

OBSAH

MUŽSKÝ MOZEK	9
OBSAZENÍ: NEUROHORMONÁLNÍ POSTAVY	11
(jak hormony ovlivňují mužský mozek)	11
FÁZE MUŽSKÉHO ŽIVOTA	13
Úvod	19
Co dělá muže mužem	19
KAPITOLA PRVNÍ	25
MOZEK CHLAPCE	25
Co dělá chlapce chlapcem?	26
Hry s penisem	30
Klučičí hračky	30
Posouvání svých hranic	33
Demonstrování své síly	34
Být první v řadě	35
Neposední kluci se lépe učí	36
Klučičí aroma	38
KAPITOLA DRUHÁ	41
MOZEK DOSPÍVAJÍCÍHO	41
Testosteronové tsunami	42
Války o domácí úkoly	43
Ospalý a otrávený	45
Pohled na svět mužským očima	46
Změny ve vnímání	48
Vypadat dobře a zachovat kamennou tvář	49
Demonstrování síly	50
Vítěz bere všechno	51
Dodavatelé nových idejí do společnosti	51
Vzrušený a rozechvělý	54

KAPITOLA TŘETÍ	57
MOZEK NA LOVU PARTNERKY: LÁSKA A ŽÁDOSTIVOST	57
Flirtování je trénink „připravenosti ke kontaktu“	58
Smysly při hledání partnera	59
Zabodovat co nejdřív	61
Hormon monogamie	62
Zapřisáhlí mládenci	63
Zamilovaný mužský mozek	64
Střežení partnerky	65
 KAPITOLA ČTVRTÁ	 69
MOZEK POD POKLOPCEM	69
Poměřování	70
Autopilot v penisu	70
Orgasmus	73
Obavy o výkon	74
Postkoitální narkolepsie	75
 KAPITOLA PÁTÁ	 77
MOZEK TÁTY	77
Tatínek je hotov	79
Otcův pečovatelský instinkt	79
Souhra mezi otcem a dítětem	80
Máma a táta jsou rozdílní	81
O samotě s tátou	82
Hry s tátou posilují sebedůvěru	83
Škádlení: duch mužské komunikace	83
Drsná řeč připravuje děti na opravdový svět	84
Tátové a disciplína	84
Tátova holčička	85
Jaký otec, takový syn	86
 KAPITOLA ŠESTÁ	 89
DOSPĚLOST: EMOČNÍ ŽIVOT MUŽE	89
Dva emocionální systémy	90
Mužný výraz	91
Hormony emocí	92
Mužské ego	93

Autokatalytický vztek	95
Pohodlí ustálené hierarchie	98
KAPITOLA SEDMÁ	101
MOZEK ZRALÉHO MUŽE	101
Laskavější a vlídnější	102
Zajištěné postavení	103
Muž je plodný po celý život	104
Klub osamělých srdcí	105
Biologická životní změna	107
Čas vzájemné laskavosti	110
Mozek dědečka	112
ZÁVĚR	115
BUDOUCNOST MUŽSKÉHO MOZKU	115
DODATEK	117
MUŽSKÝ MOZEK A SEXUÁLNÍ ORIENTACE	117
O AUTORCE	119
POUŽITÁ LITERATURA	119
AUTORČINY VYSVĚTLIVKY	119
REJSTRÍK	120
DALŠÍ ZAJÍMAVÉ KNIHY	122

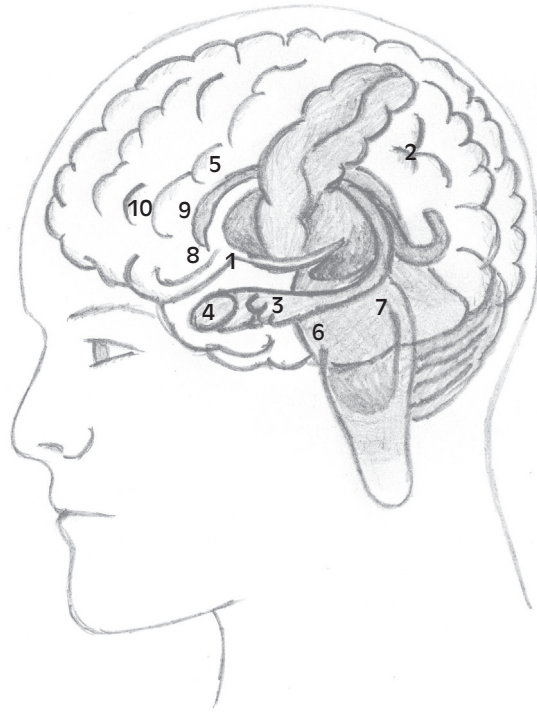
Mužům mého života:

*Mému manželovi,
Dr. Samuelu Herbertu Barondesovi*

*Mému synovi,
Johnu „Whitney” Brizendinovi*

*Mému bratrovi,
Williamu „Buzz” Brizendinovi II.*

*A památce mého otce,
reverenda Williama Leslieho Brizendina*



MUŽSKÝ MOZEK

Vědci považují oblasti mozku jako PCK, TPS a GC za centra aktivace mozku, která vysílají elektrické signály do dalších částí mozku a způsobují, že dochází, nebo nedochází k určitému jednání.

