



# BPW Teams à succès



*Description par Sabine Schmelzer, Présidente de BPW Switzerland*

## 1 Quelle est leur origine?

### 1.1 Origine

L'idée des teams à succès fut lancée par Barbara Sher des USA. Elle a écrit des traités sur ce sujet et a créé des groupes de teams à succès voici bien des années.

Ulrike Bergmann, une BPW de Munich, en entendit parler, puis ce fut le tour de BPW de Francfort de les introduire en septembre 2003. Le premier team à succès était composé de cinq membres ayant chacune son propre but à atteindre. Le succès de ce premier groupe fut indiscutable et l'idée s'accordait parfaitement aux objectifs de BPW de soutenir les femmes professionnelles. Le club de Francfort suivit l'exemple et depuis, organise régulièrement des teams à succès. Deux fois par année, toutes les membres sont invitées par courriel à rejoindre un tel team. Chaque BPW intéressée peut se joindre à un groupe et assister à la séance de kick-off.

Sabine Schmelzer, ancienne membre de BPW de Francfort, a rejoint son premier team à succès en mars 2006. Son but était alors de déménager en Suisse, ce qu'elle réalisa à la fin de l'année 2006. Elle emporta également l'idée des teams à succès et depuis, la diffuse en Suisse ainsi que dans d'autres pays avec lesquels elle soigne le contact.

Nous avons rassemblé les idées de base des teams à succès afin de les transmettre dans le monde entier.

### 1.2 BPW Francfort

Comme nous l'avons indiqué plus haut, le club BPW de Francfort lance des teams à succès deux fois par année. Comment procèdent-elles? Pour commencer, elles envoient un e-mail à toutes les membres du club (seules des membres peuvent se joindre à des teams à succès) pour les informer qu'un nouveau team à succès est sur le point de commencer. Il va de soit que seules celles qui veulent atteindre un changement dans leur vie sont intéressées par ce concept.

Voulez-vous changer de travail, avancer dans votre carrière, vous lancer dans une nouvelle formation ou écrire un livre? Quel que soit votre but, vous avez certainement déjà entrepris des démarches allant dans ce sens, mais cela peut vous paraître une entreprise fastidieuse et peut-être faites-vous du sur place. Dans ce cas, un team à succès présente la solution idéale pour vous.

Les teams à succès vous offrent du soutien et de l'encouragement de la part de ses membres et vous permettent d'affermir votre autodiscipline par des rencontres régulières. Que vous lanciez un team à succès ou y participiez seulement, votre collaboration dans un team à succès vous permettra de réaliser votre objectif avec plus d'efficacité.

Le kick-off de Francfort est toujours lancé par une membre d'un team à succès précédent. Elle explique la manière dont un tel groupe fonctionne et quelles sont les règles à observer. Elle distribue les directives de base qui contiennent les points principaux que chacune doit connaître.

Ensuite, le team tient sa première séance en suivant ce modèle. Ses membres organisent leurs rencontres régulières et gèrent son processus par lui-même.

## 2 Que nécessite-t-on?

---

### 2.1 Confiance, assurance et ouverture d'esprit

Chaque groupe nécessite une certaine confiance, de l'assurance et de l'ouverture d'esprit de la part de toutes ses membres. Parfois, les choses ne se déroulent pas aussi bien que prévu, il est alors nécessaire de parler aussi de ces expériences, afin de garantir la pérennité du groupe. Il ne doit pas y avoir de concurrence entre les membres du groupe. Il n'y a pas de manière juste ou fautive d'aborder les projets, chaque membre est libre d'avancer à son propre rythme et de développer sa manière de cheminement qui la mènera à son but. Le groupe offre le cadre de soutien et d'accompagnement, important lors des phases de découragement et de frustration.

### 2.2 Engagement, assistance et encouragement

Chaque membre s'engage à participer au groupe pendant la période pour laquelle celui-ci a été prévu. Certaines sont susceptibles d'atteindre leur but d'ici là, d'autres pas. Il est néanmoins important qu'elles participent malgré tout aux rencontres jusqu'à la fin de son action, car les différentes membres se doivent de se soutenir mutuellement, de s'encourager, de s'aider les unes les autres par leurs expériences, leurs connaissances et leurs contacts. C'est la raison pour laquelle vous avez rallié le groupe initialement. Vous serez soutenue par les autres de même que vous allez les soutenir à votre tour.

