



*Réflexion critique sur  
l'éjaculation prématurée*

Nathalie Houde

# *Plan de la présentation*

- 1. DÉFINITION DE LA PROBLÉMATIQUE (CONTEXTE THÉORIQUE)
- 2. CAUSES ET DIFFÉRENTES HYPOTHÈSES EXPLICATIVES
- 3. APPROCHE COGNITIVO-COMPORTEMENTALE
- 4. APPROCHE EXISTENTIELLE
- 5. APPROCHE SEXO-CORPORELLE
- 6. MODÈLE CHINOIS (TAOÏSME)
- 7. CRITIQUE PERSONNELLE

# *1. Définition de la problématique*

- 1.1 Définition en fonction du nombre de poussées pelviennes
- 1.2 Définition en fonction de la durée de la pénétration
- 1.3 Définition en fonction de la fréquence orgasmique de la femme
- 1.4 Définition en fonction du contrôle sur le réflexe éjaculatoire
- 1.5 Définitions en fonction de la capacité d'éjaculer au moment désiré
- 1.6 Définition Mixte

## *1.1 Définition en fonction du nombre de poussées pelviennes*

- **“ Est considéré comme éjaculateur précoce ce lui qui éjacule avant 15 mouvements du bassin suite à l’introumission du pénis dans le vagin ”** (Colpi et al, 1986).
- Tandis que Segraves et al. (1993) propose plutôt avant huit mouvements de pénétration.

## *1.2 Définition en fonction de la durée de la pénétration*

- Nous retrouvons ici une multitude d'auteurs qui propose des durées totalement arbitraire et variant de une minute (Cooper et Magnus, 1984) à sept minutes (Schover et al., 1982) suite à l'entrée du pénis dans le vagin.
- Serait donc éjaculateur précoce, celui qui éjacule à l'intérieur de quatre minutes (pour certains auteurs, et ne le serait pas pour d'autres.)

## *1.3 Définition en fonction de la fréquence orgasmique de la femme*

- Cette définition nous vient de Masters et Jonhson (1970), ils considèrent qu’ “ **un homme est éjaculateur précoce s’il ne peut contrôler son éjaculation suffisamment longtemps lors de la pénétration pour satisfaire sa partenaire dans au moins 50% de leurs relations sexuelles.** ”

## *1.4 Définition en fonction du contrôle sur le réflexe éjaculatoire*

- Selon Kaplan (1974, 1989) “ **il y a prématurité quand l’orgasme se produit de façon réflexe, c’est-à-dire quand il se situe hors du contrôle de la volonté de l’homme lorsqu’un niveau élevé d’excitation sexuelle est atteint.** ”

## *1.5 Définitions en fonction de la capacité d'éjaculer au moment désiré*

- Crépault et Desjardins (1978) définissent l'éjaculation précoce “ **comme l'habitude, chez l'homme, de vivre toute tension sexuelle en éprouvant le besoin de la résorber le plus tôt possible en décharge éjaculatoire : cette habitude se traduit par l'incapacité de moduler la montée de la phase excitatoire à la phase de plateau ”**

## 1.6 *Définition Mixte*

- Le DSM-IV (American Psychiatric Association, 1994) nous propose cette définition
- **“ Trouble de l'éjaculation persistant ou répété lors de stimulations sexuelles minimales avant, pendant, ou juste après la pénétration, et avant que le sujet ne souhaite éjaculer. Le clinicien doit tenir compte des facteurs qui modifient la durée de la phase d'excitation sexuelle tels que l'âge, la nouveauté de l'expérience sexuelle ou du partenaire et la fréquence de l'activité sexuelle récente. ”**
- De plus, le problème est à l'origine d'une souffrance marquée ou de difficulté interpersonnelles.

