

Renforcer son estime de soi

Titre(s) : Renforcer son estime de soi [[périodique]] / Hélène Fresnel

Ensemble : Psychologies 453

Autre(s) auteur(s) : Fresnel, Hélène

Autre(s) responsabilité(s) : Treglia, Marie-Claude
Aimelet, Aurore

Editeur, producteur : 01/01/24

Description matérielle : pp.34-50

ISSN : 0032-1583

Note(s) : Dossier de 4 articles.

Note sur la description matérielle : 16

Résumé ou extrait : Alors que paraît son troisième opus sur cette notion, Christophe André, compagnon de longue date de "Psychologies", a accepté de nous guider une nouvelle fois dans cette quête. Qu'est-ce que l'estime de soi en 2024 ? Est-elle acquise pour toujours ? Comment la faire grandir ? Explications et conseils à découvrir dans notre dossier, afin d'être, pour soi-même, le meilleur ami possible. Sommaire. Christophe André : "L'estime de soi est un moyen inconscient pour lutter contre ses fragilités". Et vous, où en êtes-vous ?, test. Comment l'estime vient à soi. Nourrir son estime de soi, la réparer.

Sujet - Nom de personne : André, Christophe (1956-....)

Sujet - Nom commun : Estime de soi

Confiance en soi

Identité