CLÍNICA VIVALDI · SCHEDA GRATUITA · DISFUNZIONI SESSUALI

Eiaculazione precoce

Eiaculazione che avviene molto presto, in genere entro un minuto dalla penetrazione, e prima di quanto desiderato, con disagio.

SEGNALI FREQUENTI

- Eiaculazione molto rapida
- Sensazione di mancanza di controllo
- Frustrazione o evitamento

INDICAZIONI PER TE

1. Tecniche dello stop-start o della compressione
2. Parla apertamente con il tuo partner
3. Rivolgiti a un sessuologo

PER LA FAMIGLIA E LE PERSONE VICINE

1. Parlatene senza colpe ed esplorate altre forme di piacere
2. Esercitatevi insieme con le tecniche consigliate

QUANDO CHIEDERE AIUTO

1. Se causa disagio o problemi di coppia
2. Se è comparso all'improvviso

DA OSSERVARE E ANNOTARE

☐ Eiaculo molto presto dopo aver iniziato
☐ Sento di non avere il controllo
☐ Succede nella maggior parte dei rapporti
☐ Mi provoca frustrazione
☐ Evito il sesso per questo
☐ Mi preoccupa l'opinione del mio partner
☐ Mi succede da mesi
☐ Influisce sulla mia autostima

RISORSE GRATUITE

- Test online e indicazioni: clinicavivaldi.com/it/trastorno/eyaculacion-precoz
- Guida gratuita: Coppia: clinicavivaldi.com/it/guia-pareja
- In Spagna: linea 024 (prevenzione del suicidio, 24 h) · Emergenze 112