

OUTILS MODULE 1 :

ANALYSE TON RAPPORT À L'ARGENT

L'argent est souvent un sujet tabou, surtout dans les métiers du soin. Pourtant, il est essentiel d'apprendre à mieux comprendre son rapport à l'argent pour évoluer financièrement.

Cet outil t'aidera à :

- Identifier tes blocages et croyances limitantes
- Changer de perspective sur l'argent
- Mieux te positionner pour gagner ce que tu mérites

Comment l'utiliser

- Prends le temps de répondre aux exercices
- Note tes réponses pour observer ton évolution
- Reste honnête avec toi-même

Exercice d'introspection : Identifier tes croyances *(et leur tordre le cou)*

Réponds spontanément aux questions suivantes pour mieux comprendre ton rapport à l'argent

1. Quelle est la première chose qui te vient à l'esprit quand tu entends le mot argent ?

2. Ressens-tu de la gêne en parlant d'argent avec tes collègues ou proches ? Pourquoi ?

3. Complète cette phrase : "Gagner beaucoup d'argent, c'est..."

4. As-tu déjà hésité à demander une augmentation ? Pourquoi ?

5. Que changerais-tu dans ta vie si tu avais plus d'argent ?

Défi personnel : Changer de perspective

Note trois bénéfices concrets que tu obtiendrais si tu gagnais plus d'argent :

1. -
2. -
3. -

Réécris une croyance limitante en affirmation positive.

Exemple :

"L'argent est difficile à gagner." → "Je peux être justement rémunérée pour mon travail."

Phrase transformée :

Message clé

L'argent est un outil, pas une finalité. Il te permet de réaliser tes projets et de vivre à la hauteur de tes ambitions. Tu as le droit d'être rémunérée justement et de trouver des solutions pour gagner

plus d'argent.