

MON OBJECTIF

Smart



Créé par

Celine Retaud

DEFINIR SON OBJECTIF

Smart

Avant de commencer, assurez vous que vos objectifs sont :



SPECIFIQUE

Un objectif spécifique doit être clairement défini et personnalisé. Formulez avec précision de quels facteurs de réussite il s'agit.



MESURABLE

Un objectif doit être quantifiable et mesurable. Nous devons pouvoir mesurer votre situation actuelle et votre situation en fin de coaching.



ATTEIGNABLE

Assurez-vous que votre objectif est atteignable. Des objectifs trop ambitieux seront sources de frustration.



REALISTE

Vérifiez que votre objectif est en accord avec vos ressources.



TEMPORAIREMENT DEFINI

Assurez vous que votre objectif est limité dans le temps.

VOTRE OBJECTIF SMART



SPÉCIFIQUE

Quel est l'objectif ? Qu'est ce que je veux accomplir ?

MESURABLE

Grâce à quoi je peux savoir si j'ai réussi ?

ATTEIGNABLE

Est-ce que je peux avoir tout ce qu'il faut pour atteindre cet objectif ?

RÉALISTE

Est-ce que cet objectif est en accord avec ma vie ? Mes valeurs ?

TEMPOREL

Quelle est la deadline pour accomplir cet objectif ?

Bravo !

Pour ce premier pas. C'est une étape importante dans votre cheminement vers le changement et le développement personnel.

Je suis vraiment enthousiaste par l'opportunité de discuter davantage de votre objectif et de voir comment je pourrais vous accompagner pour l'atteindre.

Contacte-moi pour que nous puissions planifier notre prochaine étape ensemble :

contact@celineretaud.com

A bientôt !.



Celine Retaud