



Mon contrat Objectif

Date :

Période concernée : ☐ Jour ☐ Semaine ☐ Mois ☐ Autre

Objectif principal

- Mon objectif principal :

- Pourquoi cet objectif est important pour moi ?

Objectifs secondaires

1.

2.

3.

Actions à réaliser

Actions	Date	Statut (en cours, ok)	Commentaires

Ressources nécessaires

- ☐ Temps : _____
- ☐ Personnes : _____
- ☐ Outils / matériel : _____
- ☐ Autres : _____

Obstacles possibles & solutions

- Obstacle 1 : _____
Solution : _____
- Obstacle 2 : _____
Solution : _____

Indicateurs de réussite

Je saurai que j'ai réussi si :

- ☐ _____
- ☐ _____
- ☐ _____

Auto-évaluation (fin de période)

Objectif atteint ? ☐ Oui ☐ Partiellement ☐ Non

Ce qui a bien fonctionné :

Ce que je peux améliorer :

Engagement personnel

 Je m'engage à faire de mon mieux pour atteindre cet objectif.

Signature : _____ Date : ____ / ____ / ____

 **Astuce : commence petit, sois précis et reste constant.**