

Obsah

Poděkování	13
Úvod	15
Proč to mají muži i ženy těžké	17
Proč mají muži a ženy tolik problémů	19
Cesty po světě	21
Naučte se řeč druhého pohlaví	23
„To se snad mám stát příslušníkem opačného pohlaví?“	23
Naše vlastní zkušenosti	24
Jak darovat tuto knihu	24
Na závěr... ..	25
1. Výčitky a sekýrování	27
Když toho jeden nechce nechat	
Ženské sekýrování a vyčítání versus mužské reptání	29
Sekýrování a vyčítání v dějinách	31
Jak se cítí sekýrující a vyčítající osoba	33
Jak se cítí oběť	34
Proč ženy sekýrují a vyčítají více než muži	35
Proč sekýrování a vyčítání nikdy neúčinkuje	39
Kde dochází k nejhoršímu sekýrování a vyčítání. ...	40
Vyčítání může být voláním po uznání	42
Mateřský komplex	43
Co s vyčítáním: řekněte, co si myslíte	44

Co s vyčítáním: řekněte, jak se cítíte	46
Co s vyčítáním: metoda „já“	48
Co s vyčítáním: poskytněte muži třicet minut k „hledění do ohně“	49
Co s vyčítáním: jak přimět děti, aby dělaly to, co po nich chcete	50
Nevyčítejte – vychovávejte	51
Co s vyčítáním: Případová studie – dítě	52
Jak pochopit toho, kdo vyčítá	53
Úkol pro oběť	54
Úkol pro vyčítající	55
2. Sedm věcí, které muži dělají a ženy z nich šílí .	57
<i>1. Proč muži neustále nabízejí řešení a rady?</i>	59
Proč ženy nemají rády mužova řešení	61
Případová studie: Sarah a Andy	61
Co mohl Andy udělat lépe	63
Obchodní jednání s příslušníky opačného pohlaví .	65
Jak se vyhnout hádce s příslušníkem opačného pohlaví	66
Řešení	66
<i>2. Proč muži neustále přepínají televizní programy?</i>	67
Řešení	70
<i>3. Proč se muži nikdy nezeptají na cestu?</i>	70
Řešení	72
<i>4. Proč muži trvají na zvednutém prkénku toalety?</i>	72
Řešení	76
<i>5. Proč muži dělají tolik rozruchu okolo nakupování?</i>	76
Jak nakupovat potraviny	79
Nákup oblečení	79
Řešení	80
<i>6. Proč mají muži tak nechutné zvyky?</i>	81
Fakta o nadýmání	83
Výběr potravy	84

Řešení.	84
<i>7. Proč mají muži rádi drsné vtipy?</i>	85
Jak vtipy a humor zbavují bolesti.	88
Nebud'te pohoršení.	90
Naučené chování – viníkem je jeho matka	91
Jak převychovat muže.	92

3. Proč ženy pláčou

Nástrahy citového vydírání	95
Proč pláčeme.	96
Proč ženy pláčou víc než muži	97
Pláč a citové vydírání.	99
Případová studie: Georgina	99
Citové vydírání.	101
Případová studie: Rosemary	102
Muži a citové vydírání.	105
Případová studie: Damian	106
Obvyklé metody citového vydírání.	109
Případová studie: Julie	111
Případová studie: Stephen	112
Případová studie: Irene	114
Jak jednat s citovým vyděračem	117
Když vyděrač neví, že je vyděrač	119
Když je vydírání odsouzením k doživotí.	121

4. Přísně tajný bodovací systém,

který používají ženy	123
Muži vidí jen celek.	125
Náš experiment s Brianem a Lorraine	127
Řešení pro ženy	134
Řešení pro muže	135
Udělejte si test	136
Závěr.	136

5. Sedm největších mužských tajemství	141
1. <i>Proč muži vědí tak málo o svých přátelích?</i>	142
Řešení.	144
2. <i>Proč se muži bojí závazků?</i>	145
Případová studie: Geoff a Sally	145
Co si myslí muži	148
Řešení.	150
3. <i>Proč muži musí mít ve všem pravdu?</i>	151
Případová studie: Jackie a Dan	152
Ty mi nevěříš?	153
Řešení.	154
4. <i>Proč muže tolik fascinují „klukovské hračky“?</i>	154
Udělej si sám.	156
5. <i>Proč muži dokážou dělat vždy jen jednu věc?</i>	158
6. <i>Proč jsou muži závislí na sportu?</i>	160
Řešení.	163
7. <i>O čem se muži baví na toaletě?</i>	164
6. Ta druhá žena – jeho matka	167
Jsou tchyně opravdu saně?	168
Manželova matka – manželčino břímě	169
Všechny tchyně nejsou tak strašné.	170
Případová studie: Anita a Tom	171
Proč bývá role tchyně obtížná	172
Případová studie: Mark a Julie	173
Případová studie: Bernadette, Richard a Diana	174
Vytyčení hranic.	181
7. Jak ženy zacházejí se slovy	185
1. <i>Proč ženy tolik mluví?</i>	187
Řešení pro muže	191
Řešení pro ženy	191
2. <i>Proč chtějí ženy hovořit o problémech?</i>	191
Případová studie: Lisa, Joe a půlnoční hádka.	192
Řešení.	193

