



悄悄话 20年

这是一本融知识性、趣味性和故事性于一体的书。在书中，我们选择了大家比较关心的，带有普遍意义的问题，如性知识、性心理、性养生等内容。同时，书中以主持人感悟的形式回顾了“悄悄话”从提议、创办发展到成熟这20年来的发展历程。

主编 李英华

悄悄话

20年

天津科学技术出版社

悄悄话 20 年

主编 李英华

天津科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

悄悄话 20 年/李英华主编.—天津:天津科学技术出版社,2008.9

ISBN 978-7-5308-4620-9

I.悄... II.李... III.性知识-普及读物 IV.R167-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2008) 第 150656 号

责任编辑:王连弟

版式设计:王 冬

责任印制:王 莹

天津科学技术出版社出版

出版人:胡振泰

天津市西康路 35 号 邮编 300051

电话(022)23332399(编辑室) 23332393(发行部)

网址: www.tjkjcs.com.cn

新华书店经销

天津新华印刷三厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张 16.5 插页 5 字数 315 000

2008 年 9 月第 1 版第 1 次印刷

定价: 26.00 元

排忧解难

移风易俗

悄悄话袖目袖答

一九九二年吳所平



天津市委领导到“悄悄话”节目组视察工作



吴阶平院士在“悄悄话”十周年研讨会上
回答记者的提问



吴阶平院士为节目题词



节目组负责人在全国广播电台性教育节目研讨会上交流经验



王桂芝女士采访叶恭绍教授



原天津人民广播电台台长宋银章在纪念“悄悄话”开播十周年的活动现场



两岸妇女事业发展研讨会合影



节目编播人员到天津市板桥农场采访



李英华台长在第二届女性与和谐社会论坛会上发言



参加第二届女性与和谐社会论坛的领导及
全体编播人员合影



参加第三届女性与和谐社会论坛的领导及
全体编播人员合影



第三届女性与和谐社会论坛的活动现场



“悄悄话”节目主持人在中年单身沙龙见面会上
与听众互动



“悄悄话”节目组织的中年单身沙龙见面会活动现场



专家张丽珊和她的学生们



“悄悄话”直播现场

冲破荒陌的禁区

——天津电台“枕边悄”

这

每到晚上 11 点钟,满城大都已进入甜蜜的梦乡,不少收音机,伴着温柔的音乐,收甜美的女声。尔后,有的夫妻语,有的突然间变得那么兴奋性知识,点破了他们各自多年心头封建文化的残垣,使众多人得到一些顿悟,它不光是对性的

4年来,编辑部收到听众“话”的听众遍及全国20多个省、市、自治区。内容有：“从离婚率看性教育的必要性”、“性欲是健康人的正常心理表现”、“性是衡量一个人文明程度的标准”、“永葆夫妻爱情的秘诀”等等。

方式是请专家在门诊听众的问题，同时与有关医科门诊，指导听众就医。

据悉这类门诊天津已有数都在二十到一百人之间，全国人大常委会有副委员长在全国人大常委会上说，教育在中国是一件富有历

新华社天津六月十一日电 (记者栗建昌) 记者从日前召开的全国广播电台性教育节目研讨会获悉, 目前中国已有近二十家广播电台开播了性知识教育的专题节目。据这些电台的节目制作人

台长说，节目开播以来，信，很多来信是天津市周边的，古等地的农民写来的，他们反，向人询问的许多有关性知识的，为此，天津和上海、广州，台正在探讨如何将这一节目，又在电台直播间内。

大陆电台进行性知识教育受欢迎

收听率记

台长说，节目开播以来，共收到

之收

中國天津經濟電台台長劉素琴和編輯王桂芝與中國全國人大常委會副委員長、國際著名泌尿外科專家吳階平教授合影。

深受歡迎的電台性教育節目

天津經濟電台台長劉素琴 編輯王桂芳

「曉清廣播電台，在中國大陸首創性科學教育專題節目——《悄悄話》，至今歷史了。在這七年的時間裡，
《悄悄話》節目 受到中國各地及海外的聽眾
民百餘（每外版）
等300多家新聞媒體紛紛給予報導，
題世界婦女大會期間中央電視台《
常委會副委員長，中國醫學會
天津的《悄悄話》節目
數無量的大好事！」
至國家領導人的好評，
一個問題是一個極其難
否義之事為一談，從科
典、百業欲立，性科學
的混亂時期，一性一問題，
開放的新階段以來，在
一方面廣大的人民群眾也極
渴望甚至饒舌的狀態下其

NESE PRESS《8國文語訳集》

4/4/18 In addition to sex education, the program offers on love affairs, marriage and general family problems. expanded to include live discussions on air with answering calls from listeners. The success of the program has led to the airing of similar programs in B

亞
洲
日
報

从谭嗣同到
我们敬爱的周
向这一领域发
一定要让国
摆脱出来...

