

# Vers une juste estime de soi

Anne-Marie Haumonté

**L'estime de soi** est un besoin fondamental et universellement reconnu. Mais n'avons-nous pas entendu qu'il fallait s'oublier pour éviter tout narcissisme ? Saint Paul, quant à lui, nous invite dans l'épître aux Romains (12, 3) à garder une « sage estime » de soi. Serait-il alors nécessaire pour mieux faire fructifier les talents reçus, de commencer par se trouver soi-même avant de s'oublier ?

**La juste estime de soi** contribue au fait de **s'accepter en vérité**. Elle rend heureux, confiant et capable de se donner sans sentiment de frustration. En un mot, elle permet de trouver sa place dans la société et dans l'Église.

À travers ce livre, le lecteur est guidé dans un **cheminement intérieur**, à la lumière de la **Parole de Dieu** et des **sciences humaines**, pour acquérir cette juste estime de soi. La mise en oeuvre de bonnes stratégies l'aideront à progresser et à réussir.



La petite  
Info'

Anne-Marie est praticienne **Vittoz**, membre de **Mcads** et de la **Fédération Française de Psychothérapie et de Psychanalyse**

L'auteur



Epouse et mère de cinq enfants, **Anne-Marie Haumonté** est membre de la Communauté des Béatitudes depuis 1976. Elle y a exercé un ministère d'accompagnement et de prédication de retraites.

Anne-Marie Haumonté

VERS UNE JUSTE  
*estime de soi*



EdB

Retrouver une juste es-  
time de soi pour vivre en  
être libre et porter du fruit

ISBN : 979-10-306-0299-9

Prix de vente : 15 €  
Date de parution : Janvier 2020  
Format : 135 x 210 mm  
Pages : 208 pages  
Ref EdB : EDB 0437  
Code CLIL : 3831



9 791030 602999