3. <i>Proč ženy přehánějí?</i>	194
Jak může žena klamat sama sebe	197
Řešení.	198
4. <i>Proč ženy nikdy nemluví k věci?</i>	199
Nepřímá řeč v zaměstnání	201
Nepřímá řeč v manželství.	203
Případová studie: Barbara a Adam	204
Řešení pro ženy	205
Řešení pro muže	205
5. <i>Proč ženy chtějí znát všechny podrobnosti?</i>	207
Ženy jsou zaměřeny na pátrání po detailech	209
Řešení.	210

8. Test ženského sex-appealu

Čím ženy přitahují muže?	211
Udělejte si test	212
Výsledky.	216

9. Co se líbí mužům

Síla ženské sexuální přitažlivosti.	219
Případová studie: Kim a Daniel	220
Teorie krásy.	222
Co odhalily vědecké výzkumy	223
Ženské tělo – co na muže působí nejvíce	224
Co muže na ženách přitahuje nejvíce	226
Lákadlo číslo jedna: sportovní postava	226
Lákadlo číslo tři: plná ňadra	227
Lákadlo číslo čtyři: dlouhé nohy	229
Lákadlo číslo pět: oblé boky a útlý pás	231
Lákadlo číslo šest: kulatý zadek	236
Lákadlo číslo deset: ploché břicho	237
Lákadlo číslo jedenáct a dvanáct: prohnutá záda a klenutý podbřišek	238
Lákadlo číslo třináct: dlouhý krk	239
Čím je přitažlivá tvář.	241

Lákadlo číslo dva: smyslná ústa	242
Lákadlo číslo sedm: pěkné oči	244
Lákadlo číslo devět: malý nos	245
Lákadlo číslo osm: dlouhé vlasy	246
Souvislost mezi atraktivitou a pornografií	248
Kreslené pornografické seriály „hentai“	249
Oblékání	250
Estetická chirurgie	251
Odvrácená strana přitažlivosti	254
Řešení	256
Shrnutí	258

10. Test mužského sex-appealu

Jak vás vidí ženy	259
Udělejte si test	260
Výsledky	263

11. Mužský sex-appeal

Co přitahuje ženy	265
Co ukazuje věda	268
Co je na mužích nejpřitažlivější	269
Lákadlo číslo jedna: atletická postava	269
Lákadlo číslo dvě: široká ramena, široký hrudník a svalnaté paže	270
Lákadlo číslo tři: malý pevný zadek	271
Lákadlo číslo čtyři: husté vlasy	273
Lákadla číslo pět a šest: smyslná ústa a laskavé oči ..	275
Lákadlo číslo sedm: výrazný nos a výrazná brada ...	276
Lákadlo číslo osm: úzké boky a svalnaté nohy	277
Lákadlo číslo devět: ploché břicho	278
Lákadlo číslo deset: velký penis	278
Lákadlo číslo jedenáct: třídní strniště	281
Co ženy očekávají od dlouhodobého partnera	282
Řešení	284

12. „Vypadám v těch šatech dobře?“

Proč muži lžou	287
Kdo lže?	288
Případová studie: Sheelagh a Dennis	290
Druhy lží	291
Typy lhářů	293
Kdo lže víc	296
Nejčastější lži, které muži říkají ženám	298
Proč bývají lži odhaleny	299
Proč ženy tak snadno odhalí lež	299
Proč si ženy všechno pamatují	301
Rada pro muže	301
Mladí lidé více lžou, podvádějí a kradou	302
Když vám všichni lžou	303
Proč lži přátel a rodinných příslušníků bolí nejvíce	304
Jak odhalit lháře	304
Lži a sloni	305
Jednou, dvakrát	306
Jak číst mezi řádky	306
„Jen“ a „pouze“	307
„Pokusím se“	308
Jak odhalit lháře počítačem	310
Analýza hlasu	311
Snímky mozku lháře	311
Hlasové signály	312
Jak se orientovat v řeči těla	313
Neanalyzujte signály jednotlivě	314
Úsměv	314
Je to v očích	315
Pinocchiův efekt	315
Jak dosáhnout toho, aby vám muž nelhal	316
Slovníček mužských výroků	318

13. Když lovec odloží zbraň

Muž na odpočinku	321
Stárnoucí populace	322
Případová studie: Graham	323
Muži, ženy a odchod do důchodu	325
Muži jsou lovci	326
Jak se někdejší lovec stal zbytečným	327
Jak zvládají důchod ženy	328
Případová studie: Peter a Jennifer	329
Proč muži nezvládají odchod do důchodu	331
Proč to s muži v důchodu jde z kopce	332
Případová studie: Yvonne	333
Odvrácená strana důchodu	336
Plán činnosti	337
Společenské aktivity	338
Zdraví	339
Sport	339
Práce pro veřejnost a charitativní činnost	340
Duchovní život	340
Sex	340
Finanční plánování	341
Organizace života	341
Případová studie: Paul a Dana	343
Literatura	347