

Spis treści

Wstęp	13
Przedmowa	15
Zasada nr 1	17
Pierwsza randka: zbyt zrobiona/niedorobiona	18
Nie odkrywaj wszystkich kart	19
Zdjęcia profilowe na portalach randkowych	20
Kilka wskazówek dla faceta	21
Psychopaci z portali randkowych	22
Zasada nr 2	23
Ok, towarowi trzeba dać szansę, ale to nie szmateks!	24
Wiadomość obowiązkowa	25
Wiadomość obowiązkowa: symulacja	26
Zasada nr 3	28
Dejty	29
Dlaczego on nie dzwoni?	30
Taktyka „breadcrumbingu”	31
Asysta	32
Zasada nr 4	33
Teoria „spalonego”	34
Męczydupa	36
Męczydupa z zaburzeniami	37
Zasada nr 5	38
TEST: Jakim Seba jest twój chłopak?	39
Wiadomości ratunkowe	40
Emotikony i ich znaczenie	41
Facet-kryptonit	42
Zasada nr 6	45
Friendzone	46
Strategia „Przecież niczego ci nie obiecywałem”	48
Kontrstrategia „Przecież niczego ci nie obiecywałem!”	49
Test 20–10–3	50
Ghosting	52
Zasada nr 7	53

Toksyczna koleżanka	54
Kilka przykładów potencjalnie toksycznych koleżanek	55
Skala życzliwości/sukowatości	56
Sukinsyn	57
„Przespałem się z nią na pierwszej randce, bo niezbyt mi się podobała”	58
Krótką listą perfekcyjnych mężczyzn (gdyby życie było amerykańskim filmem/serialem)	59
Nie chcę się nakręcać, żeby potem mniej bolało	60
Zasada nr 8	61
Przyjaźń damsko-męska albo tajemnica sekretnego amuletu	62
O tych, które nie chcą żyć w związku	63
Chcemy kochać jak w Hollywood!	64
To nic, to tylko atak paniki	65
Formuła prababci Poupette	66
Ujrzałaś pierwszy siwy włos na swojej skroni? Nie wrywaj go!	67
Snoburak	68
TEST: Jak bardzo jesteś znerwicowana/-y ?	70
Kuguar / MILF	71
Zasada nr 9	72
Te egoistki, które nie chcą mieć dzieci	73
„Znowu masz ten swój pi-ëm-es czy o co chodzi?!”	74
Feminizm – a fuji!	75
Podryw a molestowanie	76
Co to za szmatławiec?	77
Gdybyś mogła napisać list do piętnastolatki, którą byłaś... ..	78
Zakochana kobieta jest niepo czytalna (to zostaje między nami)	80
Ale potem sprawy wymknęły się spod kontroli... ..	81
Zasada nr 10	82
Wielkie ciacho = Zero spokoju!	83
Na pomoc! Mój facet ma Gremliny	84
Perfekcyjny mężczyzna na plaży	85
Eks	86
Zasada nr 11	88
Druga zmiana	89
Perfekcyjny mężczyzna/Nasz facet	90

Perfekcyjna była twojego faceta to suka	91
Jak się dowiedzieć, czy on jest już zajęty?	92
Zasada nr 12	94
Mężczyźni też miewają migreny	95
Perfekcyjny facet na wsi	97
Mój facet ma przerośnięte ego	98
Perfekcyjny mężczyzna szuka perfekcyjnej kobiety	99
Dlaczego oni nie chcą oglądać z nami meczów piłkarskich?!	100
Zasada nr 13	102
(Minione) życie seksualne naszego faceta	103
Nie jestem twoją matką!	104
Nieprzyzwoite fotki	105
Zasada nr 14	106
Perfekcyjny mężczyzna / Nasz facet (kontynuacja)	107
Gdy nasz facet jest większą suką niż my	108
Jesteśmy dla siebie stworzeni... Oto dowody!	109
Kompleks pielęgniarstwa	110
Zasada nr 15	111
„Mam idealny związek” = ale ściema	112
To twój ślub, nie nasz!	113
Perfekcyjny ślub to suka	114
Rzut bukietem – ta zenująca chwila	115
Koszmar crowdfundingu	116
Zasada nr 16	118
Koncept „spotykam się z kimś”	119
Prawo ciąży	120
Don't touch!	121
Co on robi z tym paszтетem?	122
Przyjaciółka chodzi z dzbanem	123
Czy należy powiedzieć przyjaciółce, że jej facet ją zdradza?	124
Zasada nr 17	127
„To dzięki mnie wyszedłeś na luz”	128
„Jak to, taki drobiazg?!”	129
Zasada nr 18	130
Najbardziej nieprawdopodobne powody, dla których zerwałyśmy z facetem	131

Playlista dla świeżo porzuconych	132
Jak wyreżyserować swojego doła?	133
Zasada nr 19	134
Czego nie rozumiesz w słowie „zerwanie”?!	135
Regularny seks-układ/Friends with benefits	136
Półwzwód funkcjonalny	137
Naoliwić maszynę	138
Od którego momentu można uznać, że się z kimś przespało?	139
DILF/GILF	140
Zasada nr 20	141
Perfekcyjny mężczyzna ma również perfekcyjnego.... ..	142
Perfekcyjna teściowa to suka	143
...i inne suki	144
Zasada nr 21	145
Chory mężczyzna sądzi, że stoi nad grobem	146
Gwiazdor liceum	147
Hipster	148
Osobowość narcystyczna	149
Perfekcyjny mężczyzna – uważaj na podróbki!	150
Zasada nr 22	151
Facet na diecie	152
Biedne kiciusie.... ..	153
Wiadomość adresowana do facetów, którzy myślą, że piszemy tę książkę ze względu na nich.... ..	154
Konkluzja	155
Podziękowania	157