人民日报

海外版

PEOPLE'S DAILY
OVERSEAS EDITION

1993年5月11日 星期二
癸酉年闰三月二十 第2596号

国内代号1—96 国外代号D797 人民日报社出版 北京、香港、东京、旧金山、纽约、巴黎印刷发行

空中传来悄悄话

栗建昌

中國廣播

牢牢把握性宣传的“度”
是办好“悄悄话”的关键

王桂芝

23期	1995年6月6日 介绍6月12日—6月18日
	中央人民广播电台主办 代号:1-8

400期

本欄訊 由天津經濟廣播電台台長劉雲萍和該台《情懷話》節目監制王桂芝合寫的論文《論在廣播節目中創設教育節目的重要性》，近期曾在有關場次引起和激發，為解決當前社會問題和促進社會和諧發揮了良好的作用，受到中外人士的好評。

(萬卯義)

天津經濟電台
國際優秀論文

获奖

[illegible]

全国广播日

情情

登大雅之堂
 我国不同地域上
 节目中自然而然出
 进久闭的心田。
 南，悄悄地走近
 万户敲开了夏
 5年前
 电台率先公
 不超过10
 为半小时
 达着对广
 众来信
 省市、
 国各
 识、
 一
 使

国内外报纸对“悄悄话”节目的报道及节目编播人员在各种报纸上发表的文章

作者名单

主 编 李英华

副主编 黄德懿 王敬轩 崔昕昕

编 委 刘 方 魏 飏 孙艳君 孙立君

序

这部书所记录的,不仅是一个节目的创办和发展经历,而且是改革开放以来人们思想意识、价值观念的变化过程。

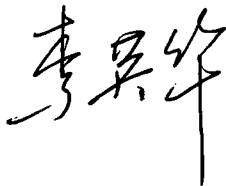
二十年前,天津人民广播电台开办了一档涉“性”类节目,这是中国第一个广播的性教育节目,创办者为它起了一个含蓄而又羞涩的名字“悄悄话”。时至今日,我们仍不得不佩服创办者们的智慧,这三个字不单单是对这类节目传播状态的精确概括,也是囿于当时历史环境的无奈之举。因为“性”历来是中华民族讳莫如深的字眼,尽管连中华民族的文化鼻祖孔子也承认:“饮食男女,人之大欲存焉。”而在现实生活中,谈性思淫,论性色变,仍然充斥着国人的习惯思维之中。

二十年的辛苦,挫折自不必说,但节目的创办者和承继者们始终抱定了一个宗旨:宣传性文化知识,为听众提供最贴心的服务。他们的努力赢得了听众的衷心拥戴和支持,“悄悄话”节目连续数年获得了“天津广播电视名牌节目”称号,并获得了这一称号的终身荣誉,收听率和满意度等指标一直名列天津广播的前茅。

今非昔比,经历了三十年的改革开放,我们的价值观念和思想意识已经发生了深刻的变化,我们终于可以用较为科学的目光注视着“性”这样一个与人类的繁衍、进步密不可分的现象,传播科学的健康的性知识、性文化已经不再需要悄悄地进行了,这一过程实际上也在一个侧面或者说是一种角度上诠释了三十年改革开放的历史进程和丰硕成果。今天当我们神情淡定地享受着这门科学带给我们幸福和快乐时,我们真应该感谢这些知识的创造者和传播者。他们的名字写在了这本书里,他们中有从事性科学知识的研究者,有直接为患者服务的医务工作者,有电台的老领导、有“悄悄话”节目的几代编辑和主持人,他们将自己对这个节目的感情融入自己的文章中。相信他们的名字已经通过这个节目为广大听众广为熟知了。

尽管“悄悄话”已无需悄悄地说了,但我还是十分钟情于这个名字,它所传递出来的那种温情和温馨或许是我们枕边最动听的声音。所以当这种声音转变成文字时,建议您不妨也在枕边放上一本,因为书中不仅有回忆和感悟,还有对您的关怀和呵护。

天津人民广播电台台长兼总编辑



前言

过去,人们对性不仅存在很多困惑,而且还有一些错误的观念,也有很多人因为无法有满意的性生活而感到困扰,但是这方面的痛苦却没有办法向别人倾诉。因为在我们的传统观念中,性是不可以说的,无论你经受了怎样的痛苦都要深深地埋藏在心里。别说是正统的教育,就是来自家庭的性教育都没有,父母不能给孩子性教育,不是他们不想,而是他们自己也不知道如何教育。成年人被压抑的性、放纵的性、曲解的性困扰着,这不仅影响着他们自己的生活,还对社会的稳定和家庭和谐造成了不良的影响。20年前“悄悄话”节目在天津人民广播电台播出了,这是中国第一个广播性教育节目,来自大众主流媒体的声音公开向听众传播性科学知识和性道德、性治疗方面的内容,这无疑是中国改革开放中令人震惊的一件事。

