



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, 1999.

**Résumé** : Lorsqu'on ne s'estime pas, on est rarement heureux. On doute de soi, on ne fait pas toujours les bons choix, on se sent vulnérable dans l'adversité. Pour autant, rien n'est irrémédiable. Ce livre vous permet d'établir votre bilan personnel. Il propose des solutions concrètes pour vous aider à vivre en meilleure harmonie avec vous-même... et avec les autres.

**Sujet(s)** : Acceptation de soi

**Indice(s)** : 158.1



Exemplaires

Support	Cote	Section	Situation	Localisation	Date retour
Livre	158.1 AND	Adulte	En rayon	Salle Alexandre Borrot	

---