

## Quelles sont les causes de l'éjaculation précoce?

Quelqu'un qui éjacule avant la pénétration ou en quelques minutes de pénétration est atteint d'éjaculation précoce. En fait, ce trouble sexuel touche environ 30% des hommes. Voici les causes principales de l'éjaculation précoce.

1. Les mauvaises habitudes dues à la masturbation : Cette pratique sur le long terme conditionne vraiment votre réponse sexuelle comme celle d'un éjaculateur précoce. En effet, la mauvaise pratique de la masturbation pendant l'adolescence peut conduire à un affaiblissement de votre muscle pubococcygeus (pc) traduisant votre réponse sexuelle comme celle d'un éjaculateur précoce.

### 2. L'hypersensibilité du gland :

La tête de votre pénis (gland) devient sensible. Lors de vos rapports sexuels vous avez pris l'habitude de concentrer toute votre énergie érotique sur le bout de votre gland. Ce qui a pour résultat un emballement de l'excitation et une éjaculation rapide. D.ou la cause de cette Ultra- sensibilité.

3. La méconnaissance des degrés d'excitations : Vous pouvez éjaculer prématurément si vous vous laissez submerger par des sentiments sexuels et une vague extrême d'excitation sexuelle. L'éjaculateur précoce n'a pas conscience des différents paliers d'excitations. Pour pouvoir contrôler son éjaculation, il faut avant tous reconnaître et contrôler ces différents paliers. Le moment ou vous sentez que votre éjaculation est imminente est appelée le point de non retour. A ce moment précis, il est impossible de retenir le réflexe éjaculatoire, c'est le moment ou vous sentez que « ça vient ».

### 4. Le manque de connaissances sur le corps :

Le manque de connaissances sur le corps et la façon dont le processus d'éjaculation oeuvre. Donc il est important de comprendre et connaître les mécanismes de l'appareil génital masculin et les différents organes (le muscle pc, la posture du bassin etc..), savoir les localiser, puis les exercer pour pouvoir contrôler dix fois mieux votre éjaculation et remédier ainsi au réflexe de la précocité éjaculatoire.

5. Une mauvaise première expérience sexuelle : La première rencontre sexuelle doit être très agréable, soutenue et prolongée, pour une possibilité que votre futur reste assez élevé. Votre corps et votre cerveau peuvent aborder la même réponse à vos prochaines rencontres sexuelles comme elle l'était lors de votre première rencontre. C'est pourquoi les Maîtres recommandent toujours que la première expérience sexuelle ne devrait jamais être avec n'importe quel putain ou prostituée. Elle pourrait vous faire jouir plus vite et pourrait vous balancer un commentaire méchant sur votre faiblesse sexuelle qui pourrait laisser des effets très néfastes sur votre vie sexuelle future.

<span style="font-size:11.0pt;font-family:&quot;Calibri&quot;,&quot;sans-serif&quot;;  
mso-ascii-theme-font:minor-latin;mso-hansi-theme-font:minor-latin">

<span style="color:#1F497D;mso-themecolor:  
text2">**6. Autres causes :**

<span style="font-size:11.0pt;font-family:

&quot;Calibri&quot;,&quot;sans-serif&quot;;mso-ascii-theme-font:minor-latin;mso-hansi-theme-font:

minor-latin">L'étroitesse vaginale, le manque d'expériences sexuelles, le manque de confiance en soi, l'anxiété, l'alcoolisme et la naïveté sexuelle peuvent être aussi les causes de l'éjaculation précoce.

Une mise de conscience sur la compréhension et les causes du trouble de l'éjaculation précoce ainsi que l'apport de connaissance des mécanismes de l'appareil génital masculin. Vous permet de mieux gérer votre excitation et remédier au réflexe de la précocité éjaculatoire.

## About the Author

Durez et donnez enfin du plaisir dès ce soir en retardant vos éjaculations : <http://snipurl.com/stop-ejp>

Léon ejp

Source: <http://www.secrets-de-comment.com> | [Formation Marketing](#) | [NetConcept, droits de revente](#)