## *2. CAUSES ET DIFFÉRENTES HYPOTHÈSES EXPLICATIVES*

2.1 Hypothèse psychanalytique

2.2 Hypothèse systémique

2.3 L'hypothèse sexanalytique

## *2.1 Hypothèse psychanalytique*

- En psychanalyse, tout problème est vu comme le symptôme d'un conflit intrapsychique inconscient.
- L'éjaculateur précoce entretient dans son inconscient des affects sadiques intenses envers la femme.
- Ce symptôme lui permet de se venger symboliquement de sa mère en privant sa partenaire de la gratification sexuelle. Son problème lui permet de préserver son équilibre émotif en conservant ses pulsions sadiques refoulées (Sicard de Carufel, 1996).

## *2.2 Hypothèse Systémique*

- L'éjaculation prématurée pourrait représenter des conflits d'intérêts, une lutte de pouvoir, de la haine et de l'hostilité envers la partenaire.
- Il pourrait aussi être une réaction de l'homme face à sa partenaire qui favorise une fin rapide car elle tente d'éviter les relations sexuelles vécues comme anxiogène.
- Globalement, dans cette approche, on propose que le problème appartienne au couple, et que s'il perdure c'est qu'il a une fonction dans le couple, et c'est cette fonction qu'il faut chercher à comprendre (Sicard de Carufel, 1996).

## 2.3 *Hypothèse Sexo-Analytique*

- Selon Crépault (1997), la prématurité orgastique coïtale, tout comme les autres désordres sexuels, est souvent le résultat de conflits sexuels ou d'une perturbation dans le rapport à l'autre sexe.
- L'éjaculation précoce coïtale est l'expression d'une hostilité vis-à-vis de la femme, d'un désir inconscient de la priver de son plaisir. L'analyse fantasmatique de certains de ces hommes permettent de déceler des composantes perverses, et des conflits incestueux qui peuvent être à la base du problème.
- Crépault (1997), nous propose une classification des types d'éjaculateur précoce, soit; le pulsionnel, le fusionnel et l'ambivalent.

# *Points de la présentation (entonnoir)*

- Conception de la sexualité
- Compréhension des dysfonctions sexuelles
- Compréhension de l'éjaculation prématurée
- Pistes de traitements thérapeutiques

## 3.2 *Modèle cognitivo-comportemental: Compréhension des dysfonctions sexuelles*

- **La sexualité est comprise en terme de comportements inné et acquis.**
- La dysfonction sexuelle est un comportement ou une séquence comportementale, qui n'est pas perçu comme le symptôme d'un problème sous-jacent mais comme un *comportement-problème* en tant que tel.
- Ce *comportement-problème* serait souvent repérable dans l'histoire des apprentissages.
- Les causes les plus souvent associées aux dysfonctions sexuelles sont l'angoisse, les mauvaises connaissances et les cognitions et processus de pensées inadéquats ou irrationnels.

## *3.2 Modèle cognitivo-comportemental: Compréhension des dysfonctions sexuelles*

- Dans cette approche, il est essentiel d'identifier les facteurs prédisposant, les facteurs déclenchants et les facteurs contribuant au maintien de la dysfonction sexuelle (Trempe, J.-P., 1999).
- De ce fait l'analyse fonctionnelle sera primordiale car elle permet de situer le symptôme dans son histoire ancienne et actuelle.
- Ce modèle associe une multitude de facteurs à l'origine d'une dysfonction sexuelle, nous pouvons distinguer, des causes superficielles et immédiates, des causes plus profondes, tels des problèmes individuels ou relationnelles.

### 3.3 *Modèle cognitivo-comportemental: Compréhension de l'éjaculation prématurée*

- L'éjaculation précoce est un *comportement-problème* essentiellement dû à un mauvais apprentissage des premières relations sexuelles.
- Selon Masters et Jonhson (1970 ) si un jeune homme a dû s'exécuter rapidement pour ne pas se faire surprendre ou pour ne pas déplaire, il est fortement probable que cet homme, une fois adulte n'ait jamais appris à contrôler son éjaculation. Il en va de même pour les hommes qui aurait eu leur première expérience avec une prostituée, où la crainte et la honte contribuent à donner à cette expérience une connotation négative.

