



S - pour Spécifique – évitez les objectifs vagues ou généraux

M - pour Mesurable – qu'est-ce que vous cherchez à atteindre ? Comment saurez-vous que vous l'avez atteint ?

A - pour Ambitieux ou atteignable – visez quelque chose qui vous posera un défi mais atteignable

R - pour Réaliste – choisissez quelque chose que vous pouvez réussir

T - pour Temps – quand aurez-vous atteint votre objectif ?

Quelques questions à se poser :

- Pourquoi ai-je décidé que cet objectif avait priorité ?
- Que dois-je faire pour atteindre cet objectif ?
- Qui est responsable pour chaque activité ?
- De quels renseignements et connaissances ai-je besoin ?
- De quelle aide ou collaboration ai-je besoin ?
- Quelles ressources peuvent m'aider ?
- Comment puis-je réussir ?
- Ai-je vérifié mes hypothèses ?
- Est-ce le meilleur moyen d'atteindre mon objectif ?
- Quels obstacles pourraient vous empêcher d'atteindre votre objectif ?
- Combien coûtera la réalisation de cet objectif en termes d'argent, de ressources et de temps ?
- Comment saurais-je que j'ai appris ?
- Est-ce que ces objectifs sont à ma portée ?
- Est-ce que je dispose des ressources financières et humaines nécessaires ?
- Est-ce que je dispose des compétences nécessaires ?
- Est-ce que j'ai assez de temps ?