

**Катерина Хомяк,**

*здобувачка вищої освіти*

*факультету педагогічних технологій та освіти впродовж життя*

*Державний університет «Житомирська політехніка»*

**Ольга Гордійчук,**

*докторка політичних наук, кандидатка філософських наук,*

*доцентка кафедри журналістики та філософських студій*

*Державний університет «Житомирська політехніка»*

## **ІНТЕГРАЦІЯ СХІДНОЇ ФІЛОСОФІЇ У ЗАХІДНУ КОУЧИНГОВУ ПРАКТИКУ**

На сучасному етапі коучинг як практика особистісного розвитку активно розширює свої межі та дедалі частіше інтегрує ідеї східних філософських традицій, зокрема індуїзму, даосизму та буддизму. Така тенденція зумовлена загальним зростанням інтересу до тем самоусвідомлення, внутрішньої гармонії та особистісних трансформацій. Починаючи з XXI століття, у суспільстві відбулися суттєві зміни, пов'язані з посиленням уваги до ментального здоров'я, емоційної стійкості, саморозвитку [5]. У цьому контексті коучинг розглядається як підхід, що дозволяє досягати цілей через усвідомлення внутрішніх ресурсів людини та розвиток її потенціалу.

Водночас процес інтеграції східної філософії у західну коучингову практику супроводжується низкою суттєвих викликів, що зумовлені відмінностями культурних, світоглядних та методологічних основ. Однією з ключових проблем є концептуальна різниця у розумінні цілей [2; 4]. У буддизмі та інших східних традиціях головною метою є звільнення від страждань через усвідомлення непостійності всього існуючого, подолання прив'язаностей та ілюзії сталого «Я» [3]. Натомість західна коучингова модель орієнтована на постановку та досягнення конкретних цілей, розвиток ефективності та реалізацію

особистісного потенціалу [6, с. 33]. Тож виникає певне протиріччя між ідеєю внутрішнього «відпускання» та прагненням до зовнішнього «досягнення», що ускладнює їх гармонійне поєднання.

Ще одним важливим викликом є методологічна несумісність підходів. Східні практики здебільшого базуються на інтуїтивному досвіді, медитації, спогляданні та внутрішньому спостереженні, які не завжди мають чітку структурованість і вимірювані результати [3]. У той же час західний коучинг передбачає чітко організований процес, наявність чітко спланованих етапів роботи, визначених часових рамок, орієнтацію на досягнення вимірюваних результатів [1]. Це створює труднощі у процесі адаптації східних практик до коучингових стандартів, які вимагають системності й чіткої результативності.

Окремо слід виділити ризик спрощення та культурної апропріації. Такі глибокі філософські поняття, як метта (любовна доброзичливість), каруна (співчуття) та саті (усвідомленість) [3; 7], у західному контексті часто використовуються у спрощеному або частково відірваному від їх духовного змісту вигляді. Це призводить до втрати їх первинної глибини та перетворення складних філософських категорій на інструментальні техніки саморозвитку. У деяких випадках це також супроводжується комерціалізацією східних практик, що викликає етичні дискусії щодо коректності їх використання.

Також важливими у контексті дослідження є етичні розбіжності між буддійською філософською традицією та західною коучинговою практикою. У буддизмі постать духовного наставника, зокрема Будди, виконує роль провідника, який не лише підтримує людину, але й спрямовує її до глибинного розуміння істини, подолання страждань та досягнення стану внутрішнього звільнення. Така взаємодія має виражений духовний характер, передбачає наявність авторитетної

фігури, яка задає напрямок розвитку, формує певну систему цінностей та практик.

Натомість у коучинговій моделі взаємодії ключовим принципом є паритетність відносин між коучем та клієнтом. Коуч не виступає експертом у житті клієнта, не нав'язує готових рішень чи власних інтерпретацій ситуації. Його основне завдання полягає у створенні безпечного та підтримуючого простору, в якому клієнт самостійно досліджує власні ресурси, формулює цілі, знаходить шляхи їх досягнення. Такий підхід базується на повазі до автономії особистості та її здатності до саморефлексії, саморозвитку [3]. У зв'язку з цим виникає етична напруга між двома моделями взаємодії. Перенесення ролі духовного авторитету або наставника в коучингову практику може призвести до порушення базових принципів коучингу, зокрема нейтральності, недирективності та рівноправності сторін. Це, у свою чергу, може змінити саму природу коучингового процесу, перетворивши його з інструменту самостійного пошуку рішень на форму зовнішнього керівництва.

Інтеграція східної філософії у західну коучингову практику є складним, багатовимірним й певною мірою суперечливим процесом. З одного боку, вона відкриває нові можливості для поглиблення коучингового підходу, зокрема через розвиток усвідомленості, внутрішньої рівноваги, емоційної стабільності особистості. З іншого боку, така інтеграція супроводжується низкою концептуальних, методологічних та етичних нюансів. Тому запозичення елементів східних практик потребує виваженого та критичного підходу. Важливо зберігати автентичний зміст філософських концепцій, не спрощуючи їх до рівня інструментів, а також адаптувати їх до професійних стандартів коучингу. Лише за умови такого балансу можлива ефективна інтеграція, яка не порушує ні етичних принципів коучингу, ні глибинної сутності східних філософських традицій.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. International Coaching Federation. ICF core competencies 2019 [Електронний ресурс]. -- Режим доступу: <https://coachingfederation.org/wp-content/uploads/2024/12/icf-cs-core-competencies-2019.pdf>
2. Kondratiuk Y., Hordiichuk O., Yablonska N., Vitiuk I. Coaching Technologies for Unlocking Postgraduate Students' Inner Potential. *International Scientific Journal of Universities and Leadership*. 2025. 19. pp. 127-134.
3. Wallace B. A. Buddhist Psychology and the Cognitive-Behavioral Tradition [Електронний ресурс]: Режим доступу: <https://core.ac.uk/download/pdf/12081645.pdf>
4. Yablonska N., Kondratiuk Yu., Yevchenko O., Hordiichuk O. Coaching and consulting: basics of personal branding. *Zhytomyr Ivan Franko State University Journal. Pedagogical Sciences*. 2025. № 3. P. 54-62.
5. Гордійчук О. О., Кондратюк Ю. С., Яблонська Н. М. Стоїцизм як філософська основа коучингу: керування емоціями та внутрішня свобода у складних життєвих обставинах. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2025. Вип.2(98). С. 133-143.
6. Захарова К. О. Коучинг як інноваційна технологія формування професійної компетентності майбутніх фахівців : навч.-метод. посіб. Черкаси : ЧДТУ, 2017. 62 с.
7. Свідомість (саті): мистецтво жити зараз Prosvetlenie. Квітень 2025. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://prosvetlenie.com.ua/ua/blog/mindfulness-sati/>
8. Слюсар В., Кондратюк Ю., Яблонська Н., Слюсар М. Коучингові моделі у формуванні лідерських якостей фахівців з військової справи (моделі GROW та CLEAR). *Society and Security*. 2025. № 6(12). С. 93-98.