

*Maman Bosse*

## Transcription complète de l'épisode



[Maman Bosse](#) - un podcast créé par Marie Pommier

(INTRODUCTION - MARIE)

Bienvenue sur Maman Bosse, le premier podcast collectif qui traite du sujet carrière et maternité. Je m'appelle Marie et j'ai créé ce podcast pour permettre à chacune de conjuguer à sa façon carrière et maternité.

Aujourd'hui je vous retrouve pour un épisode réponse d'experte consacré à l'argent. Au fil des entretiens et des rencontres que je réalise à travers ce podcast, j'ai pris conscience de l'importance de l'argent et des questions financières dans nos vies, les choix que l'on peut faire en tant que mère ou dans notre carrière.

Je suis donc ravie de vous proposer une série de 3 chroniques sur le sujet, animée par une experte que vous connaissez déjà, Marjorie Llombart qui a déjà animé 3 épisodes dans la saison 2.

Marjorie a créé une méthode d'accompagnement pour aider les femmes en quête de sens à trouver leur voie professionnelle. Avec son équipe, elle propose des coachings, des formations et des bilans de compétences.

Sa mission est d'**Aider les femmes** à développer une activité alignée avec leur personnalité et prospère financièrement.

Dans ce premier épisode elle pose les bases de la relation personnelle voire intime que nous entretenons avec l'argent et puisque les réponses d'expertes sont des outils pour vous accompagner dans votre vie professionnelle, vous trouverez à la fin de cet épisode un exercice d'auto-diagnostic.

Je laisse la parole à Marjorie, bonne écoute !

(MARJORIE LLOMBART)

Argent, oseille, fric, blé, thune, pognon... ça vous fait quoi quand vous entendez ces mots ?

Sujet tabou s'il en est, il est temps d'en parler ouvertement pour vous aider à mieux comprendre son fonctionnement. Pour savoir comment en faire un allié au service de vos projets professionnels.

Dans ce premier épisode de la série consacrée à l'argent, on va poser quelques bases à partir desquelles vous pourrez établir votre diagnostic en la matière.

C'est parti !

Commençons par un chiffre :

22%.

Le salaire des femmes reste inférieur en moyenne de 22% à celui des hommes selon une étude de l'INSEE en parue en 2022.

Il y a des raisons structurelles, liées à l'entreprise, mais aussi liées au fait que le travail a été créé par les hommes pour les hommes. Sur le plan sociologique, nous avons été éduquées comme des petites filles polies et bien élevées qui sont récompensées au mérite et qui ne doivent rien demander. C'est le syndrôme de la bonne élève.

Certaines lois comme celles de l'égalité salariale dans les grandes entreprises visent à faire évoluer ça mais on sait que le changement des institutions est lent.

En matière d'argent, je crois beaucoup au pouvoir du changement individuel. Si vous comprenez comment fonctionne l'argent, vous avez les cartes en mains pour jouer la partie à votre avantage. Il faut plus rapidement faire évoluer votre propre relation à l'argent.

Savoir, c'est pouvoir.

Vous avez le droit de négocier votre salaire lors d'un entretien d'embauche, de demander une augmentation ou d'adopter des tarifs à votre juste valeur.

Oui ce n'est pas habituel. Oui ça peut être inconfortable. Mais c'est ce qui vous permettra de vivre à la hauteur de votre potentiel.

Dans mon travail au quotidien avec mes coachées, j'observe que la plupart des femmes rencontrent des difficultés dans leur relation avec l'argent. Elles veulent plus d'argent pour avoir un beau cadre de vie, pour faire les choses qui leur sont importantes, envoyer leurs enfants dans les meilleures écoles, profiter des vacances en famille, se faire plaisir, mais elles se retrouvent souvent bloquées sur la façon de le recevoir.

Elles sont aussi souvent mal à l'aise pour parler d'argent.

Chez les salariées, c'est la difficulté à demander une augmentation ou à négocier son salaire à l'entrée d'un poste. Sous-estimer et ne pas valoriser ses compétences dans les entretiens annuels et ne pas se positionner en cas de promotion.

C'est vrai que parler d'argent n'est pas simple :

- Il est encore tabou en France. Comme si c'était un objet indécent ou sale. Sujet chargé émotionnellement, voire explosif.
- Il y a le poids de l'éducation reçue, de l'entourage familial et culturel en lien avec l'argent
- Chacune de nous entretient des liens intimes et complexes avec l'argent.

Cette relation avec l'argent est influencée par notre histoire personnelle, par nos croyances, par nos valeurs et nos désirs.

Une des fonctions de l'argent, c'est d'évaluer la valeur marchande des objets, les services, de tout ce qui est désirable et qui peut être échangé sur un marché entre un vendeur et un acheteur.

Mais l'argent est plus qu'un simple outil d'évaluation marchande.

Comme s'il y avait qq chose de plus profond qui se joue au niveau de l'inconscient.

On y projette des tas d'idées : c'est la liberté ou la sécurité, ou bien à l'inverse, une source de conflits ou des problèmes dans le monde.

C'est notamment le résultat d'années de recherches menées par Peter Koenig dont les travaux nourrissent ma pratique de coach spécialiste de la relation à l'argent.

Il y a donc des projections inconscientes appliquées sur l'argent. Et toutes nos pensées ou émotions en lien avec l'argent ont des conséquences physiques et matérielles dans notre vie.

Par exemple, si on dit que l'argent est une monnaie d'échange, ça le devient effectivement parce qu'on en a décidé ainsi. Si on est conscient, l'argent devient alors un outil. Mais à partir du moment où on projette une croyance de façon inconsciente sur l'argent, on cesse d'être libre, ça renverse notre relation avec l'argent et on devient son esclave. Il cesse d'être un outil !

