



INTIMEMENT APPLICATION

[HTTPS://WWW.LEETCHI.COM/C/I NTIMEMENT-VOUS](https://www.leetchi.com/c/intiment-vo-us)

INTIMEMENT VOUS

BUTS : CIBLER LES EJACULATEURS PRÉCOCES ET LEUR PROPOSER UN VÉRITABLE
ACCOMPAGNEMENT QUOTIDIEN

OFFRIR UN SUIVI PERSONNALISÉ ET INTERACTIF À MES PATIENTS

PROPOSER À DES COUPLES ET DES PERSONNES SEULES DE PRENDRE SOIN DE LEUR
SANTÉ SEXUELLE

DEFINITION DSM5

- On parle d'éjaculation « précoce » ou « prématurée » si la personne éjacule avant qu'elle ne l'ait décidé!
- Il y a parfois des médecins et des sites qui veulent mettre une limite pour donner un repère, on parle alors de 1 minute 30 secondes...sachant qu'une femme peut jouir en moins de 30 secondes, clitoridiennement!!
- Il y a 2 grands types : primaire ou secondaire, c'est-à-dire que la personne dans le premier cas a toujours été précoce sur ce point là, dès son entrée dans sa vie sexuelle. Dans le second cas, c'est secondaire, c'est-à-dire que ce problème survient au cours de la vie après avoir eu des rapports, une vie sexuelle satisfaisants avant.
- Un troisième type peut être déterminé, c'est l'éjaculation précoce contextuelle, c'est-à-dire qui intervient avec certaines personnes ou certaines situations lieux etc

PROFILS

- Un homme pressé, qui veut tout vite, pragmatique etc..
- Un homme contrôlant, psycho rigide, nerveux
- Un homme à fond dans la performance, surperformance, perfectionniste

La petite histoire de Jim :

Jim est un homme dévoué, sociable, bien dans sa peau et à priori sans soucis, mais une fois face à sa femme, dans l'intime du lit, il perd ses moyens!

Il vient en consultation souvent mais nous n'avancions pas, les exercices ne sont pas effectués, par manque de temps et de motivation. Je lui propose un suivi via l'appli, il a alors la possibilité de gérer sur son téléphone ses envies, ses flux et noter les fois où il a du plaisir. Il prend alors conscience que sa vie n'est consacrée qu'aux autres, et il décide de se donner une minute par jour sur l'appli pour lui...quelques mois plus tard il a retrouvé une érection correcte à ses yeux et se sent plus fort.

ACCUEIL

on remplit une base de données (voir anamnèse)

Présentation :

- 4 choix de suivi possibles
- Des avantages chez des thérapeutes et entreprises partenaires
- Un suivi en images et en graphiques
- Une possibilité de contact direct avec le thérapeute

INFOS SUR EP

30 % des hommes

Ça s'apprend, la sexualité n'est pas innée, seuls les réflexes neurologiques d'érection, éjaculation, détumescence le sont, le reste n'est qu'acquis culturellement, donc modifiable et travaillable!

Tout vient de la tension, psychologique, celle qui vous fait appréhender le moment du rapport sexuel, et physiologique, si vous avez un corps déjà ayant tendance à la résistance et à la contraction, et là encore tout n'est pas irréversible, nous sommes plein de ressources en nous!

ARTICLES SUR EP PAR MOI MEME

- RALENTIR

Non pas un cliché qui dirait que tous les mecs « speeds » sont éjaculateurs précoces mais globalement c'est une question de ralentir!

Ralentir dans l'empressement de survie, car c'est bel et bien un reste de notre imminence de proie potentielle lors de la vie préhistorique que de devoir se reproduire rapidement afin de laisser trace de vie de son espèce!

N'étant plus dans ce genre de dispositions, nous sommes donc tranquilles!

Enfin presque, parce que la concurrence animale des prédateurs sexuels est, au niveau inconscient, cellulaire, et lié à l'espèce, bien présente, qu'on le veuille ou non!

