

OCOM M103.02 : ÉTABLIR UN OBJECTIF PERSONNEL POUR L'ANNÉE D'INSTRUCTION

ÉTABLISSEMENT D'UN OBJECTIF SMART

L'acronyme SMART est un outil que les cadets peuvent trouver utile.

- S** signifie spécifique : le but de l'objectif doit être défini avec précision.
M signifie mesurable : identifie une norme par rapport à laquelle la réalisation est évaluée.
A signifie atteignable : s'assurer que les ressources nécessaires sont accessibles pour réaliser l'objectif.
R signifie réaliste : s'assurer que l'objectif est intéressant pour le cadet.
T signifie limité dans le temps : c'est la date d'achèvement de l'objectif.
-

SPÉCIFIQUES :

Quelles sont les activités que vous pouvez faire pour vous aider à atteindre votre objectif. Votre objectif doit être concis et centré sur un résultat spécifique (votre objectif ne peut pas être trop vague).

MESURABLE :

Aurais-je à travailler souvent pour atteindre mon objectif? Pendant combien de temps devrais-je me consacrer à des activités qui m'aident à atteindre mon objectif? Comment puis-je suivre ma progression dans l'atteinte de mon objectif? Mesurer votre progression vous aidera à suivre vos succès et à maintenir votre motivation.

ATTEIGNABLE :

Comment puis-je atteindre mon objectif? Y a-t-il des personnes qui peuvent m'aider à atteindre mon objectif? Y a-t-il des attitudes que je dois changer afin d'atteindre mon objectif? Identifier les ressources et les soutiens qui sont disponibles pour aider à atteindre un objectif est important pour demeurer sur les rails.

RÉALISTE :

Puis-je réellement atteindre mon objectif? Mon objectif est-il trop grand? Est-ce qu'un objectif moindre serait plus réaliste et m'aiderait à réussir? Courir un marathon est un grand objectif et ne sera vraisemblablement pas atteint par plusieurs; cependant, devenir membre d'un club de course ou courir de plus petites distances représente des objectifs réalistes atteignables.

LIMITÉ DANS LE TEMPS :

Quand vais-je commencer à travailler pour atteindre mon objectif? Quand est-ce que je veux que mon objectif soit atteint? Les objectifs sont plus efficaces si on leur attribue un temps pour les atteindre.