



Maggio 2025

Intervista per il progetto SheCOACH

## *"Il mio lavoro è far crescere, guidare e servire la mia squadra": l'allenatrice di basket serba e residente in Australia Jelena Todorovic su come superare le sfide e perseguire l'eccellenza*

### **Jelena Todorovic**

*Jelena Todorovic è un'allenatrice di pallacanestro professionista nata in Serbia e residente in Australia, specializzata nello sviluppo dei giocatori.*

*Sebbene abbia trascorso la maggior parte della sua vita in Australia, la sua carriera si estende a livello internazionale, con una significativa esperienza nel basket maschile sia negli Stati Uniti che in Australia.*

*Jelena è un'ex allieva della prima generazione dell'Euroleague Head Coaches Board (EHCB) Academy e da allora ha debuttato nel basket maschile europeo. Ora ricopre anche il ruolo di Responsabile Operativo dell'EHCB Academy.*



*Jelena ha conseguito una laurea presso l'Università di Belgrado e ha studiato genetica molecolare presso l'Università di Cambridge.*

*È una personal trainer certificata, allenatrice di basket autorizzata e membro del Mensa.*



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

Le donne affrontano sempre delle sfide, alcune negative, ma anche molte opportunità positive di crescita. Negli ultimi anni, ho imparato qualcosa che ha davvero cambiato il mio approccio alla carriera: ho smesso di concentrarmi sull'essere una coach donna e ho iniziato a concentrarmi semplicemente sull'essere una coach. Ora investo le mie energie nell'imparare il più possibile, crescere ogni giorno e prepararmi per essere pronta quando arriverà il momento giusto. Mi aiuta anche il fatto di essere una donna serba orgogliosa e di avere "Inat". Nel nostro contesto culturale, si riferisce a un senso profondamente radicato di orgoglio ostinato, sfida o perseveranza, spesso di fronte alle avversità o all'autorità. Non si tratta solo di essere ostinati, ma di mantenere la propria posizione per principio o per orgoglio, anche quando è difficile o sconveniente.

### **Hai mai subito discriminazioni o pregiudizi in quanto coach donna? Come li hai gestiti?**

La lezione più importante che ho imparato è questa: non sprecare tempo ed energie per cose che non puoi controllare. Sì, affronterai delle sfide, ma lamentarti non ti porterà da nessuna parte, mentre concentrarti su te stesso sì. Circondati di persone più esperte, più sagge e più intelligenti di te. Ascolta quello che hanno da dire. Soprattutto, accetta le critiche. Se riesci ad accettarle, a imparare da esse e a crescere grazie ad esse, credo davvero che potrai fare strada nella tua carriera.

In fin dei conti, ci sono problemi ben più seri nel mondo del fatto che io non venga sempre trattata equamente come coach donna in un ambiente dominato dagli uomini. Questa prospettiva mi tiene con i piedi per terra.

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

Per quanto riguarda l'incoraggiamento di più donne a intraprendere la carriera di coach: bisogna iniziare investendo in se stesse. Questo vale per tutti, non solo per le donne. Non siate pigre. Dedicate tempo, impegno e risorse a diventare la versione migliore di voi stesse. Se vi impegnate al massimo e date il massimo, i risultati arriveranno. Lo so per esperienza personale e lo sostengo con convinzione. Il settore sportivo è incredibilmente competitivo, con opportunità limitate. È un campo in cui solo le più dedite e resilienti riescono davvero a farcela. Ecco perché è così importante concentrarsi sull'entrare a far parte di quel percentile superiore, sull'essere abbastanza brave, abbastanza preparate e abbastanza capaci, indipendentemente dal genere.



**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:

L'eccellenza è ciò che apre le porte, quindi investite le vostre energie nel padronare la vostra arte e nel distinguervi attraverso il vostro lavoro.

**Cosa ti ha spinto a diventare un allenatore di basket e il genere ha avuto un ruolo nel tuo percorso?**

Il mio amore per il gioco mi ha ispirato – è sempre stato quello il primo obiettivo.

La strategia, le dinamiche di squadra, la sfida di spingere i giocatori a raggiungere il loro potenziale. Il genere non ha guidato la mia decisione, anche se ha sicuramente influenzato alcune parti del percorso. Ma ripeto, cerco di non lasciarmi definire da esso. Sono un allenatore, punto. Il mio lavoro è far crescere, guidare e servire la mia squadra – ed è lì che investo le mie energie.



**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: