

# SOMMAIRE

INTRODUCTION : DE BONNES RAISONS DE PARLER DES HORMONES ET D'AUTRES POUR LESQUELLES NOUS NOUS ABSTENONS .....	9
Pourquoi les hormones sexuelles nous semblent suspectes .....	19
Voici donc un livre sur les hormones.....	23
1. RETOUR AUX FONDAMENTAUX .....	25
Que fabriquent réellement nos hormones toute la journée ? .....	25
Mon libre arbitre, mes hormones et moi .....	52
Troubles hormonaux, les grains de sable .....	63
Danse avec les hormones .....	75
2. CE NE SONT PAS MES HORMONES, C'EST MOI....	79
2.1. LES HORMONES EN ACTION.....	79
Préambule : les réseaux neuronaux .....	81
Le réseau de saillance : département désir.....	85
Le réseau de saillance : département peur et panique.....	99
Fight or flight – oser l'attaque frontale .....	130
Testostérone et œstrogène : s'opposent-ils vraiment ? .....	144

Tend and befriend .....	158	
Quand le tissu social nous sécurise .....	182	
2.2. LES HORMONES BÂTISSEUSES .....		197
Trouve-t-on des hormones roses et bleu clair ? .....	197	
Le genre : une commode à plusieurs dimensions ....	199	
Le sexe a-t-il quelque chose à voir		
avec le cerveau ? .....	226	
Le développement dans la petite enfance.....	238	
Stress et résilience .....	249	
2.3. LES HORMONES AU FIL DU TEMPS .....		271
Vingt-quatre heures de la vie d'une hormone.....	272	
Une année avec les hormones.....	292	
Un temps pour l'accouplement ? .....	302	
L'ovulation vous salue bien.....	310	
Les hormones deviennent parents.....	324	
Et les pères dans tout ça ?.....	344	
Une vie d'hormone.....	360	
3. CE QUE NOUS BRICOLONS		
AVEC LES HORMONES .....	375	
Les hormones en livraison express.....	378	
Une hormone dans un verre d'eau.....	388	
Le monde merveilleux		
de la médecine reproductive .....	403	
Le problème du sexe standard .....	433	
À RETENIR .....	443	
NOTES BIBLIOGRAPHIQUES.....	451	
REMERCIEMENTS.....	507	