

# OBSAH

<i>Poděkování</i>	5
Úvod	7
<i>Není divu, že „to“ tolik lidí nedělá</i>	

## **První část** **Jak říkat o sexu pravdu**

1. Co lidé od sexu očekávají? A co <i>skutečně</i> chtějí?	15
2. Jsem normální? <i>Proč zaměření na „normální sex“ narušuje náš pohlavní život</i>	30
3. Co je sexuální inteligence? Proč na ní záleží?	47

## **Druhá část** **Složky sexuální inteligence**

4. Mozek <i>Informace a vědomosti</i>	63
5. Srdce <i>Emoční dovednosti</i>	86
6. Tělo <i>Poznání a pohodlí</i>	101

## Třetí část

### Implikace a aplikace

7. Uvolněte se	121
<i>Překážky bránící rozvoji sexuální inteligence</i>	
8. Nový cíl, nový přístup	140
<i>Jak si vybudovat sexuální inteligenci</i>	
9. Smiřte se s nevyhnutelným	158
<i>Zdraví a stárnutí</i>	
10. Jak dosáhnout sexu, ve kterém nemůžete zklamat (ani uspět)	179
<i>Jak sexuální inteligenci využít</i>	
Příloha 1	193
<i>Pro párové poradce, psychology a lékaře</i>	
Příloha 2	207
<i>Ruční masáž: Cvičení</i>	