### *3.3 Modèle cognitivo-comportemental: Compréhension de l'éjaculation précoce*

- **Le rôle de l'anxiété: maintien du problème**
  - Cité dans Sicard de Carufel,(1995), p.20.
- Les cognitions semblent aussi très importantes dans l'apparition et le maintien de l'éjaculation précoce. Les monologues internes, les pensées automatiques du patient structurent une représentation de la réalité responsable d'émotions qui engendrent l'éjaculation précoce.

## *3.4 Modèle cognitivo-comportemental: Pistes de traitements*

- Le but de la thérapie serait premièrement, de soustraire l'anxiété du patient.
  - Moyen: Techniques de désensibilisations systématiques (1958)
- Deuxièmement, favoriser l'apprentissage de la prise de conscience des sensations et du contrôle du seuil d'irréversibilité de l'éjaculation.
  - Moyen: Technique d'arrêt-départ de Semans (1956).  
Technique de compression pénienne de Masters et Jonhson (1970).

## 4.1 *Modèle existentiel: Conception de la sexualité*

- La sexualité est considéré “ *comme une manière privilégié qu’a l’être humain de s’actualiser, de se poser dans l’existence* ”.
- La sexualité est donc l’une des multiples voies qu’à l’être humain de s’affirmer dans son identité, dans sa manière d’être au monde.
- Trempe, Jean-Pierre. 1999. Analyse critique des modèles contemporains d'intervention clinique dans le domaine sexuel, Notes de cours. Montréal: Département de sexologie, p. 180.

## *4.2 Modèle existentiel: Compréhension des dysfonctions sexuelles*

- *Le modèle de l'identité sexuelle : pour comprendre et intervenir dans la dynamique primitif-conscience de la dysfonction érotique.*
- Certaines attitudes enfantines peuvent être responsable des dysfonctions sexuelles chez l'adulte dont : **un mimétisme envahissant.**
- La personne doit contacter de l'intérieur sa dysfonction et prendre conscience du ressenti corporel qui en découle. De ce ressenti émergera le sens de la dysfonction.

## *4.3 Modèle existentiel: Compréhension de l'éjaculation prématurée*

- ***Le pouvoir du mimétisme***
- C'est-à-dire la contagion de l'excitation et du plaisir érotique de la femme à l'homme qui multiplie de façon importante l'excitation masculine.
- La proximité à l'autre entraîne la mise à distance de la pleine conscience de soi-même ce qui favorise le retour du primitif, c'est-à-dire la recherche du plaisir immédiat, donc l'éjaculation.
- Selon Bureau, l'homme éjaculateur précoce refuse d'accepter le dimorphisme sexuel et tend à le taire de toutes ses forces.

## 4.4 *Modèle existentiel: Pistes de traitements*

- L'homme doit remplacer les pulsions primitives par la pleine conscience de lui-même.(faire un ajout)
- En plus d'être conscient, l'homme doit conserver des attitudes de distance et de non-identification à l'autre, en se plongeant dans son propre plaisir et dans son désir de prolonger la relation sexuelle.
- L'homme doit apprendre à se vivre comme une personne humaine, un sujet impliqué dans la rencontre érotique, et non pas comme un amant ou même un simple pénis.
- Par la prise de conscience de ses codifications cognitives, l'homme peut parvenir à plus de pouvoir sur le contrôle de son éjaculation.

## 5.1 *Modèle sexo-corporel: Conception de la sexualité*

- L'approche sexo-corporelle considère que “ *la sexualité repose sur un substrat biologique et qu'elle est sujette à l'apprentissage* ”. (Desjardins, 1986)
- Cette conception de la sexualité repose en fait sur deux postulats. Premièrement, il y a une relation de cause à effet entre la tension sexuelle (ou excitation sexuelle), et l'activation corporelle. Cette réaction corporelle favorisent ou non le plaisir de l'individu et de sa partenaire. Deuxièmement, il est possible de modifier le cours de la tension sexuelle en utilisant le corps de manières différentes.

