe	

Vi vil højst se fjernsyn \_\_\_\_ antal timer per dag/uge.

Vi vil højst være på SoMe \_\_\_\_ timer om dagen.

Vi accepterer, at vi også kan gå i byen hver for sig.

Vi foretrækker at være:  sent oppe om aftenen  tidligt oppe om morgenen.

## Seksuelt samvær

Vi vil:

aldrig være hinanden utro  tillade hinanden at flirte  være frie til at gøre, hvad vi lyster.

Som præventionsmiddel vil vi bruge: \_\_\_\_\_

Vi vil begge lade os teste for eventuelle smittefarlige sygdomme.

## Romantik

Vi vil:  elske og acceptere hinanden som dem, vi er  fremhæve hinandens gode sider  vise hinanden tillid  kysse hinanden godmorgen hver dag.

Vi vil ikke:  give hinanden unødigt grund til jalousi  udvise jalousi  rette på hinanden i andres påhør.

## Ferie

Vi vil bruge vore ferier til at:  slappe af i  opleve i  socialt samvær  lære nyt  \_\_\_\_\_

Vi vil gerne feriere i: \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Vi accepterer, at vi også kan tage på ferie hver for sig.

## Venner og familie

Vi vil gerne, at følgende dropper ind, når de har lyst:

---

---

---

Vi foretrækker, at følgende kun kommer, når inviteret:

---

---

---

K vil ikke acceptere besøg af:

---

M vil ikke acceptere besøg af:

---

Som egne venner vil K gerne beholde følgende:

---

---

Som egne venner vil M gerne beholde følgende:

---

---

- Vi vil ikke lade hinandens familier blande sig i, hvordan vi lever.
- Vi vil ikke invitere gæster uden først at konsultere hinanden herom.

## Transportmidler

Som transportmiddel vil vi bruge:

bil  motorcykel  cykel  off. transport  \_\_\_\_\_

Ved uenighed herom bestemmer:  M  K.

Når vi kører bil sammen, vil vi: lade  M  K køre  skiftes til at køre.

Vi vil ikke blande os i hinandens kørsel.



## Husdyr

Som husdyr vil vi gerne have: \_\_\_\_\_

- men de skal ikke være i vores:  seng  møbler  køkken  \_\_\_\_\_

Enhver af os kan forlange vores husdyr ud af hjemmet.

## Organdonation

Vi vil, om muligt, være organdonorer for hinanden.

Vi vil respektere hinandens testamentariske ønske om at blive brugt som organdonor.

## Konflikter

Vi vil:  respektere hinandens synspunkter  aldrig råbe ad hinanden  aldrig "straffe" hinanden med tavshed  undlade at rippe op i gamle ting  sige til, når vi er utilfredse med hinanden.

Vi vil:

oprette et familieråd.

gå i familieterapi, såfremt blot én af os ønsker det.

Vi vil altid opbevare et par klovnenæser i vort hjem og tage dem på, hvis der er optakt til et skænderi.

## Fremgangsmåde ved opløsning/død

Hvis vi går fra hinanden, vil vi dele:  alt hvad vi ejer med halvt til hver  det vi har købt sammen med halvt til hver.

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Vores fælles bolig skal:

overtages af  M  K på følgende vilkår:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

sælges og pengene deles mellem os med \_\_\_\_\_ % til M og \_\_\_\_\_ % til K.

Vi ønsker at arve efter hinanden således at:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

Denne aftale gælder foreløbig for \_\_\_\_\_ år/mdr., hvorefter den genforhandles.

Dato:        /        20

Underskrifter:

---

Kontrakten er skrevet af psykoterapeut cand.jur. Torben Madsen  
Pjentedamsgade 7 B, 5000 Odense C. E-mail: postmaster@osea.dk