### 2.3 Taille du groupe

La grandeur idéale du team à succès est de 3 à 6 personnes. Ce nombre ne devrait pas être dépassé, afin que chacune aie 20 à 30 min. à sa disposition pour exposer son projet lors de chaque rencontre. Ainsi, un groupe de 6 membres travaillera 3 heures au total. Un groupe trop grand peut engendrer de la fatigue et de la frustration au sein des membres. Particulièrement les rencontres après les heures de travail sont plus efficaces avec un groupe comprenant 4 ou 5 personnes.

### 2.4 Objectifs

Chaque membre devrait avoir un objectif personnel. Idéalement, ces objectifs devraient suivre la formule SMART :

**S - spécifique**

**M - mesurable**

**A - atteignable**

**R - réaliste**

**T - temporel** (laps de temps déterminé)

**Spécifique** : un but spécifique et clairement défini a plus de chance d'être atteint qu'un but trop général. Posez-vous la question : Qu'est-ce que j'ai envie d'atteindre ? Dans quel délai ? Et où ?

Exemple : Un but général serait "Etre en forme" alors qu'un but spécifique est : "Rejoindre un club de fitness dans 2 semaines et ne travailler plus que 3 jours par semaine".

**Mesurable** : Etablissez des critères concrets dans le but de mesurer les progrès accomplis dans l'atteinte de votre but. Il est important de mesurer les progrès réalisés pour ne pas abandonner votre but en cour de route.

## **Chaque étape accomplie est un encouragement pour continuer à progresser et à faire des efforts pour atteindre votre but.**

Une manière de déterminer si votre but est mesurable consiste à pouvoir répondre aux questions suivantes: Combien? A quelle fréquence? Comment savoir quand mon but est atteint ?

**Atteignable** – Lorsque vous définissez vos buts les plus importants, réfléchissez aux meilleurs moyens qui vous permettraient de les atteindre. Cela vous aidera à développer des attitudes, des habiletés et des capacités financières pour y parvenir. Vous serez attentives aux opportunités qui se présenteront et qui vous permettront de vous rapprocher de votre but.

Vous pouvez atteindre la majorité de vos objectifs en définissant les différentes étapes à parcourir pour y parvenir. Ainsi, un objectif qui paraissait tellement lointain vous semblera plus proche et atteignable, non parce que votre objectif rétréci mais parce que vous grandissez et gagnez en force pour le développement de votre but. L'énumération de vos objectifs vous permettra de vous sentir digne de les atteindre.

**Réaliste** – Pour être réaliste, un but doit être représentatif des objectifs que vous pouvez et que vous voulez atteindre. Un but peut être élevé et réaliste à la fois, vous êtes la seule personne qui puisse décider de l'importance de votre but. Mais soyez certaine que chaque but fixé est une progression dans votre vie. Un but élevé est parfois plus facile à atteindre qu'un but plus modeste, car le premier contient un potentiel émotionnel plus important et motivant. Les tâches les plus difficiles à atteindre sont parfois perçues comme faciles parce qu'elles sont accomplies dans la passion du travail.

Votre but est certainement réaliste si vous pensez sincèrement que vous êtes capable de l'atteindre. Posez-vous la question si vous avez déjà atteint des buts semblables dans le passé, la réponse est un bon indicateur des chances de réussite de votre but actuel. Posez-vous la question de savoir quelles sont les conditions idéales pour accomplir votre projet.

**Temps** – Un but doit être ancré dans un cadre temporel pour rester réaliste, car sans cela, votre but flotte dans un espace hors du temps sans urgence à accomplir. Si vous voulez perdre 10 kg, dans quel laps de temps voulez-vous y arriver ? A quelle date souhaitez-vous avoir atteint votre but ? "Un jour ou l'autre" n'est pas une échéance qui fonctionne. Mais si vous vous fixez le "1er mai", vous vous conditionnerez inconsciemment afin de respecter ce laps de temps.

Les teams à succès sont limités à une période de 6 à 12 mois. Si votre objectif à atteindre est vraiment très grand, comme de gagner de grosses sommes d'argent ou de suivre une formation complémentaire, il sera nécessaire d'investir plus de temps. Grâce au soutien du team à succès, votre but fixé sera plus aisément atteignable qu'en y travaillant seule.

### **2.5 Cadre temporel**

Habituellement, le cadre temporel du team à succès est de 6 à 12 mois. Ce cadre temporel doit être déterminé au moment de la création du groupe. Il dépend des buts de ses membres et du soutien dont elles ont besoin.

