

Livre

**Auteur(s)** : Auderset, Marie-José (1957-...) (Auteur) ;Azam, Jacques (1961-...) (Illustrateur)

**Titre(s)** : Etre moi, mode d'emploi / Marie-José Auderset ; illustrations Jacques Azam.

**Editeur(s)** : Paris : De La Martinière Jeunesse, 2014.

**Collection(s)** : (Plus d'oxygène).

**Autres** : 1 vol. (109 p.) . illustrations en couleur . 19 x 14 cm

**Résumé** : Difficulté à prendre la parole en public, impression de nullité, sentiment de ne pas être à la hauteur, le manque de confiance en soi est très répandu chez les préadolescents. L'ouvrage s'attache à en analyser les causes et prodigue des conseils pour aller vers une acceptation et une valorisation de soi.

**Sujet(s)** : Confiance en soi \*\* Ouvrages pour la jeunesse ;Réalisation de soi \*\* Ouvrages pour la jeunesse



## Exemplaires

Espace	Localisation	Cote	Utilisation	Disponibilité	Bib. d'origine
Jeunesse	Documentaires	JD 155.5 AUD	Prêt normal	Disponible	Yffiniac