

# Bibliographie - Parents et professionnels

## Estime de soi

### ☒ Comment développer l'estime de nous, pour une famille heureuse

L'estime de nous permet de trouver un équilibre entre dévouement et individualisme, la nécessité de remettre à l'avant et de soigner les relations au sein de la cellule familiale.

Hélène Renaud et Michel Bergeron, éditions Québecor, 2010

### ☒ Favoriser l'estime de soi des 0-6 ans

Offre des conseils aux parents afin d'aider leurs jeunes enfants à développer une bonne estime de soi.

Danielle Laporte, éditions Sainte-Justine, 2002

### ☒ L'estime de soi des 6-12 ans

Cet ouvrage propose aux parents des outils afin de mieux connaître leurs enfants, à reconnaître leurs forces, à les aider à s'intégrer en groupe et à vivre des succès.

Danielle Laporte, éditions Sainte-Justine, 2002

### ☒ L'estime de soi un passeport pour la vie 3<sup>e</sup> éd.

Les quatre composantes de l'estime de soi chez les enfants : le sentiment de confiance, la connaissance de soi, le sentiment d'appartenance et le sentiment de compétence.

Germain Duclos, Éditions CHU Sainte-Justine, 2018

### ☒ L'estime de soi des adolescents

Destiné aux parents afin qu'ils puissent aider leurs adolescents dans leur quête d'identité. Comment faire vivre un sentiment de confiance à son ado? Comment l'aider à se connaître? Comment lui apprendre à coopérer? Comment le guider dans la découverte des stratégies menant au succès?

Germain Duclos, Danielle Laporte et Jacques Rosse, éditions CHU Sainte-Justine, 2002