Messieurs, vous avez peur qu'on vous enlève votre festin...et c'est normal!!^^

Tout le travail sur l'amélioration du temps pré-éjaculatoire consiste à allonger l'espace temps, à prendre la mesure de chaque geste, de chaque sensation et respiration.

Les rythmes que vous aimez reviendront pas à pas après avoir pu passer par des phases lentes, que l'on pourrait appeler « slow sex », il s'agit pour les personnes qui pratiquent ensemble de se réapproprier chacun son corps et celui de l'autre, et seul également!

La pensée va trop vite sur ce moment là, la personne souvent projette déjà ce qu'il risque d'arriver dans le mouvement suivant, le fantasme est déjà tout inventé, tout prévu, le scénario catastrophe aussi d'ailleurs, ce qui met une pression trop forte à tous les niveaux.

N'oublions pas qu'il est fréquent que la sexualité recouvre le rôle de « doudou », de moment à soi et pour soi, ce qui parfois en fait une alliée de taille en période de stress mais à double tranchant : cela met une pression sur l'attente portée à sa fonction. Si elle ne permet plus un lâcher prise, un moment de plaisir et de bien être, alors on panique et ensuitele cercle vicieux est en place : je fais du sexe pour m'apaiser, ça ne marche pas, donc je contracte encore plus tout, donc ça ne me fait plus du bien, donc je perds confiance et tiens moins mes érections.

L'éjaculation peut avoir deux formes induites d'interprétation selon la personnalité de base et le type d'attachement : soit c'est un soulagement, une libération et affirmation de sa propre puissance, soit elle est induite sous forme culpabilisante et c'est un abandon, une lâcheté que d'avoir succombé, d'avoir laissé sortir...

Ces représentations là sont acquises très jeune et il convient de d'abord identifier vers laquelle de ces deux là l'enfant, l'ado s'est retourné et vers laquelle il est construit pur ensuite pouvoir pas à pas se détacher des ces a priori.

UNIVERS GRAPHIQUE

- Médical
- Scientifique
- Vintage
- Des planches anatomiques et schéma explicatifs
- Vichy, l'aspect thermal, l'eau
- Photos de volcans et de nature

ANAMNESE DE BASE AVANT SUIVI QUOTIDIEN

- Nom prénoms??
- Adresse, coordonnées complètes (mail surtout)
- Date de naissance / taille/sexe/age/poids/mesure
- Dates importantes dans la vie
- Situation actuelle concernant couple et vie de famille
- Genre/ orientation sexuelle actuelle
- Activité en cours
- OBJECTIF PRINCIPAL
- Comment la personne a connu l'appli?
- Qu'est ce qu'elle en attend? Date d'entrée

SUITE ANAMNESE DE BASE AVANT PASSAGE EN SUIVI PAYANT

- Element naturel préféré
- Couleur préférée
- Tendance de caractère
- Comportement face à une personne qui lui plaît
- Comportement sexuel (actif, passif, soumis, dominant, les 2, aimant jouer, titiller, réservé, timide, centré sur le plaisir de l'autre, ne sait pas, considère ne pas savoir faire, aime beaucoup, aversion naturelle, fort besoin, s'en fiche..)
- Thé ou café? (Intérêt c'est la justification pourquoi)
- Chien ou chat? (Intérêt c'est la justification pourquoi)
- Silhouette : ferme, sportive, molle, entre les 2, frêle, sèche, peau douce, peau fine, peau grasse, épaisse, chevelure, pareil même détails en propositions..)
- Métabolisme : rapide, c'est-à-dire je mange je vais aux toilettes rapidement, je prends un verre d'alcool je ne sens rien, je me remets vite quand je suis fatigué etc.. Lent, c'est-à-dire je mange ça me pèse, longtemps, j'ai du mal à aller aux toilettes, je bloque, un verre d'alcool met du temps mais me monte à la tête sans prévenir, j'ai besoin de beaucoup de sommeil, entre les deux, je ne remarque pas de difficulté ni de facilité particulière pour digérer,

