

# OBSAH

<b>Hledání sebe samého</b> .....	11
<b>Fakta a pocity</b> .....	13
<b>Deset nejožehavějších otázek na téma puberta</b> .....	13
1. Puberta – musí to být? .....	13
2. Co všechno se v pubertě mění? .....	14
3. Někdy je mi tak těžko, jsem snad bačkora? .....	15
4. Proč se celé mé myšlení točí kolem dívek a sexu? .....	16
5. S mými rodiči je to stále obtížnější, je opravdu nemožné je změnit? .....	17
6. Co je u dívek v pubertě jiné? .....	18
7. Jak dojde k otěhotnění? .....	19
8. Jak se správně používá kondom? .....	20
9. Proč mi někdy tělo připadá neobratné? .....	21
10. Co mi přinese budoucnost? .....	22
<b>Osm nejpálčivějších otázek na téma láska</b> .....	25
1. Co je láska? .....	25
2. Jak se můžu stát dobrým partnerem v lásce? .....	26
3. Jak ji získám? .....	27
4. Proč mi její klábosení jde někdy na nervy? .....	29
5. Proč s láskou souvisí tolik trápení? .....	30
6. Jsem žárlivý – co s tím? .....	31
7. Sex bez lásky – existuje to vůbec? .....	32
8. Proč právě ona? .....	33

<b>Abeceda sexuality</b> .....	35
AIDS .....	35
Anabolika .....	36
Anální styk .....	36
Anorexie mentální .....	37
Antikoncepce .....	37
Bisexuálové .....	37
Dědičnost .....	38
Děloha (uterus) .....	38
Deviace (úchytky, perverze, aberace) sexuální .....	38
Ejakulace (výron semene) .....	39
Embryo (zárodek) a fetus (plod) .....	39
Erekce .....	39
Erotogenní zóny .....	40
Exhibicionismus .....	40
Feminismus .....	41
Fetišismus .....	41
Frigidita .....	42
Gender role .....	42
Harassment (sexuální obtěžování) .....	42
Homosexualita .....	42
Chromozomy .....	43
Impotence sexuální .....	43
Incest .....	43
Kastrace .....	43
Kondom (prezervativ) .....	43
Láska .....	44
Lesbismus .....	44
Linky důvěry .....	44
Manželství .....	44
Masturbace (onanie, sebeukájení) .....	45
Menarche .....	45
Menstruace (menses, perioda, měsíčky) .....	45
Mužský šovinismus .....	46
Necking .....	46
Obřízka .....	46
Očkování .....	46
Oplození vajíčka a vývoj plodu .....	47
Orgasmus .....	47
Ovulace .....	48
Panenská blána .....	48

Pederastie	49
Penis (pyj, pohlavní úd, mužské přirození, falus)	49
Petting	49
Pohlavní hormony	50
Pohlavní choroby	50
Pohlavní orgány (genitálie)	51
Pohlavní styk (soulož, koitus)	51
Pohlavní zneužití dětí	52
Pochva (vagina, ženské přirození)	52
Poluce (samovolný výron spermatu, vlhké sny)	52
Pornografie	53
Porod	53
Poštěváček (klitoris)	54
Potence	54
Potrat (interrupce)	55
Promiskuita	55
Prostituce (komerční sex)	55
Prsy, ňadra	56
První pohlavní styk (koitální debut)	56
Puberta, pohlavní zralost	57
Rande	57
Sex appeal (čti sexepíl)	57
Sex bezpečný	57
Sex na internetu	58
Sex orální (francouzská láska)	58
Sex po telefonu	58
Sex počítačový	58
Sex skupinový	59
Sex tantrický	59
Sexismus	59
Sexuální poruchy	59
Sexuální revoluce	59
Sperma (ejakulát, semeno)	59
Spermie	60
Sprosté řečičky	60
Syndrom alkoholového poklesu	60
Šikana	61
Těhotenství (gravidita, jiný stav)	61
Těhotenství mimoděložní	61
Technizace sexu	62
Testosteron	62

