



Formation Courte

Retrouver du sens dans son rôle de manager : construire un engagement durable

Se renouveler dans son rôle de manager sans se réinventer complètement

Mis à jour le 22/09/2026

A qui s'adresse la formation ?

Agents de direction
Cadres (managers)

Durée

1 jour

Prix de la formation

Tarif inter : 550€

Lieu(x) des sessions

En présentiel à Paris

Objectifs

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Identifier les facteurs pouvant fragiliser l'engagement dans la durée
- Prendre du recul sur son parcours, ses motivations et l'évolution du rôle de manager
- Identifier des leviers concrets pour faire évoluer une pratique managériale et retrouver des marges de manœuvre au quotidien
- Clarifier ses priorités, ses besoins et ses points d'appui pour exercer durablement son rôle de manager

Contexte

Manager aujourd'hui implique de faire face à des transformations permanentes, des attentes multiples et des environnements parfois exigeants. Dans des carrières longues, il est naturel que l'engagement, l'énergie ou le sentiment d'utilité évoluent au fil du temps. Sans relever nécessairement du mal-être ou de l'épuisement, certaines phases peuvent conduire à une forme d'usure plus silencieuse : perte d'élan, impression de fonctionner 'en pilote automatique', difficulté à se projeter ou besoin de renouveler sa pratique.

Parce qu'une carrière managériale ne se construit pas comme un sprint mais dans la durée, cette formation propose de prendre du recul sur sa trajectoire, d'identifier les mécanismes d'usure professionnelle et les leviers de renouvellement possibles. L'objectif : retrouver des marges de manœuvre dans son quotidien managérial, faire évoluer sa pratique lorsque cela devient nécessaire et s'accorder un temps rarement pris dans les parcours de managers : réfléchir à son propre engagement professionnel dans la durée.

Pré-requis

Disposer d'une expérience managériale permettant de prendre du recul sur sa pratique et son parcours professionnel.

Programme

Jour 1 – Comprendre ce qui « use » et ce qui nourrit durablement l'engagement

Manager dans la durée : les réalités des carrières longues

- Les évolutions du rôle de manager dans des environnements en transformation



Formation Courte

Retrouver du sens dans son rôle de manager : construire un engagement durable

Se renouveler dans son rôle de manager sans se réinventer complètement

Mis à jour le 22/09/2026

- Les différentes phases d'une trajectoire managériale
- Pourquoi l'engagement et l'énergie évoluent au fil du temps
- Sortir du mythe du manager « toujours motivé »

Identifier les mécanismes d'usure professionnelle

- Repérer les signaux d'usure silencieuse
- Comprendre les effets du fonctionnement ' »en pilote automatique »
- Identifier ce qui fragilise durablement l'engagement
- Distinguer fatigue ponctuelle, lassitude et perte de sens

Prendre du recul sur sa propre trajectoire

- Analyser les évolutions de sa pratique managériale
- Identifier ses moteurs d'engagement et leurs évolutions
- Repérer les situations de désalignement ou de saturation
- Partager les réalités vécues entre pairs

Jour 2 – Retrouver des marges de manœuvre et se renouveler durablement

Se renouveler sans tout réinventer

- Faire évoluer sa posture et ses pratiques au fil du temps
- Identifier des leviers concrets de renouvellement professionnel
- Redonner de la respiration à son quotidien managérial
- Repenser ses priorités et son fonctionnement

Retrouver des marges de manœuvre dans son rôle de manager

- Identifier ce qui dépend de soi et ce qui relève du cadre institutionnel
- Mieux réguler son investissement dans la durée
- Réinterroger certaines habitudes ou modes de fonctionnement
- S'autoriser à faire évoluer sa pratique ou ses perspectives d'évolution

Construire un engagement durable

- Identifier ses points d'appui pour durer dans le rôle
- Définir des leviers d'action réalistes et adaptés à son contexte
- Capitaliser sur les échanges et retours d'expérience du groupe

Méthodes pédagogiques



Formation Courte

Retrouver du sens dans son rôle de manager : construire un engagement durable

Se renouveler dans son rôle de manager sans se réinventer complètement

Mis à jour le 22/09/2026

- Apports pédagogiques en face à face
- Mise en pratique : travaux collectifs et/ou individuels, études de cas, quiz, mises en situation, jeux de rôle, ateliers
- Temps d'échange : partages de pratiques, co-développement

Évaluation

- Evaluation en cours de formation permettant d'apprécier la progression (formative)
- Evaluation à chaud de la satisfaction
- Diagnostic de positionnement (auto-évaluation)

Compétences renforcées

- Piloter la performance
- Faire preuve de leadership
- Porter les politiques RH et d'amélioration de la qualité de vie au travail
- Œuvrer au développement des collaborateurs
- Connaître les évolutions et anticiper les transformations et leurs impacts
- Imaginer, soutenir et mettre en œuvre des pratiques professionnelles innovantes
- S'adapter au changement
- Conduire des projets et accompagner les transformations

Les prochaines sessions

Retrouver du sens dans son rôle de manager : construire un engagement durable

📅 29 juin 2027 • 09h30 à 17h30

Contacts

Pour toute information, contactez en priorité nos assistant(e)s

Pour du sur-mesure ou des intras contactez les chefs de projets



THIZY Stéphanie
Assistante de Formation

📞 04 77 81 15 18
✉ sthizy@en3s.fr



SENELIER Marie
Cheffe de projets

📞 06 03 90 10 10
✉ msenelier@en3s.fr