## *5.2 Modèle sexo-corporel: Compréhension des dysfonctions sexuelles*

- Les difficultés sexuelles sont essentiellement dues aux patterns corporels répétitifs et limités en réaction à l'excitation sexuelle.
- Ces patterns proviendraient souvent “ d'un manque d'apprentissage au niveau de la conscience et des habiletés motrices, de mauvaises habitudes acquises sur le plan corporel et d'ignorance concernant l'érotisme en général. ” (Desjardins, 1986)
- Les dysfonctions sexuelles peuvent aussi provenir d'un déséquilibre respiratoire, d'anomalies au niveau de la tension musculaire et d'une gestuelle interactionnelle inadéquate.

## 5.3 *Modèle sexo-corporel: Compréhension de l'éjaculation prématurée*

- Crépault et Desjardins (1978) ont défini l'éjaculation précoce *“comme l'habitude, chez l'homme, de vivre toute tension sexuelle en éprouvant le besoin de la résorber le plus tôt possible en décharge éjaculatoire : cette habitude se traduit par l'incapacité de moduler la montée de la phase excitatoire à la phase de plateau ”*.
- Elle serait due au modèle d'excitation masturbatoire masculin qui demeurerait similaire en couple, il en résulte donc d'une éjaculation prématurée.

## *5.4 Modèle sexo-corporel: Pistes de traitements*

- La sexo-corporelle se propose de s'occuper de l'apprentissage des habiletés motrices et des capacités de conscientisation associées “ à l'émergence, à la croissance, à la décharge et à la résolution de la tension sexuelle. ”
- Refaire de nouvelles enregistrements empreintes au niveau du corps et de la fantasmagorie pour que celui-ci élargissent son registre sexo-corporel.
- L'homme va apprendre à tendre volontairement certaines zones du corps liées à l'excitation sexuelle pour en accroître le plaisir.

## 6. *Le modèle chinois: Le Taoïsme*

- Le taoïsme fut fondé au VI<sup>e</sup> siècle par Laozi.
- Le taoïsme base sa doctrine sur le principe du Tao (ou *Dao*) qui est le principe régulateur de l'Univers, et par extension le système absolu de la perfection entoute chose.
- Ce sont au cœur de ces *Techniques de Longue Vie* que la sexualité est abordée. La sexualité lorsqu'elle s'inscrit dans la recherche et la conformité des mouvements alternatifs du yin et du yang permet de prolonger la vie de ses adeptes. Le taoïste s'entraîne à retenir sa semence par des procédés physiques et mentaux et s'efforce de surcroît d'absorber l'essence féminine.

## *Le Tao de l'Art d'aimer*

- Les Chinois ne voit pas la sexualité qu'en terme de comportements ou de plaisir, pour eux la sexualité s'inscrit dans un cadre beaucoup plus large qui demande à l'être humain de s'unir avec soi-même, avec l'autre et avec l'univers. Pour eux, sexualité et amour sont indissociable. Le Tao de l'art d'aimer ne se résume pas qu'à de simple techniques comportementales visant la performance sexuelle, il s'inscrit dans un mode de vie axé sur la santé et la plénitude qui s'organise autour de trois pilliers, soit celui de l'amour (sexualité), la nourriture et l'exercice (respiration).

## *Le Tao de l'Art d'aimer (suite)*

- Premièrement, un homme doit apprendre à déterminer l'intervalle entre deux éjaculations qui convient à son âge et à sa forme physique. De cette manière, il aura la vigueur nécessaire pour avoir des rapports sexuels selon son désir ou celui de sa partenaire.
- Deuxièmement, l'éjaculation, surtout lorsqu'elle n'est pas contrôlée, ne constitue pas l'extase suprême pour l'homme. En comprenant cela, l'homme peut découvrir d'autres joies bien plus exquises dans la sexualité. En retour, il lui deviendra plus facile de contrôler l'émission de sperme.
- Troisièmement, l'orgasme de la femme est d'une importance capitale.

