



**Auteur(s)** : André, Christophe (Auteur)

**Titre(s)** : S'estimer et s'oublier / Christophe André.

**Editeur(s)** : Paris : O. Jacob, 2024.

**Résumé** : L'estime de soi, c'est comment on se voit, comment on se juge, mais aussi et surtout, comment on se traite. Voici donc la suite de ces aventures de l'estime de soi : je voudrais y montrer comment l'estime de soi doit devenir une sorte de respiration de notre esprit. Une respiration, c'est-à-dire une dimension spontanée, naturelle, vivifiante.

**Indice(s)** : 155.2



Livre

## Exemplaires

Support	Espace	Localisation	Cote	Situation	Utilisation	Retour prévu le
Livre	Documentaire	Doc ado-adulte	155.2 AND	Prêté	prêt normal	26/11/2024