



Livre

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

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

Editeur(s) : Paris : La Martinière jeunesse, impr. 2014 (impr. en Italie).

Collection(s) : (Plus d'oxygène).

Résumé : 20 après oxygène, New oxy ! Une nouvelle façon d'aborder les questions qui tracassent les 11-15 ans. Difficulté à prendre la parole en public, sentiment de ne pas être à la hauteur... Le manque de confiance en soi est très répandu chez les adolescents. Cette mauvaise estime de soi trouve très souvent ses racines dans l'environnement familial de l'enfant. Et des parents manquant de confiance en eux peuvent transmettre à leurs enfants un comportement craintif. Mais le manque de confiance n'est pas une fatalité. Il existe des moyens concrets et pratiques pour apprendre à s'aimer davantage. En sachant reconnaître ses points forts et ses points faibles et en s'acceptant tel que l'on est, on peut retrouver une bonne estime de soi. Dans ce livre, Marie-Josée Auderset nous livre une analyse fouillée des raisons du manque de confiance en soi et propose des conseils pratiques et concrets aux ados qui en souffrent pour parvenir à en sortir. Marie-José Auderset a longtemps été journaliste spécialiste des sujets de société à la Radio Suisse Romande. Aujourd'hui elle se consacre principalement à l'écriture d'ouvrages de débat. Jacques Azam est né en 1961 à Carmaux dans le Tarn. Il dessine principalement pour la presse et l'édition jeunesse. Autodidacte, il a commencé par faire des dessins de presse adulte. Puis il s'est orienté vers la jeunesse, pour la presse et l'édition. Ses ouvrages sont publiés chez Bayard, Albin Michel. Aux éditions de La Martinière Jeunesse, il a entre autre, déjà illustré Je suis gaucher, et alors ?, 140 expressions..

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

Indice(s) : 155.2



Exemplaires

Code-barres	Support	Public	Cote	Situation	Nbre de réservations
5175180064	Livre	Jeunesse	JD 155.2 AUD	Disponible	0
5187410064	Livre	Jeunesse	JD 155.2 AUD	Disponible	0
*5821170064	Livre	Jeunesse	JD 155.2 AUD	Sorti	0