

Table

<i>Introduction.</i> Les femmes n'ont pas le droit d'être égoïstes	9
---	---

PREMIÈRE PARTIE

Le piège de l'amour

1. Le soin et le souci des autres, c'est toujours pour les femmes	17
2. L'amour : une option pour les hommes, un devoir pour les femmes.....	19
3. L'amour ne paie pas	23
4. Cantonnées aux seconds rôles.....	27
5. <i>Love addicts</i>	31
6. Les diktats de la féminité	35
7. Servir de marchepied à un homme	39
8. S'effacer pour être aimables, donc aimées.....	43
9. Le couple, une mauvaise affaire.....	47
10. Domestiquée par l'amour : la <i>merdeuf</i>	51
11. L'image d'Épinal de la maternité.....	55
12. La bonniche de ses enfants	59
13. Porter la lourdeur du quotidien.....	63
14. La famille appauvrit les femmes	67

DEUXIÈME PARTIE

Éléments d'ego-thérapie

1. Être libre, c'est penser d'abord à soi	75
2. Mon long chemin vers l'égoïsme.....	79
3. Ayez un lieu à vous, vraiment à vous.....	83
4. Détournez-vous des métiers où l'on s'occupe des autres.....	89
5. Prenez la parole et ne la perdez pas	93
6. Aimez-vous vous-même	97
7. Esquivez le sexe obligatoire	101
8. Abordez l'amour autrement.....	105
9. Choisissez bien votre partenaire	107
10. Établissez un contrat d'union équilibré.....	111
11. Soyez radine avec les autres.....	113
12. Osez être <i>childfree</i>	117
13. Refusez d'être une « bonne mère ».....	121
14. Faites le plus possible garder vos enfants	129
15. Rebellez-vous.....	135
16. Quittez la maison.....	139
17. Laissez à d'autres le soin des vieilles mères	145
18. Refusez d'être une mamie gâteau	151
<i>Conclusion. Après nous le déluge</i>	157
Bibliographie	163