# *Le Tao de l'art d'aimer et l'éjaculation prématurée*

- Aux yeux des maîtres Tao, “ *tout homme qui ne peut attendre que sa partenaire soit parvenue à la satisfaction totale chaque fois qu'il y a rapports sexuels a encore beaucoup à apprendre.* ”
- “ Le Tao de l'amour ” de Cheng Heng (1994), nous propose une hypothèse explicative en terme taoïstes de l'éjaculation précoce. Selon cet auteur, l'éjaculation précoce est essentiellement dûe à un déséquilibre des énergies, où le Yin serait déficient et le Yang excédant.

# *Le rôle du corps*

## **Cognitivo- comporte- mental**

- Lieux où sont fait les apprentissages.
- Lieu du plaisir

## **Existentiel**

- Renvoie à une donnée existentielle mais pas en lien avec la sexualité.
- Notion de ressenti corporel.

## **Sexo- corporel**

- Le corps est central dans cette approche.
- Lieux de la sexualité.
- Doit être connu et maîtriser pour en jouir au maximum.

## **Taoïste**

- Reproduit le plan du cosmos. Réserve et capte l'énergie.

# *Le but des exercices dans le traitement*

## **Cognitivo-comportemental**

- Permettre l'acquisition de nouveau comportement.
- Voir les résistances du patient.  
(*Méthode d'arrêt-départ, compression pénienne*)

## **Existentiel**

- Aucune prescription d'exercices

## **Sexo-corporel**

- Élargie le registre sexo-corporel.
- Apprendre à connaître son corps et le maîtriser  
(*Mouvance érotique, Arc réflexe*)

## **Taoïste**

- Se libérer de l'obsession d'éjaculer.
- Atteindre la jouissance ultime.
- Parvenir à harmoniser le *yin* et le *yang*.  
(*Méthode de compression chinoise*)

# *But de la Respiration-Relaxation*

- Cognitivo-Comportemental** • Diminuer l'angoisse  
(*Technique de désensibilisation systématique*)
- Existentiel** • Non-utilisé dans cette approche.
- Sexo-Corporel** • Pour percevoir l'air dans la zone ventrale (apprendre à sentir son corps de l'intérieur)  
• Ne prône pas la relaxation qui va à l'encontre des mécanismes présents dans l'excitation sexuelle.
- Taoïste** • Fortifie et améliore le corps et les organes sexuels.  
• Permet de puiser au pouvoir cosmique de l'univers.  
• Essentiel à la santé globale.

# *L'auto-observation*

## **Cognitivo-comportemental**

- Auto-observation au niveau de ses propres comportements et cognitions.
- Peu d'auto-observation de l'intérieur du corps.

## **Existentiel**

- La conscience de soi est la voie ultime pour dépasser le primitif et atteindre le plein contrôle de soi.

## **Sexo-Corporel**

- Induite chez le sujet pour qu'il prenne conscience de la géographie de tout son corps.

## **Taoïste**

- La conscience de soi et de l'univers est central.
- L'auto-observation est apprise très tôt dans la vie.

# Complémentarité Érotique

**Cognitivo-  
comporte-  
mental**

- Pas abordée

**Existentiel**

- Comprise en terme d'acceptation du dimorphisme sexuel de l'autre.

**Sexo-  
corporel**

- Basée sur la différence anatomique, il en découle une complémentarité au niveau de la rencontre sexuelle et du registre érotique et symbolique.

**Taoïste**

- But ultime de la rencontre sexuelle.
- Représenté par les concepts du *Yin/Yang*.



# *Conclusion*

Réflexion et critique personnelle