



Μάιος 2025

Συνέντευξη για το Erasmus+ Sport έργο SheCOACH

«Για τις γυναίκες, η προπονητική ξεκινά από το -1»: Η Aysim Altay, σύμβουλος και πιστοποιημένη coach από την Τουρκία, μιλάει για την υπέρβαση των εμποδίων για τις γυναίκες στον αθλητισμό

Aysim Altay

Η Aysim Altay είναι σύμβουλος κοινωνικών και συμπεριφορικών επιστημών, εκπαιδύτρια και πιστοποιημένη coach, με εξειδίκευση στο coaching με σκοπό την βελτίωση της απόδοσης, την προσωπική ανάπτυξη και την ψυχολογική καθοδήγηση (executive, performance, life & mental coaching).

Με ακαδημαϊκή βάση στην επιστήμη των υπολογιστών και μεταπτυχιακές σπουδές στη νευροεπιστήμη, η Altay προσεγγίζει τη δουλειά της με έναν μοναδικό, διεπιστημονικό τρόπο που συνδυάζει τεχνολογική σκέψη και βαθιά κατανόηση της ανθρώπινης ψυχολογίας.



Έχει εκπαιδευτεί εκτενώς σε μια σειρά από θεραπευτικές και coaching μεθόδους, όπως το NLP (Νευρογλωσσικός Προγραμματισμός), η Γνωσιακή Συμπεριφορική Θεραπεία (CBT), η Time Line Therapy, η ύπνωση, το Remote Viewing, η Εκφραστική Θεραπεία μέσω Τέχνης και η Sophrology, μεταξύ άλλων – μια ολιστική θεραπεία που ισορροπεί σώμα και πνεύμα.



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Το έργο SheCOACH συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων/εταίρων του έργου και δεν αντανakλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ε.Ε. ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ε.Ε. ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. Έργο: 101133095 - SheCOACH - ERASMUS-SPORT-2023. <https://shecoach.eu>.

Στην επαγγελματική της πορεία, έχει συνεργαστεί με περισσότερες από 150 εταιρείες και οργανισμούς, ενώ για περισσότερα από 15 χρόνια διατελεί εισηγήτρια και mental coach της FIBA Europe. Το πελατολόγιό της περιλαμβάνει διευθυντικά στελέχη, ανθρώπους από τον χώρο της τέχνης και του αθλητισμού, καθώς και διάφορους άλλους επαγγελματικούς τομείς.

Έχει αναλάβει την καθοδήγηση ομάδων και ατόμων που πέτυχαν σημαντικές διακρίσεις, μεταξύ των οποίων παγκόσμιους τίτλους και θέσεις στο βάθρο ευρωπαϊκών διοργανώσεων. Σήμερα, κατέχει τη θέση της mental coach στην ανδρική ομάδα καλαθοσφαίρισης Anadolu Türk Telekom.

Παράλληλα με τη συμβουλευτική της δραστηριότητα, η Aysim Altay έχει συγγράψει πληθώρα βιβλίων. Ειδικότερα, έχει εκδώσει αρκετά βιβλία για την ανθρώπινη συμπεριφορά και τη ζωή, όπως τα *Yaşam Kaçtı Gözüme*, *Yüreğin Sacayağı*, *Madem Öyle Polyanna!*, *40 Santim*, και *Mental* (διαθέσιμο και στα αγγλικά), ενώ έχει υπογράψει δεκάδες άρθρα σε εξειδικευμένα έντυπα.

Πώς βλέπετε να εξελίσσεται η ισότητα των φύλων στον αθλητισμό τα τελευταία χρόνια;

Η Kathrine Switzer έκανε μια σημαντική αλλαγή στον κόσμο του αθλητισμού, όταν το 1967 έγινε η πρώτη γυναίκα που συμμετείχε επίσημα και έτρεξε στον Μαραθώνιο της Βοστώνης. Παρά την πρόοδο που έχει γίνει από τότε και την βελτίωση της θέσης των γυναικών στον αθλητισμό, δυστυχώς οι δύσκολες καταστάσεις που βιώνονται στον επιχειρηματικό κόσμο υπάρχουν και στον αθλητισμό: οι γυναίκες συνεχίζουν να αμείβονται λιγότερο και να έχουν περιορισμένες ευκαιρίες.

