

Livre

**Auteur(s)** : André, Christophe (1956-...) (Auteur) ;Lelord, François (1953-...) (Auteur)  
**Titre(s)** : L' estime de soi : s'aimer pour mieux vivre avec les autres / Christophe André, François Lelord.  
**Editeur(s)** : Paris : O. Jacob, impr. 2008 (72-La Flèche : Impr. CPI Brodard & Taupin).  
**Collection(s)** : (Odile Jacob poches, ISSN 1621-0654 ; 213).  
**Autres** : 1 vol. (296 p.) . ill., couv. ill. en coul. . 18 cm  
**Résumé** : S'aimer soi-même, avoir confiance en soi, croire en soi, représentent une dimension fondamentale de la personnalité. Bien des difficultés psychologiques rencontrées dans la vie quotidienne, comme l'incapacité de communiquer, de se sentir bien dans sa peau, peuvent être expliquées par l'estime de soi. Des conseils pratiques et des tests.  
**Notes** : En appendice, résultats des questionnaires.  
**Sujet(s)** : Estime de soi ;Confiance en soi



## Exemplaires

| Espace  | Localisation  | Cote        | Utilisation | Disponibilité | Bib. d'origine |
|---------|---------------|-------------|-------------|---------------|----------------|
| Adultes | Documentaires | 155.2-AND   | Prêt normal | Disponible    | Saint-Julien   |
| Adultes | Documentaires | 155.2-*AND* | Prêt normal | Disponible    | Plaintel       |