Si plusieurs personnes sont à la recherche d'un nouvel emploi, ce qui peut impliquer un déménagement dans une autre ville ou un autre pays, 6 mois peuvent être une période trop courte pour y parvenir. Si vous voulez lancer votre propre entreprise ou business il faut prévoir une période également plus longue.

Définissez au début le temps que chaque membre est prête à investir dans ce groupe. Discutez des implications possibles telles que : "Que va-t-il se passer si quelqu'un quitte le groupe en raison d'un déménagement ou d'un nouveau job ?" La planification d'une période initiale de 6 mois est un bon début, avec la possibilité de prolongation en cas de besoin.

### **2.6 Lieux des rencontres**

La meilleure variante est de se rencontrer chez une des membres du groupe ou dans une salle de conférence dans la mesure où vous serez au calme et dans une ambiance confortable.

L'hôtesse peut proposer des boissons non alcoolisées. Il n'est pas conseillé de consommer de la nourriture et d'y consacrer trop de temps pour ne pas dévier du but de la rencontre du groupe.

Si vous ne disposez pas de telles opportunités, cherchez un restaurant calme où vous rencontrer, de préférence dans une pièce séparée. Il est impératif d'avoir un local sans musique ni distractions.

Si vous tenez à partager un repas, faites-le pour marquer une étape ou une réussite particulière. Réservez du temps pour les échanges mais séparez strictement le travail de la convivialité.

## 3 Comment cela fonctionne-t-il ?

---

### 3.1

Démarrez un nouveau team à succès par un Kick-off pour toutes les membres intéressées au groupe et discutez des points suivants :

- Qu'est-ce qu'un team à succès (contenu de ce papier) ?
- Quelles sont les règles de fonctionnement et les lignes directives des meetings ?
- Présentation de toutes les membres du groupe
- Qui a quel but ?
- A quelle fréquence et où voulez-vous vous réunir ?
- Pour quel laps de temps comptez-vous vous engager ?
- Trouvez des dates pour les prochains rendez-vous !

Parfois, les buts ne sont pas clairs pour toutes les personnes, spécialement en ce qui concerne les critères mesurables et le laps de temps. Définissez votre but le plus précisément possible avec l'aide des autres membres. Si cela ne peut pas se faire lors du Kick-off, faites-le lors de votre prochaine rencontre prévue.

### 3.2 Durée de la rencontre

Cela dépend de la fréquence à laquelle vous vous rencontrez et du temps que vous pouvez y consacrer. Trouvez un rythme qui convienne à chacune. Habituellement, une rencontre toutes les 2 à 3 semaines représente un bon rythme, car il permet de faire des "devoirs à domicile". Évitez des pauses plus longues entre les rencontres afin de garder une dynamique en puissance dans le groupe.

Ces rencontres suivent une structure qui a fait ses preuves. Chaque membre dispose d'un temps alloué relatif à la grandeur du groupe. Si le groupe ne comprend que 3 personnes, vous pouvez réserver 30 min. à chaque membre afin qu'elle puisse exposer son avancée et profiter du soutien du groupe. Dans un groupe de 5 à 6 personnes la durée de la présentation individuelle se restreint à 20 - 25 min.

### 3.3 Structure de la rencontre

**Au début de chaque séance : désignez une «time-keeper» qui surveillera le minutage.**

Elle aura pour tâche de faire respecter le cadre temporel imparti à chaque membre de manière équitable (20 à 30 min.) et d'observer la durée de la séance. Il n'est pas nécessaire de détailler le temps à la minute près. Il est important que chaque tâche personnelle (que veut-elle atteindre jusqu'à la prochaine rencontre) soit notée et distribuée à toutes les participantes.

Démarrez toujours à l'heure. N'attendez pas les retardataires. La perte de temps est trop considérable.

Comme mentionné auparavant, chaque membre dispose du même laps de temps pour travailler les points suivants :

### **A) Information à propos de la situation actuelle** (appr. 5 minutes)

- Que s'est-il passé depuis la dernière rencontre ?
- Quels pas ai-je entrepris ?
- Qu'est-ce que j'ai réussi ?
- Qu'est-ce qui a été un succès, qu'est-ce qui ne l'a pas été ?

### **B) Soutien mutuel** (appr. 15 - 20 minutes)

- Où est-ce que j'ai régressé ?
- Quelles sont les informations nécessaires pour me permettre d'avancer ?
- Qu'est-ce qui pourrait m'aider dans cette situation, m'offrir une solution ?

