

Obsah

Poděkování	9
Ženský mozek	12
Jak hormony ovlivňují ženský mozek	13
Fáze ženského života	15
Co nás dělá ženami	18

Kapitola první

Zrození ženského mozku	25
Čtení pocitů se rovná čtení reality	27
Naslouchat, dosáhnout uznání a být vyslyšen	29
Empatie	30
Dědíme více než mamičiny geny	31
Nebojuj	32
Chce být ve společnosti, ale jen podle svých představ	34
Genderová výchova	37
Panovačný mozek	38

Kapitola druhá

Mozek náctileté dívky	41
Jízda na vlnách estrogenu a progesteronu	42
Estrogeno-progesteronové vlny	42
Jak vychladne?	44
Kluci zůstanou kluky	46
Obava z konfliktu	48
Mozek skáče, jak estrogen píská	50
Proč má mozek své vrtochy	53
Riskování a agrese dospívajících holek	55
Deprese	57
Biologie „protivných holek“	58

Kapitola třetí

Láska a důvěra	61
Jak myslíme, když vzniká vztah	63
Chemická přitažlivost	65
Vypočítávání možných nebezpečí	66
Zamilovaný mozek	67

Spárovaná mysl	70
Sex, stres a ženský mozek	72
Monogamní gen	72
Rozchod	74
Kapitola čtvrtá	
Sex	77
Pokazit náladu nedá moc práce	80
Funkce ženského orgasmu	81
Biologie ženské nevěry	83
Čím je živena láska	85
Velká sexuální neshoda	87
Co ženy nechápu na tom, jak je pro muže důležitý sex	88
Kapitola pátá	
Mozek mámy	89
Miminko v hlavě	90
Zrození mozku mámy	93
Mozek táty	95
Zloději okruhů rozkoše	96
Kojení a zmatený mozek	98
Jeden laskavý mateřský mozek si zaslouží druhý	99
Nesoustředěnost při práci	101
Ideální prostředí pro mozek maminky	103
Žít pro dva	103
Kapitola šestá	
Emoce	105
Biologie emocí	106
Pronikání do mužského mozku	109
Když muž nereaguje tak, jak chce ona	110
Emocionální paměť	111
Těžké časy mozku, když se žena zlobí	113
Úzkost a deprese	115
Znát rozdíl	116

Kapitola sedmá

Zralý ženský mozek 119

Přechod: bouřlivý začátek 121

Ženina poslední gynekologická krize 123

Kdo jsi a cos udělala s mojí ženou? 127

Kdo uvaří večeri? 129

Právě startujeme 130

Nech mě už konečně na pokoji 131

Hormony v ženském mozku po menopauze 132

Co si teď počít? 134

Doslov

Budoucnost ženského mozku 137

Dodatek první

Ženský mozek a hormonální terapie 141

Nejčastější otázky 143

Estrogen s progesteronem, nebo bez nich? 147

Zvládnání dalšího stárnutí mozku: ztráta testosteronu 149

Co dělat se sexuálními problémy a jak si od nich pomoci 151

Dodatek druhý

Ženský mozek a poporodní deprese 153

Dodatek třetí

Ženský mozek a sexuální orientace 155**Použitá literatura 157****Rejstřík 158**