Έχετε παρατηρήσει διαφορά στον τρόπο με τον οποίο οι παίκτες-παίκτριες και το φίλαθλο κοινό αντιλαμβάνονται τους άνδρες και τις γυναίκες ως προπονητές/τριες;

Βασισμένη στις πρακτικές μου παρατηρήσεις, ο κόσμος της προπονητικής εύκολα θεωρείται «ανδρικός», και αυτό είναι κάτι που ζούμε σε πολλές χώρες. Έτσι, η αποδοχή των γυναικών προπονητριών στον συγκεκριμένο κόσμο απαιτεί μεγάλη προσπάθεια και πολλές φορές χρειάζεται να αποδείξουν ξανά και ξανά την αξία τους. Μερικές φορές, ακόμη και για τις γνώσεις που διαθέτουν, χρειάζεται να δώσουν περισσότερα αποδεικτικά στοιχεία για να κερδίσουν την αναγνώριση.

Ένα άλλο σημείο διάκρισης που έχω παρατηρήσει είναι ότι οι γυναίκες χαρακτηρίζονται εύκολα ως «συναισθηματικές». Ακόμη και όταν οι αντιδράσεις τους είναι αντικειμενικές, είναι πιο εύκολο να χαρακτηριστούν ως «συναισθηματικές αντιδράσεις».



Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης

Το έργο SheCOACH συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων/εταίρων του έργου και δεν αντανakλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ε.Ε. ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (EACEA). Ούτε η Ε.Ε. ούτε ο EACEA μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. Έργο: 101133095 - SheCOACH - ERASMUS-SPORT-2023. <https://shecoach.eu>.

Ποιες είναι οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες προπονήτριες σε σχέση με τους άνδρες συναδέλφους τους;

Τα προβλήματα που αντιμετωπίζουν οι γυναίκες στον κόσμο του coaching ξεκινούν από την ίδια τη διαδικασία του να βρουν μια ομάδα με την οποία θα συνεργαστούν. Θα μπορούσε κανείς να πει ότι οι γυναίκες ξεκινούν από το -1. Όταν αρχίσουν να δουλεύουν με μια ομάδα, οι αποφάσεις τους παρακολουθούνται και αναλύονται πολύ περισσότερο. Επιπλέον, ανάλογα με την κουλτούρα της χώρας όπου εργάζονται, η εμφάνιση, η συμπεριφορά και ο τρόπος που επικοινωνούν οι γυναίκες προπονήτριες συχνά βρίσκονται στο επίκεντρο της συζήτησης και σχολιάζονται πολύ πιο έντονα: κινήσεις ή εκφράσεις που θεωρούνται αποδεκτές από άντρες, κρίνονται πολύ αυστηρότερα όταν προέρχονται από γυναίκες.

Εκτός από τις ελάχιστες χώρες όπου οι γυναίκες αξιολογούνται ισότιμα, όπως ανέφερα ήδη, δυστυχώς υπάρχει μια διαφορετική προσέγγιση που αποτυπώνεται και στις αμοιβές των γυναικών προπονητριών.

Σε αυτό το σημείο, θα ήθελα να τονίσω τον κίνδυνο της «θετικής διάκρισης». Γιατί η ανάγκη εφαρμογής της «θετικής διάκρισης» είναι στην πραγματικότητα μια παραδοχή για το πώς αντιμετωπίζεται διαφορετικά το κάθε φύλο και ότι απαιτείται ειδική προστασία. Αυτό που χρειάζεται είναι να αντιμετωπίζονται και τα δύο φύλα ισότιμα.



**Με τη συγχρηματοδότηση
της Ευρωπαϊκής Ένωσης**

Το έργο SheCOACH συγχρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ωστόσο, οι απόψεις και οι γνώμες που εκφράζονται είναι αποκλειστικά των συγγραφέων/εταίρων του έργου και δεν αντανakλούν κατ' ανάγκη τις απόψεις και τις γνώμες της Ε.Ε. ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑΕΑ). Ούτε η Ε.Ε. ούτε ο ΕΑΕΑ μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι γι' αυτές. Έργο: 101133095 - SheCOACH - ERASMUS-SPORT-2023. <https://shecoach.eu>.