



Fiche technique pour les mentors



6. PLAN D'ACTION

Phase de mentorat	Dimension	Durée (minutes)	Nombre de participants (min/max)
Cercles de mentorat	Établissement d'objectifs & Planification	30 min	1
Éléments de la dimension Learning-2-Learn (retrouvez le contenu dans le schéma des 5 dimensions L2L https://docs.google.com/document/d/1xSC3DpKGDpWwcKdSTnx4SnKsPmMQMG50/edit)	<ul style="list-style-type: none"> - Développer des objectifs à long terme - Trouver des cibles d'apprentissage significatives - Identifier des stratégies efficaces - Planifier les étapes 		
Mots clés (pour les résultats de recherche Google en ligne)	Établissement d'objectifs - planification de l'apprentissage - objectifs d'apprentissage - plan d'action		





Le but de l'activité

Décrivez ce que l'activité fera/aidera à développer chez la mentorée.

Motiver et aider les mentoréEs à agir pour atteindre leurs objectifs en formulant un plan d'action basé sur l'apprentissage et la connaissance des forces, des valeurs, des compétences, des réseaux / personnes de soutien, etc. acquises tout au long du programme. Cette façon d'ancrer ses objectifs motive et permet aux participants de se concentrer sur leurs ressources et leur capacité à les atteindre dans leur vie de tous les jours.

Préparation

Que devra faire le mentor pour être prêt à terminer l'activité ? Imprimer ? Préparer ? Organiser ? Type d'environnement physique, etc.

Imprimez le document.

Application

Description de la façon dont l'activité sera enseignée et complétée, étape par étape.

1. Si les mentorées n'ont pas déjà travaillé avec le modèle d'établissement d'objectifs SMARTE, demandez-leur de le faire et utilisez les instructions pour aider les mentorées à formuler et à définir un ou plusieurs objectifs.
2. Si les mentorées ont un ou plusieurs objectifs formulés avec le modèle d'établissement d'objectifs SMARTE, distribuez l'activité d'établissement d'objectifs et de plan d'action. Demandez-leur de réfléchir à leurs objectifs, puis remplissez le plan. Aidez les mentorées à hiérarchiser les objectifs en fonction de ce qui est le plus important et pourquoi elles ont choisi de les placer dans cet ordre particulier.
3. Demandez aux mentorées de partager avec les autres membres du groupe une action dans laquelle elles veulent s'engager et dans laquelle elles sont motivées à s'engager.
4. Demandez aux mentorées de partager une action dans laquelle elles souhaitent s'engager et dans laquelle elles sont motivées à s'engager dans le cercle de mentorat.
5. Demandez aux mentorées de réfléchir à l'apprentissage de cet exercice et d'en prendre note dans le polycopié
6. Lorsque les mentorées ont terminé cette tâche, demandez-leur de la présenter au groupe.
7. Demandez aux mentorées de réfléchir à l'apprentissage de cet exercice et d'écrire leurs conclusions dans le polycopié.





8. Lorsque les mentorées ont terminé cette tâche, demandez-leur de la présenter au groupe.

 Lien direct vers le document d'activité sur la plateforme d'apprentissage	Apprendre encore plus
https://upsim.aidlearn.eu/en/	<i>Source d'inspiration et où les mentors peuvent-ils en savoir plus sur cette approche/méthode/type d'outil ? (le cas échéant)</i>





Outil d'activité

Insérez l'activité, mise en place prête à imprimer, de la manière dont les mentorées la recevront sous forme de photocopie.

Étape 1 Établissement d'objectifs - Ancrer mon objectif

<p><i>Quel est votre but ?</i></p>	
<p><i>Identifiez les 3 activités les plus importantes (max 3) qui vous rapprocheront de votre objectif</i></p>	
<p><i>Pourquoi voulez-vous le faire ?</i></p>	
<p><i>Comment allez-vous le faire ? Qu'allez-vous faire exactement –</i></p> <p><i>Et quand ? (Date et l'heure)</i></p>	
<p><i>Lesquelles de vos forces personnelles souhaitez-vous appliquer par rapport</i></p>	





<p><i>à ces activités ?</i></p>	
<p><i>Quels types d'obstacles pourraient vous empêcher d'atteindre vos objectifs ?</i></p>	
<p><i>Qui vous soutiendra ?</i></p>	
<p><i>Quel état d'esprit ou quelles attitudes (croyance positive) vous soutiendront dans le processus</i></p> <p><i>(Quelles choses positives pouvez-vous vous dire ?)</i></p>	
<p><i>Quelle valeur/bénéfice gagnerez-vous à agir et à atteindre vos objectifs ?</i></p>	

Étape 2 : Définition des objectifs - Contrat d'engagement

Mon but est _____ . Je vais suivre ces étapes





1)

2)

3)

afin d'atteindre mon but.

A partir de cette date _____

en s'appuyant sur les forces suivantes et les croyances fondamentales

positives et constructives à mon sujet

Quand je fais face à ces obstacles





Je vais me tourner vers ces personnes

pour un soutien

et des conseils pour m'aider à atteindre mes objectifs.

Lorsque j'aurai atteint cet objectif, je me sentirai

et j'aurai obtenu

ces avantages





Outil de mentorat UPSIM

Nom et lieu

Signature du mentoré _____

Nom et lieu

Formateur/mentor Signature _____

