

# OBSAH

To nejdůležitější na začátek 9

## TV

### POD POKLOPCEM 13

Prohlédni si svůj penis 13

Trochu jiná kůže 14

Šourek v pohybu 15

Směsice tekutin 16

Takzvaný bod P 17

Erekce bez příčiny 18

Jak se správně mýt 19

Má penis = je kluk? 20

### VZHLED 21

Model a superhrdina 22

Dost hezký na sex 22

### VELIKOST PENISU 24

Příliš malý na soulož 24

Velikost na centimetry 25

Pilulky a operace 26

### CHUŤ NA SEX 27

Není proč se stydět 27

Nemám chuť na sex 28

### SÓLO SEX 30

Bez vedlejších účinků 30

Několik způsobů masturbace 31

Když tě to přestane bavit 35

### PORNO 36

Mnoho podob porna 37

Svět plný kliše 38

Porno není škola sexu 39

Za porno se stydíme 40

Pomoc, jsem závislák! 41

### MUŽSKÁ ROLE 44

Součást kultury 45

Kluci se omezují navzájem 46

Brání nám v růstu 47

Mocenská hierarchie 48

## HOLKY

### TĚLO 51

Mezi nohama 52

Ženská ejakulace 54

Kluci a holky se zas tak neliší 55

### IDEÁL 57

Neviditelné ženské pohlaví 58

### SEXUALITA 60

Holky masturbují 61

Jak si to holky dělají 61

### ŽÁDNÁ KREV PŘI SOULOŽI 63

Nemusí to bolet 64

Není vidět, jestli už měla sex 65

### MENSTRUACE 66

Postrach jménem menstruace 66

## LÁSKA

### ZAMILOVANOST 69

Platonická láska 70

Touha po lásce 71

Láska ve skutečnosti 71

### FLIRTOVÁNÍ 73

Odvaha navázat kontakt 74

Jak začít rozhovor 74

Dát najevo zájem 75

Vliv alkoholu 75

Vzájemné poznávání 76

Seznamování přes sociální síť 77

Líbí se mu kluci? 79

Karty na stůl 80

Odmítnutí 80

### LÍBÁNÍ 82

Polibek 83

<b>HODNÍ KLUCI</b>	<b>85</b>	Ukecávání k sexu	136
Abys byl vidět	86	Ukecávání k sexu ve vztahu	137
<b>CHOZENÍ</b>	<b>87</b>	Nastav si hranice	137
Mluvit spolu	87		
Všichni se občas hádají	89		
Nikdo nikoho nevlastní	90		
Nikdo nikomu nedluží sex	91		
Rovnost	91		
City jako na houpačce	92		
<b>ROZCHOD</b>	<b>94</b>		
Dej průchod emocím	95		
Snaha neublížit	96		
Udělej to nejlíp, jak to jde	97		
<b>RESPEKT</b>			
<b>RESPEKTUJ</b>	<b>101</b>		
<b>KLUCI V PARTĚ</b>	<b>103</b>		
Pravidlo respektu #1	104		
<b>OSAHÁVÁNÍ</b>	<b>106</b>		
Pravidlo respektu #2	107		
<b>JAKO DĚVKA</b>	<b>108</b>		
Pravidlo respektu #3	109		
<b>ČEST</b>	<b>111</b>		
Pravidlo respektu #4	112		
<b>PROSTOR</b>	<b>114</b>		
Pravidlo respektu #5	115		
<b>PRÁCE</b>	<b>116</b>		
Pravidlo respektu #6	117		
<b>ZÁKLADNÍ LEKCE SEXU</b>			
<b>ZOBRAZOVÁNÍ SEXU</b>	<b>119</b>		
<b>MAZLENÍ</b>	<b>121</b>		
Sundání podprsenky	121		
<b>POPRVÉ</b>	<b>125</b>		
Nestresuj se	126		
Mnohokrát poprvé	128		
<b>ZTRÁTA EREKCE</b>	<b>131</b>		
<b>ANO A NE</b>	<b>133</b>		
Negativní signály	133		
Žádné výjimky	135		
		<b>HETERO, NEBO HOMO?</b>	
		<b>KDO SE MI LÍBÍ</b>	<b>141</b>
		Nemusíš to vědět	141
		Přirozená sexualita	142
		Očekávání druhých	144
		Hlavně to neukazovat	145
		Strach z jinakosti	146
		Homofobie se dá léčit	147
		<b>KDYŽ JE ČLOVĚK HETERO</b>	<b>149</b>
		<b>KDYŽ JE ČL. GAY NEBO BI</b>	<b>150</b>
		Čelit homofobii	151
		Poznávej ostatní	152
		Setkávání přes gay aplikace	153
		Vyoutovat se, nebo ne?	155
		<b>HOLKY A SEX</b>	
		<b>JAK SE TO DĚLÁ</b>	
		<b>S HOLKAMI?</b>	<b>159</b>
		Hlazení rukama	160
		Několik dalších způsobů,	
		jak to dělat rukou	162
		Pusou a jazykem	163
		Třít se o sebe	164
		<b>SOULOŽ</b>	<b>165</b>
		Soulož v různých pozicích	165
		Ze začátku nespěchej	168
		Předčasné vyvrcholení	169
		Když holka nemá orgasmus	170
		<b>JSTE NA TO DVA</b>	<b>172</b>
		Rovnost při sexu	173
		<b>KLUCI A SEX</b>	
		<b>PROZKOUMÁVÁNÍ</b>	<b>175</b>
		Ne všem se líbí totéž	175
		A co pusou?	177
		Tření	177

Aktivní nebo pasivní	179
Neudělat se	179

## **DALŠÍ PODOBY SEXU**

<b>SEXTING</b>	<b>183</b>
Posílání nahých fotografií	184
Vhodná chvíle pro „dickpic“	185
<b>NATÁČENÍ DOMÁCÍHO</b>	
<b>PORNA</b>	<b>187</b>
<b>ANÁLNÍ SEX</b>	<b>189</b>
Rukou nebo pusou	190
Anální soulož	191
Aby to klaplo	192
<b>MLUVIT O SEXU</b>	<b>194</b>
V zajetých kolejích	195

## **SPOKOJENOST**

<b>POCITY</b>	<b>199</b>
Stud a vina	200
Proti intuici	201
Sex pod nátlakem	202
S kým si promluvit	203
<b>BEZPEČNĚJŠÍ SEX</b>	<b>205</b>
Rozhodnout se	205
Jak fungují pohlavní nemoci?	206
Pár tipů na bezpečnější sex	207
HIV a chlamydie	208
Těžko na cvičišti, lehko na bojišti	210
Nech se testovat	213
<b>TĚHOTENSTVÍ</b>	<b>214</b>
Potrat	215
Antikoncepce	216
Zodpovědnost	216
Užitečné odkazy	218