

La démarche de fixation des objectifs: préparation au stage du Centre Hospitalier Psychiatrique le Chêne aux Haies (CHP).

Élaborer des objectifs professionnels peut sembler une tâche facile. Il est vrai qu'énoncer un objectif est simple, mais en énoncer un qui soit réaliste, relié à sa démarche de professionnalisation et pouvant être évalué n'est pas aussi simple. C'est donc un apprentissage à réaliser qui ne va pas de soi.

La première étape consiste à clarifier (se poser des questions en amont) :

- Qu'est-ce que je veux apprendre durant mon stage ?
- Comment savoir si je vais atteindre mon objectif ?
- Qu'est-ce que cela m'apportera (le bénéfice) ?
- De quoi ai-je besoin pour atteindre mon objectif (les ressources) ?
- Qu'est-ce qui m'en empêcherait d'atteindre mon objectif (les obstacles)?

La deuxième étape est la formulation de l'objectif par l'utilisation d'une méthodologie : la méthode SMART. Celle-ci reprend 5 points indispensables à retrouver dans la formulation de vos objectifs.

Quels sont les avantages de cette méthode ?

- Éviter la dispersion, la procrastination.
- Donner un sens à l'action.
- Organiser vos activités, planifier vos tâches.
- Se recentrer sur l'essentiel.
- Trouver de la motivation.
- Si l'objectif est atteint, celui-ci permettra d'observer votre progression de façon concrète. À l'inverse si celui-ci est non atteint, il vous permettra de vous questionner à nouveau (concept de réflexivité).

| | |
|----------------------------------|---|
| Spécifique | Un objectif spécifique est détaillé, ciblé et clairement rédigé. Toute personne qui le lit doit cerner avec précision ce que vous souhaitez apprendre. |
| Mesurable | Un objectif mesurable peut être quantifié, c'est-à-dire que le résultat est observable. → <i>Utilisation d'un verbe d'action : définir, identifier, résumer, organiser, nommer...</i> |
| Atteignable Ambitieux | Vous pouvez réaliser un objectif atteignable en fonction de vos compétences, de vos ressources et de votre sphère d'exercice. |
| Réaliste | Un objectif qui se rattache à votre contexte, qui s'applique à votre rôle actuel et qui est clairement relié à vos principales responsabilités. |
| Temporel | Un objectif temporel est doté d'un délai précis qui vous permet d'évaluer vos progrès et qui vous incite à atteindre votre objectif. → <i>À la fin de ma première semaine de stage (le 05/07/24)), je serai capable...</i> |

OBJECTIFS PROVISOIRES DE STAGE.

NOM ET PRÉNOM DE L'ÉTUDIANT(E) :

ANNÉE D'ÉTUDE :

SERVICE :

DATES DU STAGE :

| OBJECTIFS DE STAGE | COMMENT Y PARVENIR ? | RÉSULTATS OBTENUS EN FIN DE STAGE |
|--------------------|----------------------|-----------------------------------|
| | | |
| | | |