

# L'ÉJACULATION RETARDÉE

*Septembre 8, 2014*

L'éjaculation retardée est une autre dysfonction sexuelle, tout aussi menaçante à **l'épanouissement sexuel** que l'éjaculation précoce. Elle se caractérise par l'absence ou la difficulté à atteindre l'éjaculation. Face à ce trouble, les femmes ont tendance à penser qu'elles en sont la cause. Selon elles, leur partenaire ne serait pas assez attiré ou excité par elles et sont donc incapable de le faire éjaculer.

## **Les principales causes de l'éjaculation retardée**

Comme la plupart des dysfonctions sexuelles, les causes de l'éjaculation retardée sont principalement d'origine *psychologique*.

### **La préoccupation excessive de l'homme à donner du plaisir au point d'en oublier le sien**

L'obsession d'être à la hauteur sexuellement et de vouloir absolument satisfaire sexuellement sa partenaire peut provoquer une absence d'éjaculation. L'homme est si concentré à procurer du plaisir, qu'il en oublie le sien.

### **Le manque d'excitation sexuelle**

L'éjaculation est déclenchée par l'atteinte du point culminant du niveau d'excitation sexuelle. Si l'homme n'est pas assez excité, l'éjaculation ne sera donc pas déclenchée. Ce manque d'excitation pourrait s'expliquer en début de relation, lorsque les partenaires commencent à se découvrir sexuellement. Dans le cas du **problème de l'éjaculation précoce**, l'homme est si excité, qu'il atteint trop tôt le point culminant, provoquant l'éjaculation involontaire.

### **La taille du pénis**

Lors de la pénétration, les parois du vagin se resserrent sur le pénis provoquant une stimulation sexuelle. Un pénis de petite taille n'est donc pas stimulé et l'éjaculation n'a pas lieu.

### **L'excès de la consommation de drogues ou d'alcool**

Ces substances détériorent les artères et perturbent la bonne circulation du flux sanguin vers le pénis, menaçant l'éjaculation mais aussi l'érection.

### **La masturbation excessive de l'homme**

Lors de cette pratique, l'organisme prend par défaut que la compression de la main est le stimulant et donc le déclencheur de l'éjaculation. Lors de l'acte sexuel, l'organisme ne reconnaît pas ce signe et n'envoie pas de signal au pénis, provoquant l'absence d'éjaculation.

La masturbation peut aussi être **une cause de l'éjaculation précoce**, spécialement chez les adolescents qui ont cette tendance à se masturber dans le but de se libérer de leur énergie sexuelle, plutôt que de prendre du plaisir. De même que l'éjaculation retardé, l'organisme répété lors de l'acte ce même schéma d'éjaculation rapide.

### **Pour plus d'informations**

#### **Les conséquences de l'éjaculation retardée**

On pourrait croire que les femmes n'en seraient pas mécontentes, étant donné que leur partenaire dure longtemps au lit et leur donne le temps d'atteindre jusqu'à de *multiples orgasmes*. Mais une durée trop prolongée finit par faire baisser leur niveau sexuel entraînant une certaine lassitude. La femme, lassée et insatisfaite sexuellement évitera les moments d'intimité et se distancera de son partenaire petit à petit. L'épanouissement du couple est donc perturbé.

#### **Comment traiter l'éjaculation retardée**

La première étape de la guérison de l'éjaculation retardée consiste à être capable d'éjaculer dans un premier temps lors de la masturbation. Avant d'essayer d'éjaculer pendant l'acte, il faut déjà être capable de pouvoir éjaculer en se masturbant. Commencez ces exercices de masturbation seul, puis progressivement en présence de votre partenaire sans qu'elle y participe. Progressivement, amener l'excitation proche de l'éjaculation par des stimulations de sa part et réaliser la pénétration vaginale au dernier moment. Dans un dernier temps, alterner les caresses sexuelles et la pénétration vaginale.

### **Pour en savoir plus**

#### **Le tantra et ses pratiques sexuelles pour ne pas éjaculer**

Certains couples ont recours au Tantra pour améliorer ou pimenter leur vie sexuelle. Il s'agit d'un **courant spirituel**, qui concilie le sexe et la spiritualité. L'une de ces pratiques la plus appréciée par la société actuelle a pour objectif de faire l'amour sans éjaculer. Grâce à cette pratique, le sexe peut durer des heures. Bien sûr, il s'agit d'un choix de ne pas éjaculer et non pas d'une dysfonction. Cette pratique tantrique nécessite un véritable apprentissage assez difficile, qui requière beaucoup de temps et de pratique.

**Notre homepage**

**<https://controler-ejaculation.com/articles/>**