

Ce este ejacularea precoce?

Scris de Apopi Mariana Diana

Miercuri, 07 Iulie 2010 07:43 - Ultima actualizare Miercuri, 07 Iulie 2010 07:52



Stiai ca...

- 1 din 3 barbati are probleme de ejaculare precoce?
- cauzele organice sunt foarte rare, mult mai frecvent ele sunt de natura psihologica?
- in aproximativ 50% din cazuri, partenera nu este satisfacuta?

Ejacularea precoce devine o problema atunci cand are loc pierderea controlului ejaculator, persoana in cauza realizeaza mai putin de 10 intromisiuni, ejacularea apare la 30 de secunde-1 minut, dupa penetrare, iar barbatul atinge orgasmul inainte de partenera. Odata cu cresterea in varsta, controlul ejaculator este mai mare, astfel ca. aceasta problema apare cu precadere la adolescentii care tocmai si-au inceput viata sexuala sau sunt neexperimentati. Aceasta tulburare poate sa apara pe fondul unui stres profesional, a tulburarii de anxietate, datorita problemelor conjugale si survine in faza de platou, imediat dupa faza de excitatie. Un factor declansator al problemei poate fi constituit si din invatarea dificila a sexualitatii. Acest lucru inseamna ca, primele experiente au avut loc in zone in care puteau fi cu usurinta observati (in propria camera, alaturi de cea a parintilor, in masina din fata casei ori din garaj) ceea ce a creat un stres destul de ridicat.

Cum apare ejacularea precoce?

1. un prim raport sexual ratat sau considerat nesatisfacator de catre persoana in cauza ori de catre partener;
2. apare anxietatea anticipatorie (frica de un viitor esec, inainte ca acesta sa aiba loc);
3. teama de performanta (anxietatea de performanta) manifestata prin frica de a nu se repeta esecul, de a nu atinge performantele cu care si-a obisnuit partenera;
4. neintelegerile conjugale sau reactiile neadaptate ale iubitei;
5. erectie scazuta;
6. un nou esec sexual finalizat prin ejaculare precoce;

Ce este ejacularea precoce?

Scris de Apopi Mariana Diana

Miercuri, 07 Iulie 2010 07:43 - Ultima actualizare Miercuri, 07 Iulie 2010 07:52

Conteaza foarte mult inainte de a se incepe terapia, care sunt factorii psihici individuali (care tin de persoana), factorii relationati cu viata de cuplu, precum si cei organici (daca nu cumva exista probleme din punct de vedere biologic). Psihologul opteaza de obicei la 10-15 sedinte in care se recurge la focalizarea pe simturi (oferire si primire de placere), etape de educare/reeducare a reflexului ejaculator si invatarea de pozitii sexuale care sa intarzie aparitia ei. Biblioterapia este si ea importanta, iar abstinenta sexuala este recomandata pe parcursul primelor sedinte de terapie. Actul sexual se desfasoara in timp, primele etape focusandu-se pe stimulare si invatarea controlului ejaculator.

Cu toate ca, aceasta problema este destul de frecventa, nivelul de recuperare/rezolvare este foarte ridicat. E nevoie insa si de cooperarea partenerului de viata.

Te mai intereseaza si altceva despre acest subiect?

Trimite e-mail pe adresa: diana@sighet-online.ro

Despre autor:

Psiholog sub supervizare, student-masternad in cadrul Universitatii Babes-Bolyai, Cluj-Napoca, Masteratul de Psihologie Clinica, Consiliere si Psihoterapie, precum si Masteratul de Psihologia Sanatatii, anul 1;

Editor online: www.suntparinte.ro