

Rozdział I.

Kłopoty z dojrzałością (7)

Dziecinada współczesnego faceta / groźny podział ról damskich i męskich / nieobecni ojcowie / polska płciowość w kulturze europejskiej / kobiety jako aktorki od urodzenia / teatr godowy / mężczyźni pod presją / seks a życie rodzinne

Rozdział II.

Między Casanovą a Pieszczochem (31)

Panowie i miłość dla zabawy / Eksperci, Sportowcy i Ignoranci / biedne żony Casanovy / erotyczna chemia a hormony / kochanki liczone w setkach / tajemnica wzajemnej rywalizacji / mity o męskich „wielkościach” / seks w cieniu temperamentu

Rozdział III.

Stare i nowe problemy z męskością (51)

Rewolucja viagry / nowa polska rzeczywistość i nowe męskie kłopoty / kompleksy dzisiejszych panów / nieświadomość i eksploatacja ciała / dominacja narcyzów / problemy z płodnością / kryzys wieku średniego / ryzyko samooceny / przyszłość należy do unisexów?

Rozdział IV.

O jego mrocznych stronach (83)

Męskie rozmyślania i fantazje / kreatywność w łóżku / syndrom „posiadania” / wyrafinowany sposób myślenia / poziom testosteronu mówi wiele / pornograficzna konkurencja / panowie przed ekranem komputera / fetyszyści i ci pełni wigoru

Rozdział V.

Męska seksualność (109)

Enklawa seksu / oni także udają orgazm / idealne kochanki / strategia gry wstępnej / łatwe kobiety tak upragnione? / rozmawianie o miłości / łóżkowy egoizm / oziębłość,

czyli wygodna łatka dla obu stron / granica pomiędzy
homoseksualizmem a biseksualizmem

Rozdział VI.

On i ona (147)

Na co oni się skarżą / nuda zabija / „przechodzone związki” /
męskie błędy w postrzeganiu kobiet / intelektualna rywalizacja /
po ślubie on się nie zmieni / stara miłość nie rdzewieje /
zazdrość, czyli element konieczny / seks gwarancją sukcesu? /
jak utrzymać dobry związek

Rozdział VII.

Dlaczego zdradza (197)

Potencjalna jednorazowość zdrady / społeczne przyzwolenie
na podwójne życie panów / lekkomyślne „przygody” /
strategia przyznawania się do winy / wieczne hamletyzowanie /
małżeństwo to wygoda / mężczyźni, którzy mają dwie rodziny /
„zespół prowokowanej zdrady” / męskie kariery przez łóżko /
encyklopedia kobiecości