MÉTHODE OKR GRILL

Les OKR, simplement

OKR veut dire **Objectifs et Résultats Clés**. C'est une façon simple de choisir ce qui compte pour toi ce trimestre, et de savoir, chiffres à l'appui, si tu avances vraiment. Lecture : cinq minutes.

1 En une phrase

Un OKR, c'est **une direction** (l'objectif) et **deux à quatre preuves chiffrées** que tu y es arrivé (les résultats clés).

> « Je vais **[objectif]**, mesuré par **[résultats clés]**. »

2 Objectif ou résultat clé ?

L'objectif

Où tu veux aller.

Qualitatif, en mots

Motivant à relire

Sans aucun chiffre

« Lancer mon activité de coaching »

Le résultat clé

Comment tu sauras que tu y es.

Chiffré

Écrit « de X à Y »

Vérifiable par n'importe qui

« Passer de 0 à 5 clients payants »

3 Un exemple complet

OBJECTIF

Retrouver une vraie forme physique

Point d'étape fictif : semaine 7 sur 13.

Courir 10 km en moins de 55 min — Engagé

Départ 61 min · Aujourd'hui 58 min · Cible 55 min

Pouls au repos à 60 — Aspirationnel

Départ 68 · Aujourd'hui 65 · Cible 60

INDICATEUR D'ENTRÉE

3 sorties de course par semaine

Cette semaine : 2 sur 3

INITIATIVES

- Suivre un plan d'entraînement de 12 semaines
- S'inscrire à une course en fin de trimestre

4 Engagé ou aspirationnel

Chaque résultat clé a un type. Tu le choisis dès le départ.

Engagé

1,0

Tu t'engages à l'atteindre en entier. Si tu n'y arrives pas, tu cherches pourquoi.

Aspirationnel

≈ 0,7

Une ambition sans chemin connu. Arriver vers 0,7, c'est déjà une réussite.

Conseil : mets surtout des engagés. Un ou deux aspirationnels au maximum, pour garder de l'ambition sans te décourager.

5 Ce qui fait avancer chaque semaine

Un résultat clé bouge lentement. Pour avancer au quotidien, tu t'appuies sur deux leviers.

Indicateurs d'entrée

Les gestes que **tu contrôles** cette semaine et qui font bouger le résultat clé.

« 3 sorties par semaine », « 2 appels clients par semaine »

Initiatives

Les projets et actions concrètes. **Elles peuvent changer** en route ; les résultats clés, eux, restent stables.

« Suivre un plan d'entraînement », « Refaire ma page d'accueil »

6 Le rythme

1

Définir

Début de trimestre · un cycle de 13 semaines

Tu choisis tes objectifs, tes résultats clés avec leur point de départ, tes indicateurs d'entrée et tes premières initiatives.

2

Point hebdo

Chaque semaine · 10 à 15 minutes · même créneau

Tu relèves tes chiffres, puis tu décides. Pas de rapport, une décision :

Continuer · Ajuster · Démarrer · Arrêter

3

Bilan

Fin de trimestre · 30 à 45 minutes

Chaque résultat clé reçoit une note de 0 à 1 : le chemin parcouru divisé par le chemin visé. Puis tu tires les leçons pour le trimestre suivant.

0,7 à 1 · vert · 0,4 à 0,6 · jaune · sous 0,4 · rouge

7 Le test qui change tout

« Pourrais-tu atteindre ce résultat clé et avoir quand même échoué ? »

Si la réponse est oui, ce n'est pas un résultat : c'est une **tâche déguisée**. Range-la dans les initiatives et cherche le vrai changement que tu veux voir.

Tâche

Publier 12 articles

Tu peux les publier et que personne ne les lise.

Résultat

Passer de 200 à 500 abonnés

Si c'est atteint, tu as vraiment avancé.

8 Cinq pièges

1. **Trop d'objectifs.** Au-delà de trois, tu te disperses. Choisis, et note le reste dans « pas ce trimestre ».
2. **Des tâches au lieu de résultats.** Mesure le changement obtenu, pas le travail fourni.
3. **Pas de point de départ.** « Arriver à 500 » ne veut rien dire si tu ne sais pas d'où tu pars.
4. **Fixer et oublier.** Sans point hebdo, tes OKR deviennent une liste de vœux.
5. **Mélanger avec ta liste de tâches.** Le courant reste dans ta liste ; les OKR gardent ce qui doit changer.

9 Pour commencer

Avec la skill **OKR Grill**, dis simplement à Claude :

> **« Grill-moi sur mes objectifs du trimestre »**

Elle te pose une question à la fois, te pousse à préciser ce qui est flou, puis produit ton fichier OKR et ton tableau de bord. Ensuite, elle t'accompagne pour le point hebdo et le bilan.

Pour aller plus loin

La chaîne YouTube

Des tutos concrets pour travailler avec Claude et l'IA au quotidien, sans jargon.

S'abonner sur YouTube

La newsletter

Une méthode, un outil ou une skill à essayer, directement dans ta boîte mail.

S'inscrire sur thomrichard.com/newsletter

CLUB SMART

Tes OKR, sans rester seul

Le Club SMART, c'est la communauté où l'on construit son système IA personnel avec Claude, puis où on le fait vivre semaine après semaine.

- Des parcours pas à pas pour installer et faire grandir ton système
- Des membres qui avancent sur les mêmes sujets que toi
- Un endroit pour partager tes avancées et poser tes questions

Découvrir le Club SMART