### **C) Devoirs à compléter jusqu'à la prochaine rencontre** (appr. 2 - 5 minutes)

- Quels pas est-ce que je veux faire jusqu'à la prochaine rencontre ?
- Qu'est-ce que je suis prête à faire de plus ?

La première partie est effectuée par la membre elle-même. Pendant la 2ème et la 3ème partie du travail, les autres membres peuvent la seconder et l'assister, l'encourager avec leurs expériences et connaissances. Certains groupes se décident à établir des règles suivant lesquelles une membre doit explicitement demander de l'aide ou des suggestions en cas de besoin. Cependant, nous sommes parfois trop timides pour demander de l'aide, ce qui demande de l'exercice.

Fin de la séance : définissez les prochaines dates de rencontre. Nous sommes toutes embarquées dans un tourbillon d'activités, raison pour laquelle certains groupes fixent leurs dates de rencontre dès le début de leur activité.

## **4 FAQs**

---

### **4.1 Comment créer un team à succès dans notre club ?**

Commencez par expliquer l'idée d'un team à succès dans le cadre d'une rencontre habituelle de votre club ou lors d'une présentation particulière pour vos membres. Personne ne participera à un groupe sans savoir de quoi il retourne. Après cette première présentation, demandez qui est intéressée. Vous pouvez ensuite distribuer une liste d'inscription.

2 à 4 semaines plus tard, mettez sur pieds une rencontre avec les personnes intéressées. Décidez si vous voulez limiter le team à succès aux membres de votre club ou si vous désirez l'ouvrir aux non-membres. La restriction aux membres du club seulement constitue une motivation pour les non-membres à rejoindre votre club.

#### **4.2 Avons-nous besoin d'une modératrice ou d'une présentatrice?**

En général vous n'avez pas besoin d'une modératrice. En tant que Business and Professional Women, nous avons l'habitude de ce type de groupe dans le cadre de notre pratique professionnelle. Trouver une gardienne du temps sera donc tout naturel. Cette tâche sera reprise à tour de rôle de meeting en meeting, afin que chacune puisse expérimenter différentes responsabilités de temps à autres. Ce tournement permet également de développer de nouvelles compétences.

La participation d'une membre d'un groupe précédent peut également être très profitable, car elle sera à même d'introduire les différents aspects énoncés dans ce document et de mieux soutenir le nouveau team lors du kick-off. Toute expérience et anecdote peut être utile à un nouveau groupe.

#### **4.3 Quels en sont les coûts associés ?**

Une réunion dans un restaurant ou dans un bar entraîne des frais de consommation. Ces dépenses peuvent être évitées si vous vous réunissez chez l'une ou l'autre ou dans une salle commune. Vous pouvez par exemple décider de partager entre les membres les coûts pour des boissons et des snacks.

N'oubliez jamais que vous vous rencontrez pour vos affaires et dans le but de vous soutenir mutuellement. Les boissons et snacks ne sont que des éléments annexes et ne doivent en aucun cas prendre trop d'importance dans votre team à succès. Si vous décidez de commencer par un repas avant de vous mettre à la tâche, vous prolongerez inutilement vos temps de rencontre.

Si votre rencontre se déroule chez l'une des membres et qu'elle organise des boissons et des snacks, les autres membres contribuerons aux frais de ces collations. Il est également possible de se charger de ces pauses à tour de rôle.

#### **4.4 Quelqu'un veut quitter le groupe**

Parfois, il arrive qu'une personne désire quitter le groupe avant échéance, ceci pour des raisons diverses. Le plus souvent, un départ a lieu dans la période des premières rencontres. Dans ce cas, vous avez le choix entre remplacer cette membre (si vous êtes un petit groupe), ou de continuer le travail avec un nombre réduit de participantes.

#### **4.5 Est-ce que des personnes peuvent nous rejoindre en cours de route ?**

Au cours des deux ou trois premiers mois, il se peut que quelqu'un veuille rejoindre le groupe ou que vous desiriez accueillir une nouvelle personne en remplacement d'un départ. Même si cette solution paraît profitable, il n'est pas recommandé d'y recourir après les 3 premières séances. Cela nuirait à la dynamique du groupe au travail. Après ce temps là, le groupe a déjà trouvé ses repères et planté ses bases de communication. L'intégration d'une nouvelle venue serait difficile, car elle viendrait perturber le nouvel équilibre du groupe.