



Livre

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

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

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

Collection(s) : (Plus d'oxygène).

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.

Notes : Précédemment paru sous le titre : La confiance en soi, ça se cultive. - A partir de 11 ans.

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

Indice(s) : J155.5



Exemplaires

Cote	Support	Section	Localisation	Situation	Date retour	Titre	N° partie	Titre partie
J 155.5	Livre	Jeunesse	Documentaire	En rayon		Etre moi, mode d'emploi		