SUITE ANAMNESE

RELATION

TYPE DE RELATION EN COURS : MARIÉ /EN COUPLE /CELIBATAIRE/COMPLIQUE/

PREMIER RAPPORT AVEC LA PERSONNE ACTUELLEMENT FREQUENTEE : CONTEXTE /SATISFACTION /
IMPRESSION / EMOTION

ATTENTES SUR LA RELATION : AUCUNE /LA PERSONNE REPRESENTE TOUT POUR MOI/CEST MON PILIER

BESOINS AFFECTIFS ET QUOTIDIENS : BESOIN DE CALINS /BESOIN D'ATTENTION/BESOIN DE
RESPIRER/BESOIN DE PARLER SE CONFIER/BESOIN DETRE ENTENDU ET CONSIDERÉ/ BESOIN DE
LIBERTE/BESOIN DE DORMIR A DEUX

PRISE DE DECISION : SOUVENT SEUL / A DEUX / CEST LAUTRE PERSONNE QUI DECIDE

RAPPORTS SEXUELS : FREQUENCE

DEROULEMENT : EST CE TOUJOURS LE MEME ?

COMMENT LES DEFINIRIEZ VOUS?

SUITE PARTIE SEXUALITE

- Mode d'excitation

Choix de réponses :

J'ai besoin de VOIR / SENTIR / RESPIRER LAUTRE / TOUCHER PALPER Pincer / CARESSER
/ ENTENDRE

IL ME FAUT UN CONTEXTE PARTICULIER POUR AVOIR ENVIE (lit, confort spécial, préciser, lieux
insolite, tenue particulière, etc)

JAIME CONTROLER PEU IMPORTE LE SENTIMENT DE LAUTRE

JE ME SOUCIS PLUS DE SON PLAISIR JOUBLIE LE MIEN

CEST UN PARTAGE

FONCTION EXCITATOIRE

• MES MASTURBATIONS

CHOIX DE REPONSES

- AVEC SUPPORT SOIT VISUEL(films x, photos, vue de quelque chose...) AUDITIF SENSORIEL (prise d'un objet avec soi, un tissu, sur sous soi, une lumière, un angle particulier??)
- Sans support
- Rapides
- Lentes et amples
- Besoin de le faire sans me prendre la tête
- Sans importance je le fais si j'ai le temps
- En cas d'ennui
- Quand je stresse
- Avant de m'endormir
- Quand je suis super énervé
- Seul/ caché/ on le fait ensemble/jeux au téléphone ou sms/peur d'être surpris/je coupe le téléphone et tout/ je ritualise c'est-à-dire je prépare tout avant
- J'ai des mouvements surtout sur le gland
- Je prend tout le pénis
- Je me caresse ailleurs sur le corps aussi / en même temps/ où / précisez
- Avec gel ou huile?
- Je me lave avant/apres?
- Je fais disparaître mon sperme au plus vite
- J'aime regarder/ jouer/conservation mon sperme
- Je n'y prête pas attention

FONCTION 1: PRISE DE DONNEES

BESOINS EN « BOUTONS » CLIQUABLES

Profil

Suivi

Graphiques (exercices, courbe de progression / état de la santé sexuelle/satisfaction)

Données quotidiennes (humeur, constat réveil, sentiment premier du matin, rêves, nourriture prise, à quel moment, sexe ou pas, protégé ou non, appétit : sexuel et gustatif, cigarette, sports pratiqués dans la journée, à quelle heure, prise de drogues/alcool, activité du jour : travail, préciser une estimation de la dépense énergétique, mouvements réalisé, autre, préciser, vue de son sexe, quel contact aujourd'hui?, aspect du corps, pression sanguine, sommeil, transit, sensibilité, douche, bain ou pas de lavage, goût principal dans la bouche aujourd'hui, salivation, prise d'un médicament, cycle si c'est une femme, prise de contraceptif ou pas, réception de sperme ou pas, à quel endroit?, sécrétions du corps, à quel moment)

Conseils

Accès à conversation avec ma thérapeute

Mentions légales

Déontologie

Articles

Infos sexe

Liens partenaires

Prise de rdv

FAQ

SAV informatique (ici je vois plutôt votre numéro)

PROFIL ECTOMORPHE/CORRESPONDANCE AVEC PROFIL AYURVEDIQUE VATA

- *Charpente corporelle délicate*
 - * *Poitrine peu développée*
 - * *Fragile*
 - * *Visage triangulaire*
 - * *Musculature légère*
 - * *Épaules étroites*
 - * *Développement musculaire lent*
 - * *Mince*
 - * *Cou long*
 - * *peau sensible aux coups de soleil et souvent peu abîmée, peu de boutons*

TYPE DE DESSINS A TROUVER DANS LE GENRE VINTAGE

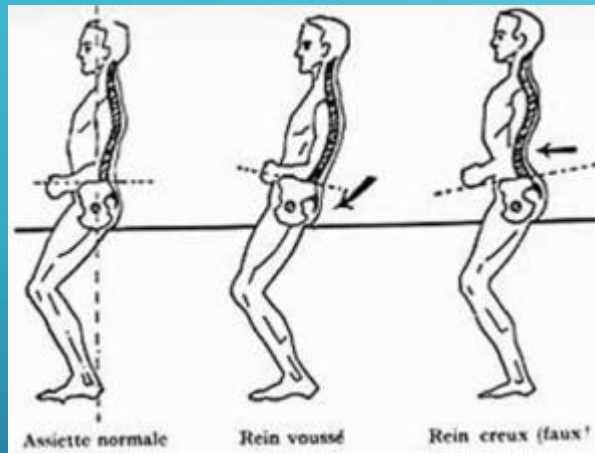


Schéma de la double bascule du bassin, que je propose de tester comme exercice en sexocorporelle.

Le but est de réussir à prendre conscience de sa respiration dans son ventre et en simultanée avec des mouvements de bassin.

Bassin part vers l'arrière, reste du corps droit aligné, inspiration on gonfle le ventre on creuse le bas du dos, on ancre les talons dans le sol!

Bassin revient vers l'avant, on expire fort fort, on creuse le ventre, serrer les fessiers vers l'avant, ouvre la cage thoracique. La technique se poursuit en effectuant la même chose en réalisant des cercles du bassin.

Tout ce déroulement se fait habillé, puis nu sans énergie sexuelle.

Etape 2 payante cette fois ci : en érection même chose!!

DEONTOLOGIE

- Toutes les données sont protégées et ne sont utilisées que dans un but d'aide.
- Nous veillons à ne vous demander que les informations nécessaires à la compréhension de votre problématique et à la mise en œuvre de votre programme de suivi.
- Les personnes mineures ne sont pas autorisées à utiliser la version payante pour ne pas les inciter à donner des informations personnelles avant l'âge adulte. Par contre dans une démarche éducative et de conseil, je suis disposée à répondre à leurs questions par messagerie via l'application ou par téléphone ou mail.

LES PARTIES DE BASE

- 4 modules de textes (descriptif des profils) avec une partie payante une gratuite
- 4 descriptions d'exercices par profil
- 4 schémas par profil de mouvements
- Des articles sur le volet ACTU
- Une page contact
- Une page liens partenaires
- Une page présentation /description de mon activité comme un catalogue

MASTURBATION

- Vous trouverez dans l'application des modules de travail thérapeutique de masturbations différentes des habitudes et vous amenant à mieux vous connaître.
- La plupart des personnes se masturbent de manière frénétique et malade, je vous apprend donc à plus prendre soin de vous et non plus à vous masturber mais à vous faire l'amour tout en découvrant votre corps.
- On ne peut offrir à autrui ce que l'on ne sait se donner à soi!