



Agosto 2025

## Intervista per il progetto SheCOACH

# “L'autorità si costruisce con la conoscenza”: l'allenatrice serba e macedone del Nord Jelena Antic su sfide, opportunità e leadership

### Jelena Antic

*Jelena Antic è una cestista professionista serba-macedone del Nord, con una ricca esperienza sia come allenatrice che come ex giocatrice internazionale.*

*Nata a Skopje nel 1991, ha conseguito la laurea in Graphic Design e Management Sportivo presso l'American University of Europe (FON 9 Skopje, Macedonia del Nord) e la Liberty University di Lynchburg, Virginia, USA. Parla fluentemente inglese e serbo/croato, con una conoscenza intermedia dello spagnolo, Jelena ha sviluppato una solida carriera da allenatrice sia a livello senior che giovanile.*

*Più recentemente, ha ricoperto il ruolo di assistente allenatore della nazionale serba alle Olimpiadi di Parigi 2024 e al Torneo di qualificazione olimpica in Brasile. Ha inoltre contribuito al successo del Rutronik Stars Keltern nel campionato tedesco di Lega, dove la squadra ha vinto il campionato nazionale e raggiunto i quarti di finale dell'Eurocup. La sua esperienza come allenatrice giovanile comprende diversi campionati europei, tra cui la guida delle nazionali macedoni Under 18 e Under 20 e l'esperienza come allenatrice nel Regno Unito con la Nottingham Wildcats Academy.*

*Jelena ha inoltre partecipato a numerosi seminari internazionali per allenatori di basket, imparando dai migliori professionisti europei e della NBA.*



Co-funded by  
the European Union

<https://shecoach.eu>

Cofinanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi 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:

*Come giocatrice, ha gareggiato in tutta Europa e negli Stati Uniti con notevole successo, tra cui periodi in club di Eurolega ed Eurocup, numerosi campionati nazionali, premi individuali e una brillante carriera universitaria alla Liberty University.*

### **Quali sfide devono affrontare le allenatrici rispetto ai loro colleghi uomini?**

La sfida più grande è garantire pari opportunità senza preconcetti o pregiudizi. Sebbene negli ultimi anni ci siano stati alcuni miglioramenti significativi per le donne nello sport, può essere scoraggiante vedere che la maggior parte delle posizioni di capo allenatore viene ancora assegnata a uomini, dando per scontato che siano più qualificati delle donne.

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

Penso che all'inizio ci sia sempre un po' di scetticismo quando si lavora con atleti (soprattutto uomini, ma anche donne). Ci vuole tempo per costruire rispetto e fiducia, ma alla fine l'autorevolezza si costruisce con la conoscenza, e una volta che iniziano ad avere fiducia nel tuo lavoro, tutti i dubbi svaniscono.

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

Incoraggiare le donne a diventare allenatrici di basket richiede percorsi di carriera visibili e solide reti di supporto. Federazioni e club devono avere il coraggio di offrire maggiori opportunità e sostenere le allenatrici, offrire tutoraggio e investire nel loro sviluppo.

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

Essendo stato io stesso un giocatore di basket professionista, comprendo l'impegno, la disciplina e la mentalità necessari per avere successo in questo sport. Diventando allenatore, ho voluto usare quell'esperienza per guidare e fare da mentore agli altri. Allenare mi offre l'opportunità di condividere ciò che ho imparato, supportare i giocatori nel raggiungere il loro pieno potenziale e aiutarli a sviluppare e costruire il loro carattere.



**Co-funded by  
the European Union**

<https://shecoach.eu>

Cofinanziato dall'Unione Europea. I punti di vista e le opinioni espressi 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: