

QUE FAIRE UNE FOIS QU'UN GROUPE DÉFI EST TERMINÉ

Si vous êtes en voie de terminer la dernière semaine de votre groupe Défi, vous espérez sans doute que tous les participants ne vont pas reprendre leurs vieilles habitudes une fois le défi terminé, en annulant leur Shakeology, en appuyant sur Pause au lieu de Lecture, et en arrêtant de publier leurs résultats. Voici quelques moyens pour les amener à participer à votre prochain groupe Défi ou à envisager la possibilité de devenir un coach :

Avant la fin du groupe Défi :

Organiser le prochain groupe Défi

Il n'est jamais trop tard pour commencer à organiser votre prochain groupe Défi en utilisant [l'application et le portail My Challenge Tracker](#) et en envoyant vos invitations. Même si les participants à votre groupe Défi feront partie du groupe suivant, il faut déjà susciter leur intérêt et créer les attentes envers la prochaine ronde.

Réutilisez ce qui fonctionne, mais ne répétez pas la même expérience. L'expérience que vous offrez aux participants à vos groupes Défi va être indicative de ce à quoi ils vont s'attendre en tant que coachs au sein de votre équipe. Ne prenez pas de raccourcis, utilisez ce qui fonctionne pour entretenir leur motivation, mais essayez de faire de chaque groupe Défi une expérience encore meilleure et plus mémorable que la précédente.

Préparer les clients à la possibilité de devenir des coachs

Comme il ne reste qu'une semaine avant la fin du défi, commencez à préparer la prochaine étape en laissant entrevoir aux participants de votre groupe les possibilités qui s'offrent à eux au-delà du groupe Défi :

- Montrez-leur des aperçus de la présentation Devenir un coach : expliquez-leur la valeur de devenir un coach et les avantages de faire partie de *vo*tre équipe
- Ciblez leurs objectifs : vous avez appris à connaître personnellement les participants à votre groupe Défi au cours des dernières semaines. Si vous avez eu l'occasion de découvrir ce qui leur tient à cœur, envoyez-leur un message privé pour leur expliquer comment le fait de devenir coach constitue une bonne solution.

Partager votre communauté de coachs

Tout au long du groupe Défi, vous avez créé un sentiment de communauté qui s'est avéré essentiel à leur transformation. Les participants à votre groupe Défi considèrent sûrement que les amitiés, les commentaires et les doses quotidiennes de positivisme sont indispensables au maintien de leurs résultats. Dans vos aperçus du rôle de coach, montrez

la culture d'équipe aux participants de votre groupe pour qu'ils sachent qu'il existe une équipe encore plus grande à laquelle ils peuvent se joindre, qui est composée de gens qui partagent la même mission.

Mon groupe Défi est maintenant terminé, et ensuite?

Reconnaître! Reconnaître! Reconnaître!

Si vous avez reconnu les réalisations des participants à votre groupe Défi au cours des dernières semaines, l'heure est maintenant venue de souligner davantage leurs efforts en faisant preuve d'encore plus de positivisme et d'appréciation. Remarquez les changements, tant internes qu'externes, et offrez de la reconnaissance positive chaque fois que possible! Encouragez les participants à votre groupe Défi à soumettre leurs résultats au [Beachbody Challenge](#), le Défi Beachbody, pour courir la chance de gagner des prix et une reconnaissance.

Garder un nouvel état d'esprit

Le changement ne se limite pas à l'aspect physique, et les participants à votre groupe Défi ont obtenu des résultats parce qu'ils ont changé d'état d'esprit. S'ils veulent continuer de progresser, vous devez les garder dans cet état d'esprit positif :

- Partagez avec eux des aspects de votre perfectionnement personnel qui touchent au groupe et encouragez-les à trouver les activités de perfectionnement personnel qui conviennent le mieux à leur personnalité et à leur emploi du temps.
- Assumez vos responsabilités! Les participants à votre groupe Défi obtiennent des résultats grâce à une combinaison de responsabilisation, de motivation, d'exemples positifs et d'un changement dans leur état d'esprit. Si cette combinaison devient déséquilibrée ou s'estompe, cela aura des répercussions sur leurs résultats.

Présenter les étapes suivantes

Il y a un choix à faire et vous devriez savoir ce que compte faire chaque participant :

- Continuer une autre ronde dans votre prochain groupe Défi
- Créer un groupe libre pour entretenir la motivation et la responsabilisation (par exemple, un groupe des anciens, un groupe de motivation, etc.)
- Envisager d'aider à diriger d'autres personnes et de devenir coach

Chaque participant au groupe Défi devra suivre son propre chemin, alors envoyez des messages privés à chacun d'entre eux et guidez-les afin de les aider à faire le bon choix. Tout comme il est important de les aider à choisir le bon programme d'entraînement, il est

essentiel d'aller à leur rencontre à l'étape où ils se sont rendus dans leurs parcours afin de créer des relations de confiance et de former des leaders.

Inclure un appel à l'action motivant

Si vous intégrez un appel à l'action dans un message, cet appel doit susciter des commentaires immédiats de la part des participants à votre groupe afin que les réponses jaillissent rapidement et doit porter sur les facteurs suivants :

- Transformation : mettez en avant les petites choses différentes que vous avez observées à leur sujet et qu'ils n'ont peut-être pas remarquées. Demandez-leur les différences importantes qu'ils ont remarquées maintenant qu'ils ont presque terminé par rapport au début.
- Responsabilisation : les gens se sont joints au groupe Défi pour des raisons de santé et de mise en forme, alors rappelez-leur qu'il est plus facile de s'engager envers le processus lorsqu'on fait partie d'un groupe. Demandez-leur comment ils comptent demeurer responsables et comment vous et les autres participants du groupe Défi pouvez les aider à se responsabiliser.
- Servez-vous de repères visuels et de vidéos. Parlez avec beaucoup d'émotion et demandez-leur de prendre une décision pour la suite des choses.

Certains participants hésitent toujours?

Faites preuve de patience et demeurez engagé envers les participants de votre groupe Défi, ils pourraient avoir besoin d'une deuxième ronde avant de prendre une décision pour la suite des choses. Les participants qui effectuent plusieurs rondes comprendront la valeur de la responsabilisation, profiteront de l'énergie du groupe et recevront la récompense de leurs efforts.