

Jde o tohle:

Procitání

9

Úvod

Já

11

Co se to se mnou v pubertě děje?
Proč je najednou všechno úplně jiné?
Proč je mi někdy do breku?
Kdo vlastně jsem?
Proč jsem na válečné noze se svým tělem?
Co mám dělat, aby ze mne byl správný muž?
Musím být jako chlapec opravdu pořád odvážný?
Co mám dělat, když myslím, že už nemůžu dál?
Jak poznám, jestli mají lidé kolem mne problémy?
Co ze mne bude?

Ostatní

31

Proč se teď rodiče chovají někdy tak hloupě?
Proč se chtějí rodiče rozejít?
Proč nemají rodiče rádi mé kamarády?
Proč si dospělí myslí, že mají vždycky pravdu?
S kamarády se cítím silný,
 proč si o samotě připadám jako nula?
Jak přiměju matku, aby mě pořád nevodila za ručičku?
Rád bych se víc bavil s otcem, proč je pořád pryč?
Čistě mužsky
Jak to, že najednou přestanu být dítě?
Jak poznám, že se vyvíjím správně?
Jak poznám, že jsem již v pubertě?
Proč mám najednou tak komický hlas?
Kdy se začnu holit?
Co je to za skvrny v mé posteli?
Budu mít dost velký penis?
Jak se tvoří semeno?
Jakou roli hraje testosteron?
Jak to, že se pohlavní úd ztopoří?

K čemu je předkožka?
Proč mám úd zahnutý?
Tvoří se mi malá prsa – je se mnou něco v nepořádku?
Co je u dívek v pubertě jinak?

Láska

69

Co je to vlastně láska?
Je nemужné horovat pro lásku?
Proč jsem se ještě nikdy pořádně nezamiloval?
Proč právě tahle?
Co mám udělat, aby po mně holky letěly?
Proč je pro dívku často tak důležité,
jestli muž něco má nebo něčím je?
Proč mi jde dívčí štěbetání často na nervy?
Opustila mě, jak se s tím vyrovnám?
Jak se vypořádám s žárlivostí?
Jak se jí mám zbavit, abych jí neublížil?
Patří láska a sex dohromady?

Sex

88

Kdy spolu můžeme spát?
o se stane při prvním milování?
Co se prožívá při orgazmu?
Proč myslím celý den na sex?
Proč mám tak bujnou fantazii?
Proč mi najednou činí návrhy starší ženy?
Proč se dívky upejpají,
když si s nimi chceme (hned) vlézt do postele?
Proč jsem vždycky hotový tak brzy?
Jak to, že můj penis někdy nedělá, co chci?
Jsem dobrý milenec?
Smím jít za prostitutkou?
Co je perverzní?
Jak přiměji svou přítelkyni, aby splnila má přání?
Je škodlivé často se ukájet?
Něžnost je pro mě důležitější než sex – je to normální?
Nezajímám se o děvčata, co mám dělat?
Proč se lidé děsí štavnatých sexuálních výrazů?
Jak to udělat, abych se už teď nestal otcem?

Jak se správně používá kondom?
Jaké jsou další ochranné prostředky?
Proč neexistují lepší antikoncepční prostředky?
Moje přítelkyně říká, že je těhotná. Co musím udělat?
Co se odehrává při těhotenství?
Jak se mohu při sexu chránit před chorobou AIDS?
Mám od ní požadovat test na AIDS?
Jak se ochráním před pohlavními nemocemi?
Byl jsem zneužit, kde najdu pomoc?

Cestou

154

Proč mě najednou nebaví chodit do školy?
Proč mě škola tak unavuje?
Jak to, že jsme ve škole tak často ohrožováni?
Jak se bránit násilí, a sám přitom neudeřit?
Nemám prostě odejít ze školy?
Jak získám vyšší kapesné?
Smím přijmout zaměstnání?
Jak se mohu angažovat v něčem smysluplném?

Buď fit

170

Proč mám najednou obličej plný boláčků?
Co je pravdy na řečech o zdravé výživě?
Jak si mohu srovnat zuby?
Musíme spát opravdu osm hodin?
Jsou drogy opravdu tak nebezpečné –
bere je přece každý?
Jak získám svalnaté tělo?
Není hygiena pro muže zbytečná?
Slunění už opravdu není v módě?

Po procitnutí

190

Dál

192

Kde najdu pomoc, když si sám nevím rady?