



Maggio 2025

Intervista per il progetto SheCOACH

## “Il coaching inizia da -1 per le donne”: la consulente turca del comportamento umano, formatrice e coach certificata Aysim Altay sull’abbattimento delle barriere nello sport

### Aysim Altay

*Aysim Altay è una consulente comportamentale umana, formatrice e coach certificata, specializzata in coaching dirigenziale, delle prestazioni, di vita e mentale.*

*Con una formazione in Ingegneria Informatica e una laurea magistrale in Neuroscienze, Aysim apporta al suo lavoro una prospettiva interdisciplinare unica. Ha una formazione approfondita in diverse modalità terapeutiche e di coaching, tra cui PNL, Terapia Cognitivo Comportamentale, Terapia della Linea del Tempo, Ipnosi, Visione Remota, Arteterapia Espressiva e Sofrologia, tra le altre.*

*Nel corso della sua carriera, ha collaborato con oltre 150 aziende e istituzioni e per 15 anni ha ricoperto il ruolo di docente e mental coach per FIBA Europe. Il suo portfolio clienti comprende CEO, dirigenti, artisti, atleti e professionisti di diversi settori.*

*Ha allenato squadre e singoli atleti, ottenendo successi di rilievo, tra cui titoli mondiali e podi europei. Il suo attuale ruolo è quello di Mental Coach per la squadra maschile di basket dell'Anadolu Turk Telekom. Autrice prolifica, ha scritto diversi libri sul comportamento umano e*



Co-funded by  
the European Union

<https://shecoach.eu>

Cofinanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi. Progetto: 101133095 — SheCOACH — ERASMUS-SPORT-2023. Sito web:

sulla vita, tra cui "Yaşam Kaçtı Gözüme", "Yüreğin Sacayağı", "Madem Öyle F Santim" e "Mental" (disponibile anche in inglese), oltre a numerosi articoli.

### **Come hai visto evolversi la parità di genere nello sport nel corso degli anni?**

Kathrine Switzer ha apportato una svolta significativa al mondo dello sport diventando la prima donna a partecipare ufficialmente alla maratona di Boston nel 1967. Sebbene da allora il ruolo delle donne nel mondo dello sport sia notevolmente migliorato, purtroppo le difficili situazioni vissute nel mondo degli affari trovano riscontro anche nel mondo dello sport: le donne ricevono salari più bassi e hanno opportunità più limitate.

### **Hai notato una differenza nel modo in cui gli allenatori uomini e donne vengono percepiti dai giocatori e dai tifosi?**

Sulla base delle mie osservazioni pratiche, poiché il mondo degli allenatori è facilmente percepito come un mondo dominato dagli uomini, e questo è il modo in cui viene vissuto nella maggior parte dei paesi, il processo di accettazione da parte delle donne coach della propria esistenza in quel mondo richiede grande impegno ed esperienza per dimostrare il proprio valore. A volte, anche nell'accettazione della conoscenza, devono fornire ulteriori prove per dimostrare il proprio valore.

Un altro punto di discriminazione che ho osservato è che l'etichetta di "emotivo" viene attribuita molto facilmente alle donne. Anche se le loro reazioni derivano da un punto di vista oggettivo, possono essere facilmente etichettate come "reazioni emotive".

### **Quali sfide affrontano le donne allenatrici rispetto ai loro colleghi uomini?**

I problemi che le donne affrontano nel mondo del coaching iniziano con il processo di ricerca di un team con cui lavorare. Non sarebbe sbagliato dire che partono da -1. Dopo aver iniziato a lavorare con un team, le loro decisioni diventano più soggette a osservazione, monitoraggio e discussione. Inoltre, a seconda della cultura in cui svolgono l'attività di coaching, anche il loro abbigliamento, i loro comportamenti e i loro stili comunicativi vengono esaminati più attentamente. Alcuni gesti ed espressioni considerati normali nel mondo maschile vengono giudicati molto di più quando sono compiuti da coach donne.

A parte i pochissimi Paesi in cui le donne sono valutate equamente, come ho già detto nelle domande precedenti, purtroppo esiste un approccio diverso che si riflette negli stipendi delle allenatrici.

A questo punto, vorrei sottolineare il pericolo di essere definiti "discriminazione positiva". Perché la necessità di applicare la "discriminazione positiva" è in realtà un'ammissione di quanto diverso sia l'approccio a un genere e della necessità di una protezione speciale. Tutto ciò che serve è che entrambi i sessi siano trattati allo stesso modo.



**Co-funded by  
the European Union**

<https://shecoach.eu>

Cofinanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi. Progetto: 101133095 — SheCOACH — ERASMUS-SPORT-2023. Sito web:

## **Quali misure si possono adottare per incoraggiare più donne a intraprendere la carriera di coach?**

Per incoraggiare più donne a intraprendere la carriera di coach, consiglieri innanzitutto alle nostre donne di seguire un sano processo di preparazione, in modo che possano conoscere meglio se stesse, gestire correttamente le situazioni difficili che potrebbero incontrare e uscirne senza provare logorio emotivo.

Sebbene evitiamo di fare commenti come "Tutte donne" o "Tutti uomini" nelle scienze comportamentali, una realtà generalmente accettata è che le donne tendono a comprendere le persone in modo più profondo e ad adottare misure più efficaci in termini di intelligenza emotiva. Questo è in realtà uno dei punti di forza delle coach donne in termini di formazione di un team, creazione di un vero spirito di squadra e adozione di misure sane in situazioni difficili. È importante che le nostre coach donne sperimentino questa realtà in contesti esperienziali.

Per far sì che possano esistere all'interno del sistema, i primi passi possono essere compiuti, a partire dalle Federazioni di Pallacanestro (anche se questo approccio è di "discriminazione positiva"), assegnando quote per allenatrici e dando loro la possibilità sia di imparare sia di salire sul palco come istruttrici nei corsi di formazione per allenatori.



**Co-funded by  
the European Union**

<https://shecoach.eu>

Cofinanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espresse sono tuttavia esclusivamente quelli dell'autore/degli autori e non riflettono necessariamente quelli dell'Unione Europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione Europea né l'EACEA possono essere ritenute responsabili per essi. Progetto: 101133095 — SheCOACH — ERASMUS-SPORT-2023. Sito web: