Pozdrav. Imam 18 godina, i pre oko godinu dana sam prvi put stupio u seksuanlni odnos sa devojkom. Ali tu se javio problem. Ja nemam nikakav osecaj i nikada ne ejakuliram niti dozivim orgazam. Ali kada se samozadovoljavam to ide bez ikakvog problema, u pitanju je samo tokom seksualnog odnosa sa devojkom. Sta da radim?

Postovani,

Nemogucnost ejakulacije je gotovo uvek psiholoski problem. Posledica je nedostatka samopouzdanja, depresije, problema u vezi, straha. Uglavnom je to strah. Kasnije se plasite da necete da ejakulirate i zbog straha ejakulacija izostaje. Strah od buducih neuspeha razvija anksioznot, koja jos vise pojacava prvobitni strah, sto vodi u zacarani krug. Strah vas sprecava da se fokusirate na uzitak bez obzira da li se to desava tokom seksualnog odnosa ili klasicne mastrurbacije. Usredsredjeni ste samo na misao: necu uspeti da ejakuliram i to vas sprecava da se prepustite i svrsite.

Javite se psihijatru ili psihologu. Lecenje se sastoji u pronalazenju i uklanjanju uzroka straha koji vas blokira. Od terapeuta dobijate savet kako da vezbate, a te vezbe kasnije ukljucuju partnerku. Kada vezbate sami probajte da mastrurbirate klasicno, ali ne zadajte sebi cilj da morate da ejakulirate. Za pocetak treba da vidite da je to isto kao kada je penis izmedju nogu, da postizete erekciju, a ejakulacija ce da dodje kasnije. Kada znate da pri mastrurbaciji ili mazenju sa devojkom nije cilj da ejakulirate bicete opusteniji, mnogo blize vrhuncu, koji cete ostaviti za drugi put. Vecim brojem ponavljanja bez imperativa svrsavanja smanjicete napetost, sto je preduslov izlecenje. Vazno je da shvatite da zbog tog problema niste manje muskarac, niti ste manje vredni od drugih ljudi. Vecina mladih momaka ima u seksu sa devojkom problema, prevremenu ejakulaciju ili nemogucnost ejakulacije. Vremenom vezbanjem to se prevazilazi.

Vas Porodicni lekar