

Grande compétence : Gérer l'apprentissage

Grande compétence : Communiquer des idées et de l'information

- **B1** : Interagir avec les autres

Tâche 9

Utiliser la technique SMART pour se fixer un but afin d'exercer leur initiative. (Niveau 2)

Durée approximative : 60 minutes, selon la capacité de votre groupe

Note : Durant cette activité, les personnes apprenantes apprennent comment fixer un but selon la technique SMART afin d'exercer leur initiative et de suivre leurs progrès. Cela répond au descripteur du rendement *Suit son progrès par rapport à l'atteinte de ses buts*, sous la grande compétence *Gérer l'apprentissage*.

Pistes d'animation suggérées

- Revoir la définition des motivateurs intrinsèques étudiés à la tâche 3. Souligner que l'on retrouve parmi ceux-ci l'accomplissement de tâches pour le plaisir, pour la satisfaction personnelle que cela apporte. Cette motivation intrinsèque permet de prendre des initiatives, de se fixer des buts en matière de perfectionnement personnel et d'agir de façon à les atteindre. Quand les buts reposent sur les valeurs personnelles et sont réalistes et atteignables, il est plus facile de trouver la motivation et l'initiative nécessaires pour travailler à leur réalisation.

Leur présenter l'exemple suivant : Sergey Brin et Larry Page ont eu de l'initiative. Ils se sont fixé un but, celui de développer un moteur de recherche qui serait capable d'analyser les relations entre les sites Web. Grâce à leur travail ardu, à leur persévérance et à grande leur détermination, ils ont finalement atteint leur but en 1998. Ce but, c'est l'engin de recherche Google que nous connaissons! L'initiative a donc été très profitable pour eux.

Le but des personnes apprenantes sera sans doute moins grandiose, mais il est tout aussi important. Elles souhaitent peut-être avoir leur propre entreprise, devenir le meilleur vendeur d'automobiles, être un meilleur parent.

- Inviter les personnes apprenantes à former des équipes de deux et à utiliser les questions présentées à l'**Annexe 7** pour trouver un but personnel à atteindre. Par exemple, si quelqu'un souhaite apprendre à jouer de la guitare, son but SMART pourrait être : *Je veux jouer un morceau de musique à la guitare à la rencontre de famille du mois de décembre*. Ensuite, leur demander de le transformer en but SMART selon les indications fournies à la page suivante.

Ce que les personnes apprenantes viennent d'indiquer dans les tableaux devrait leur permettre de définir un ou plusieurs buts qu'elles aimeraient poursuivre. Elles doivent commencer par un but simple et atteignable, car cela les motivera et les encouragera à en fixer d'autres par la suite.

Leur demander de faire le lien entre ce qu'elles voudraient faire et ce qui est important pour elles. En reliant leur but à leurs valeurs, elles lui donnent de meilleures chances de devenir réalité. Par exemple, s'il est important pour elles d'être en santé, elles pourraient se donner comme but de faire plus d'exercice et de perdre du poids.

Leur but peut être lié à quelque chose qu'elles aimeraient faire. Par exemple, si elles ont envie de jouer d'un instrument de musique, cela peut devenir leur but. Enfin, leur but peut être lié à une habileté qui leur manque pour accomplir quelque chose, par exemple, devenir plus habile en menuiserie. Une fois qu'elles ont choisi leur but, elles doivent s'assurer qu'il est SMART. Revoir avec elles les éléments d'un but SMART, c'est-à-dire :

- S : Spécifique.** Détermine ce que tu veux accomplir, les personnes qui t'aideront, les ressources dont tu auras besoin, le temps qu'il te faudra ainsi que les raisons qui te motivent.
 - M : Mesurable.** Établis une méthode qui te permettra de suivre ta progression vers ton but.
 - A : Approprié.** Si ton but est un investissement personnel, quelque chose qui a de la valeur pour toi, tu trouveras les moyens de le réaliser. Détermine les habiletés dont tu auras besoin pour l'atteindre.
 - R : Réaliste.** Assure-toi que ton but est quelque chose que tu pourras bel et bien atteindre, même si ça te demande beaucoup de travail.
 - T : Temporel.** Donne-toi une limite de temps pour atteindre ton but; cela t'aidera à garder le focus sur sa réalisation.
- Inviter les personnes qui le désirent à partager leurs buts avec le groupe. Leur demander ensuite d'inclure leur but dans un plan d'action et de fixer des objectifs qui s'y rattachent. Par exemple, *Je prendrai des leçons de guitare 3 fois par semaine au collège communautaire.* Enfin, les inviter à suivre leurs progrès dans leur cahier de travail personnel et donner à celles qui le désirent l'occasion d'en parler au cours des semaines suivantes.



Linda Frappier, du centre Carrefour Options+, indique que l'utilisation et la relecture du journal de bord et du cahier de travail personnel fournissent aux personnes apprenantes un bon moyen de voir l'ensemble des démarches qu'elles ont faites pour développer la compétence en question, dans ce cas, l'initiative.

Annexe 7

Comment définir un but qui permet d'exercer son initiative

Comment définir un but que tu aimerais atteindre quand tu n'as aucune idée! Les étapes suivantes te permettront de réfléchir d'abord à ce qui est important pour toi, puis de fixer un ou plusieurs buts.

Tes valeurs et habiletés

Les 3 tableaux qui suivent t'aideront à définir tes valeurs ainsi que les habiletés que tu possèdes.

Ce qui est important pour moi

Écris 5 choses qui sont importantes pour toi, par ordre d'importance.	Pourquoi ces choses sont-elles importantes pour toi?

Ce que j'aime faire

Écris 3 à 5 choses que tu aimes faire et qui te donnent de la satisfaction. Place-les en ordre d'importance.

Je suis bon...

Écris les habiletés que tu possèdes (par exemple, <i>Je suis bon avec mes mains...</i>)

Annexe 7 (suite)

Valeurs et habiletés que tu aimerais posséder

Les tableaux suivants t'aideront à déterminer ce que tu aimerais faire, ce qui t'en empêche ainsi que les habiletés que tu voudrais posséder. Ceci peut te guider vers un but à réaliser.

J'aimerais pouvoir...

Écris 3 à 5 choses que tu aimerais faire, par ordre d'importance.	Écris ce qui t'empêche de faire ces choses.

J'aimerais être bon...

Écris les habiletés que tu aimerais posséder, qui te permettraient de faire ces choses.