在这20年来,“悄悄话”的编播人员和专家学者,用他们的专业精神,克服种种困难,为听众答疑解惑,“悄悄话”成为人们信赖和尊重的名牌节目,并在国内外产生很大影响。在这20年里,节目得到了广大听众的大力支持和厚爱,在历任广播电台领导的大力支持与帮助下,不断创新,来应对在新的社会发展中出现的问题。过去人们对性知识不了解,渴望得到性知识,现今人们可以从很多渠道了解性知识,因此而获得了大量信息,但人们又无从筛选哪些东西是自己真正需要的,所以需要在“悄悄话”节目中求证。不仅如此,情感的困扰有很多与性心理有关系,而现代人偏重于自我情感追求的实现,常常在混乱中迷失自己,性教育可以为他们提供帮助。对于性教育人们有一个认识上的误区,认为性教育就是性生活教育,其实性教育不仅要关注基础的性生理方面的内容,更要关怀性心理、性道德、人的成长、情感智慧、婚姻家庭、爱的能力等教育内容。当大众的生活中出现困扰的时候,他们可以利用“悄悄话”提供的信息和知识以及思考问题的角度,做一个有见识的决策。

20年中,节目积累了大量的性教育资料,汇集的内容几乎涵盖人生的各个年龄阶段。在“悄悄话”播出20周年之际,我们将这些资料奉献给广大的听众朋友。在读这本书的时候,您会重温“悄悄话”20年来在夜空中陪伴您的温馨,您会感觉很熟悉、很亲切。很多知识是在我们每天的节目中播出的,而讲这些知识的人也是听众非常熟悉的专家、主持人。20年,说的内容太多,有朋友算了一笔账:20年7800天,每天1个小时节目,1个小时说8000字,这20年要说5千多万字,听众就算每天提一个问题,20年就有7200个问题,一本20万字的书实在容纳不下。这是一本融知识性、趣味性和故事性于一体的书。在这本书中,我们只选择了大家比较关心的,带有普遍意义的问题,比如性知识、性心理、性养生等等。同时,书中以主持人感悟的形式回顾了“悄悄话”从提议、创办发展到成熟这20年来的发展历程,相信喜爱、支持“悄悄话”的朋友们会从中了解到节目背后感人的故事。为了满足听众的需要,以后我们会陆续出版“悄悄话”系列丛书等,以满足听众不同的需要。

编者

目 录

感悟篇

- 我们缘何办起“悄悄话”节目 /2
- “悄悄话”，我们的骄傲
——从节目创办谈起 /6
- 不情愿
——我与“悄悄话”的缘 /12
- “悄悄话”节目带给我的…… /14
- “悄悄话”，促进我成长的平台
——写在“悄悄话”节目开播二十周年的话 /17
- “悄悄话”二十年感悟 /18
- 男人与性
——写在“悄悄话”开播二十周年的话 /21
- 我与悄悄话 /26
- 感悟 /30
- 当前的男人与女人：爱一个人好难 /34
- 与刘芳共赴听众朋友的心灵之约 /37
- 值得回味的生活 /41

生殖生理知识篇

- 男性世界 /46
- 精液的构成与特性 /46
- 性器官与性功能 /47
- 性欲与性功能 /50
- 各种因素对性欲和性功能的影响 /55

目

录

什么是和谐的性生活	/61
如何解决性生活不和谐的问题	/61
性功能失调的问题	/64
如何调节性功能失调	/65
影响性生活的各种性功能障碍问题	/66
解决性功能障碍的各种训练	/66
中老年男性的性功能变化	/68
正确对待老年人的性生活	/69
中老年男性如何增强性能力	/69
性欲障碍之一——性欲低下与无性欲	/70
性欲障碍之二——性欲亢进	/76
射精障碍之一——早泄	/78
射精障碍之二——不射精症	/82
遗精	/89
自慰	/90
性交疼痛	/92
女性世界	/95
女性的心理与生理需要	/95
育龄妇女生殖道感染的防治	/101
让孩子认识自己的性别	/114
什么是性染色体	/114
什么是性生殖腺	/115
什么是性激素	/115
什么是内性器官	/116
什么是外性器官	/116
我们怎样认识性别	/117
让孩子性别认同	/117
关心孩子的性反应及性行为	/117
父母的担心	/118
父母怎样跟孩子说性	/119
家长要和孩子们谈性	/119
性病防治	/123
中医谈性	/146
谨防房事猝死	/147