On a donc toutes une façon de voir l'argent qui conditionne nos comportements, et notre capacité à développer notre réalité financière.

Heureusement, aucune fatalité en matière d'argent !

Il est tout à fait possible d'analyser vos croyances et de prendre du recul. Il est même possible de les changer pour adopter une nouvelle attitude plus en phase avec vos objectifs et vos désirs.

Pour que l'argent soit au service de vos projets professionnels, il y a besoin de pacifier votre relation à l'argent.

Car si vous avez l'impression que l'argent c'est mal ou que vous risquez de passer pour une personne intéressée, vous comprenez qu'il sera difficile d'obtenir la fameuse augmentation rêvée !

Alors, à quoi ressemblerait une relation équilibrée et saine à l'argent ?

La capacité à vous procurer l'argent

La capacité à l'utiliser

La capacité à le gérer

Le fait de donner à l'argent une juste place dans votre vie par exemple :

- Le regarder comme un moyen, non comme une fin
- Ne pas le diaboliser, avoir de lui une représentation réaliste et neutre
- Faire normalement confiance en l'avenir et à vos capacités de rebondir quelle

que soit la situation

Dit autrement, pacifier votre relation à l'argent, c'est (re)trouver de la sérénité afin que vos actions soient posées au service de vos objectifs et de la collectivité.

Un autre point qui me semble intéressant de vous proposer est de considérer qu'il est possible de gagner de l'argent en ayant du plaisir.

Cela va à contre-courant des croyances habituelles. notamment celle du « il faut travailler dur pour réussir », « no pain no gain ».

Et pour certaines personnes le plaisir à exercer leur métier est tel qu'elles ont du mal à demander de l'argent en contrepartie. C'est la croyance collective que l'argent se mérite par la souffrance.

Je crois fermement à l'importance d'un monde du travail où chaque personne est à sa juste place ou, a minima, a un intérêt pour son poste. Je crois fermement que le monde s'en portera bien mieux.

Il me semble que c'était Pierre Rabhi qui disait que « Le chemin de la liberté passe par la libération de ses peurs »

Beaucoup de salariées n'en peuvent plus de leur travail et se sentent emprisonnées dans un job qui est devenu une cage dorée. Quand je leur pose la question, j'entends dire : « je n'ai pas le choix ». Les peurs liées à l'argent expliquent souvent cet immobilisme. Je ne nie pas la réalité du contexte mais j'interroge l'intensité de la peur qui fait parfois oublier l'intelligence et les ressources de la personne à réussir un changement de poste.

Ces peurs empêchent de constater qu'elles se sont enfermées dans cette prison et que la clé se trouve à l'intérieur. C'est elles qui détiennent la clé.

Alors les rêves sont mis de côté et elles attendent en silence.

Bien sûr en tant que coach, mon rôle est d'accompagner à prendre du recul pour refaire un choix conscient de rester ou de se mettre en mouvement. De changer d'attitude pour faire de l'argent un allié au service d'une vie professionnelle et personnelle plus épanouissante.

C'est une démarche courageuse que vous pouvez vous aussi faire.

Pour faire un premier pas, je vous propose un exercice pour analyser votre relation à l'argent :

1 e étape : Prenez une feuille et faites la liste de l'ensemble des personnes qui vous ont éduqué(e) : vos parents, vos grands-parents, des éducateurs...

2 e étape : Pour chaque personne répondez aux questions suivantes :

- Est-ce qu'il y a eu des « histoires » avec l'argent qui ont marqué la famille ? des faillites, du chômage, des gros gains...
- Est-ce que ma famille dépensait beaucoup d'argent ?
  - Si oui, s'est-elle déjà retrouvée dans des situations compliquées ?
  - Si non, se privait-elle ?
- Est-ce que j'entendais mes parents en parler ouvertement devant moi enfant ? Et quelles émotions ai-je ressenti ?

3 e étape : Et vous dans tout ça...

Maintenant que vous avez dressé "l'état des lieux" de votre héritage financier émotionnel, il est temps de se concentrer sur vous.

- Quels souvenirs gardez-vous de votre rapport à l'argent ?
- Quel regard portez-vous sur la relation à l'argent de votre famille ?
- Que représente l'argent pour vous ?
- Que souhaiteriez-vous garder du rapport à l'argent de votre famille ?
- Que souhaiteriez-vous au contraire ne pas reproduire dans votre couple /famille ?

A vous de jouer maintenant. Faites l'état des lieux de votre relation à l'argent et on se retrouve bientôt pour les prochains épisodes consacrés à l'argent !

(MARIE - CONCLUSION )

Merci à Marjorie pour cet épisode qui questionne notre relation à l'argent.

Dans les prochaines chroniques, il sera question de négociation de rémunération et du rapport à l'argent quand on est indépendant.

Si vous n'avez pas eu le temps de réaliser l'exercice lors de l'écoute de l'épisode, pas de panique. Vous retrouverez sur le blog [mamanbosse.fr](http://mamanbosse.fr) toutes les questions de l'auto-diagnostic. et n'hésitez pas à laisser un commentaire sous l'article pour me dire ce que vous avez pensé de l'épisode ou simplement où vous en êtes de vos réflexions suite à cet exercice.

Abonnez-vous à Maman Bosse sur votre plateforme d'écoute pour ne surtout pas les rater et profitez en pour laisser une note ou un commentaire. C'est un excellent moyen de nous aider à faire connaître le podcast.

Je vous dis à très vite pour un nouvel épisode et d'ici là... Maman Bose