



Feuille de travail | Réaliser ses objectifs à long terme

Pour récupérer la feuille de travail, clique sur fichier et télécharge le document au format qui te convient

J'ESPÈRE QUE
 CETTE FICHE DE
 TRAVAIL T'AIDERÀ
 À CONCRÉTISER
 TES PROJETS
 MK



Mon Objectif principal : Quel est l'objectif que je me suis fixé ?

Pourquoi : Pourquoi est-ce que je souhaite atteindre cet objectif ? Qu'est-ce que cela m'apporte ?

Les étapes pour y arriver (mes sous-objectifs) :

What ?	Why ?	Where ?	How ?	When ?	Où j'en suis maintenant ?	... Dans 3 mois ?	... Dans 6 mois ?
De quoi ai-je besoin pour atteindre mon objectif ? <i>Formation, ressources, compétences, etc.</i>	Pourquoi ?	Où puis-je trouver cela ?	Quelles sont les actions que je dois initier pour y arriver	A quelle échéance ?	Quelles sont les actions que j'ai déjà initiées pour atteindre mon sous-objectif ?	Comment ai-je avancé sur ce sous-objectif 3 mois après ?	Comment ai-je avancé sur ce sous-objectif 6 mois après ?

Ce qui pourrait me freiner

Raisons / obstacles qui pourraient m'empêcher d'atteindre mon objectif	Solutions pour lever ces obstacles ?

**Contacts Réseautage (les personnes qui pourraient m'aider)**

Nom	Fonction / Entreprise	Utilité	Entrée en relation	Prochaine action	Statut	Résultat
Nom de la personne	Que fait cette personne ? Où travaille-t-elle ? Quelles sont ses responsabilités / compétences...?	Comment peut-elle m'aider ?	Où l'ai-je rencontrée ? Comment puis-je la contacter / rencontrer ?	Quelle est la prochaine action à initier pour activer ce contact (email, call, etc.) ?	Où j'en suis de cette action (je l'ai appelée, je lui ai envoyé un mail...)	Quel a été le résultat de mon action ? Dois-je initier une nouvelle action ? => colonne prochaine action

Quelques questions à te poser lorsque tu remplis ta fiche d'objectifs

1. L'objectif est-il réalisable ?
 - a. Puis-je atteindre mon objectif dans les délais que j'ai fixés ?
 - b. L'atteinte de cet objectif dépend-elle seulement de moi ou est-elle impactée par des conditions extérieures à moi ?
2. Est-ce que je crois que je peux atteindre cet objectif ?
 - a. Mes compétences et capacités sont-elles à la hauteur de cet objectif ?
3. Comment saurais-je quand j'aurai atteint mon objectif ?
 - a. Ai-je fixé mon objectif en termes précis ?
 - b. Ai-je clairement identifié les résultats que je veux atteindre à chaque étape ?
4. Est-ce que je veux faire ce qu'il faut pour atteindre mon objectif ?
 - a. Est-ce seulement le résultat final qui m'intéresse ?
 - b. Suis-je concentré sur ce que je dois faire ?
5. L'objectif est-il présenté avec une alternative ?
 - a. Ai-je une alternative si je n'arrive pas à atteindre mon objectif ?



6. Suis-je motivé à poursuivre mon objectif ?
 - a. Ai-je un système de soutien (familial, professionnel, etc.) ?
 - b. Ai-je établi un calendrier pour atteindre mon objectif ?
 - c. Ai-je mis en place un système de récompense ?

7. Est-ce que le but a de la valeur pour moi ?
 - a. L'objectif est-il compatible avec mes valeurs ?

“Success is not final, failure is not fatal: it is the courage to continue that counts.”

Sir Winston Churchill