



## Allegro

### Atteindre ses objectifs

1 heure 30 minutes

#### Objectifs pédagogiques

- Définir précisément vos objectifs personnels.
- Apprendre à concevoir un plan d'action à long terme.
- Découvrir les clés pour persévérer et renforcer votre autodiscipline.
- Découvrir comment prendre confiance en vous pour avancer vers vos objectifs personnels.
- Apprendre à demander de l'aide et élargir votre cercle de relations.

#### Compétences visées

- Apprendre à perfectionner vos connaissances concernant la définition d'objectifs personnels de façon efficace en pratiquant les principales compétences nécessaires : orientation vers les résultats, planification, apprentissage continu, innovation et créativité, résolution de problèmes, intégrité, concentration, relations interpersonnelles, initiative, autocontrôle, confiance en soi, flexibilité, conscience de soi.
- Autres compétences intégrées : négociation, gestion du changement, prise de décision, pensée analytique, équilibre, coordination, tolérance à la pression.

#### Publics concernés

- Tout public.
- Les personnes qui souhaitent découvrir comment définir avec précision leurs objectifs personnels, en appliquant un modèle simple et efficace pour les atteindre, tant dans le domaine personnel que professionnel.

## Préalable technique à la formation

- Disposer d'un appareil connecté à Internet (PC, tablette, Smartphone).
- Exigences techniques minimales : connexion Internet avec 40 Mbps, 2 Go de mémoire RAM et navigateurs Google Chrome, Microsoft Edge, Mozilla Firefox ou Safari.

## Prérequis

- Aucun

## Modalités pédagogiques

- Formation en ligne

## Moyens pédagogiques

- Support de cours
- Cas pratiques
- Vidéo

## Méthodes mobilisées

- Apprentissage théorique accompagné d'un simulateur en ligne pour valider les acquis.

## Modalités d'évaluation

- Évaluation pré & post formation pour évaluer la progression.
- Validation d'acquis par module.

## Intervenant

- Un binôme, dont Alexandre BENOIT, vous accompagnera tout au long de la formation.
- Mini bio : Alexandre est entré dans le monde L&D en 2016 et accompagne des formations spécialisées en *game-based learning*, capable d'aider les apprenants à acquérir de nouvelles compétences dans les domaines nécessaires à leur évolution professionnelle et personnelle.
- Adresse e-mail : [support@game-learn.com](mailto:support@game-learn.com)

## Lieu

Au sein des locaux de nos clients  
En ligne

## Dates

Dates : à la discrétion du client  
Horaires : à la discrétion du client

## Durée

- 1 heure 30 minutes de formation totale

## Budget

Prix de base d'accès à notre plate-forme : 14 000 € HT pour 50 licences.  
Pour tout autre volume, veuillez nous contacter afin de vous fournir un devis spécialisé.

## Contact

Référent administratif / Personne à contacter : Alexandre BENOIT  
Adresse e-mail : [support@game-learn.com](mailto:support@game-learn.com)

## Modalités et délais d'accès

- Création du client sur notre plate-forme et ajout des listes d'apprenants.
- Minimum de 15 jours de délai depuis l'achat et la vérification informatique.

## Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Nous contacter :

- Adresse e-mail : [support@game-learn.com](mailto:support@game-learn.com)

## Programme

Le programme de ce cours vise à enseigner comment définir des objectifs personnels et met à votre disposition des outils pour les atteindre à travers les étapes suivantes :

### Module 1. Créez votre propre vision.

- Imaginez votre futur.
- Soyez cohérent-e.
- Définissez votre point de départ.
- Définissez le prix à payer pour atteindre votre objectif.

### Module 2. Planifiez votre chemin.

- Fixez des objectifs intermédiaires.
- Mesurez l'avancée.
- Soyez flexible.

### Module 3. Persévérez et améliorez votre autodiscipline.

- Progressez un peu chaque jour.
- Dirigez le changement.
- Félicitez-vous.

**Module 4. Gagnez en confiance et renforcez vos ressources intérieures.**

- Modélisez la façon dont vous vous percevez.
- Consacrez du temps à apprendre de nouvelles choses.
- Surmontez les obstacles.
- Nourrissez le désir d'atteindre votre objectif.

**Module 5. Élargissez votre cercle et demandez de l'aide.**

- Entourez-vous des bonnes personnes.

**Document mis à jour le : 02/02/2024**

Version V2