

Кейс: Сусіди по терасі

Тип: побутовий / комунальний, високий рівень емоцій

Фабула

У дуплексі/будинку двоє сусідів — **Світлана (58 років)** та **Марко (32 роки)** — мають спільну терасу, поділену умовно.

Світлана використовує свою частину як зимовий сад, із рослинами та декоративними конструкціями.

Марко — як майданчик для тренувань: турнік, боксерський мішок, ранкові вправи.

Останні пів року між ними йде війна:

- Марко свариться, що рослини Світлани перекривають шлях і “захаращують спільну територію”.
- Світлана скаржиться, що Марко гупає, шумить і «перетворив терасу на спортзал».
- Обидва подають десятки скарг до керуючої компанії.

Голова керуючої компанії втомився й ініціював медіацію, бо загрожує великий скандал у будинку.

Картка Марка (32 роки)

Сторона 2: активний спосіб життя та потреба у свободі

Хто ви в конфлікті

- Ви молодий спеціаліст з ІТ, працюєте віддалено, спорт — ваша психологічна гігієна.
- Тераса — єдине місце, де ви можете тренуватись без залу та без людей.
- Ранкові і вечірні тренування — частина вашої рутини, яка “тримає вас у формі”.

Що вас турбує

- Ви відчуваєте, що Світлана “обмежує ваші свободи” через суб’єктивні претензії.



- Вам здається, що вона перебільшує, скаржиться на будь-який шум, навіть коли ви тренуєтесь тихо.
- Ви переконані, що її рослини займають більше половини тераси й ускладнюють прохід.

Ваші аргументи у конфлікті

- «Я маю таке ж право користуватись терасою, як і вона».
- «Я тренуюсь недовго і не вночі».
- «Чому її квіти можна, а мій турнік — ні?»
- «Вона ображається не через шум, а через те, що я молодший і активніший».

Ваші приховані почуття

- Почуття несправедливості: “мене обмежують, бо так комусь зручно”.
- Роздратування: вас звинувачують у тому, що ви “руйнуєте тишу”, хоча ви намагаєтесь бути обережним.
- Вразливість, яку ви не демонструєте: тренування — ваш спосіб справлятися зі стресом.

Поведінкові орієнтири (для симуляції)

- Почніть упевнено, навіть трохи агресивно — “я маю право”.
- Використовуйте раціональні аргументи (“1 година тренувань — це не катастрофа”).
- Під тиском медіатора поступово дайте емоційну правду: спорт — це ваша опора.
- Уникайте “вибухів”, але інколи можете реагувати саркастично (“я ж не барабани граю”).