1. MEDIÁLNÍ PREOPTICKÁ OBLAST (MPO)

Toto je oblast sexuálního usilování, nachází se v hypotalamu a u mužského mozku je dvaapůlkrát větší. Muži ji potřebují k zahájení erekce.

2. TEMPOROPARIETÁLNÍ SPOJ (TPS)

Toto mozkové centrum „kognitivní empatie“ je jakýsi hledač řešení – mobilizuje mozkové zdroje k řešení stresujících problémů v situacích, kdy je potřeba vzít v úvahu perspektivu jiné zúčastněné osoby nebo osob. Během mezilidských emočních výměn je aktivnější v mužském mozku, rychleji se aktivuje a usiluje o co nejrychlejší řešení.

3. DORZÁLNÍ PREMAMMILÁRNÍ JÁDRO (DPJ)

Oblast obrany vlastního teritoria leží hluboko uvnitř hypotalamu a obsahuje systém obvodů zodpovědných za mužské instinkty silného vůdčího samce, obrany teritoria, strachu a agrese. Je větší u mužského než u ženského mozku a zahrnuje zvláštní okruhy k odhalování ohrožení teritoria dalšími muži, díky čemuž jsou muži citlivější na možné riziko ztráty svého území.

4. AMYGDALA

Poplašný systém pro hrozby, strach a nebezpečí. Řídí emoční impulzy. Do stavu připravenosti k boji ji přivádí testosteron, vazopresin a kortizol, naopak její uklidnění způsobuje oxytocin. Tato oblast mozku je větší u mužů než u žen.

5. GYRUS CINGULI (GC)

Barometr mozku pro odhalování sociálního přijetí nebo odmítnutí. Tato oblast „jsem, či nejsem přijímán“ pomáhá lidem předcházet té nejzásadnější sociální chybě: příliš se lišit od ostatních. GC je mozkové centrum zpracovávání společenských omylů. Dává nám varování, chováme-li se nepatřičně ve vztazích nebo práci. Během puberty pomáhá chlapcům minimalizovat obličejové reakce, což umožňuje utajení jejich emocí.

6. VENTRÁLNÍ ČÁST TEGMENTA (VT)

Zde leží centrum motivace – oblast hluboko ve středu mozku, která produkuje dopamin, neurotransmitter potřebný k zahájení pohybu, motivace a pocitu odměny. Je aktivnější u mužského mozku.

7. PERIAKVEDUKTÁLNÍ ŠEĎ STŘEDNÍHO MOZKU

Součástí mozkového obvodu bolesti, jenž pomáhá kontrolovat bezděčné požitky a bolest. Během pohlavního styku je toto centrum odpovědné za potlačení bolesti, intenzivní požitky a sténání. Během sexu je aktivnější v mužském mozku.

8. SYSTÉM ZRCADLOVÝCH NEURONŮ (SZN)

Systém emocionální empatie – „cítím to, co cítíš ty“. Umožňuje sladění s pocity druhých pomocí čtení výrazu jejich obličeje, interpretování barvy hlasu a dalších neverbálních emočních signálů. Je větší a aktivnější v ženském mozku.

9. PŘEDNÍ ČÁST CINGULÁRNÍ KÚRY (PCK)

Centrum starostí, strachu z potrestání a rovněž úzkosti o sexuální výkonnost. U mužů je menší než u žen. Zvažuje možnosti, odhaluje konflikty, motivuje rozhodování. Testosteron zvyšuje obavy z potrestání. PCK je rovněž centrem nespělosti a ostychu.

10. PREFRONTÁLNÍ KÚRA (PFK)

PFK, tento generální ředitel mozku, se soustřeďuje na aktuální dění a vytváří z něj správný úsudek. Tato oblast „absolutní pozornosti věnované na tady a teď“ je zároveň brzdovým systémem, který drží na uzdě naše impulzy. Je větší v ženském mozku a dozrává asi o jeden až dva roky dříve u žen než u mužů.