Vaječníky .....	62
Varlata .....	63
Vulva (zevní ženské pohlavní ústrojí, lůno) .....	64
Výtok z pochvy .....	64
Znásilnění .....	64
Žalud, předkožka .....	64
Žárlivost partnerská .....	64
<b>Rozhovory .....</b>	<b>65</b>
Co se chtějí chlapi dozvědět od dívek .....	65
Proč vás tak baví, když nás nejdříve poblázníte a pak nám dáte košem? .....	65
Co máme dělat, když vás chceme získat? .....	65
Co vám u kluků vadí? .....	66
Co vlastně chcete – držet se za ruce, nebo sexuální zážitky? ..	66
Proč používáte sex nebo lásku jako donucovací prostředek? ..	66
Víte vůbec, jak moc nás přitahuje sexy oblečení? .....	67
Proč některé z vás „letí“ na starší muže? .....	67
Co vás tak přitahuje na moci a penězích? .....	67
Proč dívky nedokážou zachovat tajemství? .....	68
Proč dívky chodí na záchod vždycky ve dvou? .....	68
Co máme dělat, když s námi přestanete mluvit, a my nevíme proč? .....	68
<b>Dvacet čtyři otázek na téma sexu .....</b>	<b>69</b>
Můžu dostat AIDS líbáním? .....	69
Proč mám varlata někdy tak promodralá? .....	69
Stupňují drogy milování? .....	69
Jsem normální, když jsem citlivý na to, sahá-li mi někdo na zadek? .....	70
Existuje hodně frigidních dívek? .....	70
Mohou být muži frigidní? .....	70
Může se pochva častým milováním opotřebovat? .....	70
Může dívka otěhotnět během menstruace? .....	71
Může dívka otěhotnět i při pettingu? .....	71
Podle čeho se dá rozpoznat pohlavní choroba? .....	71
Co znamená ranní erekce? .....	72
Co jsou to noční poluce? .....	72
V jaké poloze dojde zaručeně k orgasmu? .....	72
Může se pochva nadměrně zvlhčit? .....	72
Co je vulva a co Venušin pahorek? .....	73

Co znamená cunnilingus? .....	73
Mohou se dívky uspokojovat i samy? .....	73
Co je bod G? .....	73
Je obřezaný muž lepším milencem? .....	74
Proč se o mužích říká, že vždycky po milování usnou? .....	74
Co se stane, když partnerka spolkně mužovo sperma? .....	74
Co znamená „poloha 69“? .....	75
Existují nějaké nové ochranné metody pro muže? .....	75
<b>Malý lexikon ochranných prostředků .....</b>	<b>77</b>
Přirozená ochrana .....	77
Přerušovaná soulož .....	77
Kondom (prezervativ) .....	78
Antikoncepční minipilulky .....	78
Antikoncepční pilulky .....	78
Nitroděložní tělísko (spirála) .....	79
Pesar (diafragma) .....	79
Ženský kondom (femidom) .....	79
Spermicidy .....	79
Postkoitální antikoncepce .....	80
Sterilizace .....	80
<b>Rozdíly mezi muži a ženami .....</b>	<b>81</b>
Co muže a ženy spojuje .....	91
Typy chlapců, na které dívky nejvíc letí .....	91
Co muže stresuje .....	92
Sex .....	93
Co se děje při líbání? .....	94
Desatero pro dokonalý polibek .....	95
Čtyři tradiční předsudky chlapců vůči dívkám .....	96
Deset důvodů, proč dívky milují chlapce .....	98
Kdy a čím jdou chlapci dívkám na nervy .....	99
Kdy a čím jdou dívky chlapcům na nervy .....	100
Deset otázek, které chlapci neradi slyší .....	101
Dvacet největších mužských chyb .....	102
Tělo .....	102
Duše .....	103
Kondice .....	104

Strava .....	105
Deset smrtelných hříchů při namlouvání .....	106
Jak uspět při namlouvání .....	107
Deset ohavných důvodů k nevěře .....	108
Deset vzrušujících důvodů, proč se zajímat právě o ni .....	109
Ten nejušlechtlejší důvod, proč nezačít se sexem .....	109
Pět rad proti splínu .....	110
Erotika v Evropě .....	112
Německo .....	112
Anglie .....	112
Francie .....	113
Itálie .....	113
Španělsko .....	113
Portugalsko .....	114
Čísla kolem sexu v České republice .....	115
<b>Testy</b> .....	117
Test 1 – Jak zacházíš s penězi? .....	117
Test 2 – Má tvé namlouvání šanci? .....	123
Test 3 – Jsi pro své okolí přítěží? .....	125
Test 4 – Jsi připraven na partnerský vztah? .....	128
Dobrý start .....	133
Na závěr .....	135
<b>Kontakty, které by ti mohly pomoci</b> .....	137
Linky důvěry a bezpečí .....	137
Pomoc pro ohrožené AIDS .....	139