

● 贵知 编

枕边悄悄话

新婚必备、夫妻必读

天津人民出版社

zhenbianqiaoqiaohua

tianjinrenminci



枕边悄悄话

贵知编



天津人民出版社

(津)新登字 001 号

枕边悄悄话

贵 知 编

*

天津人民出版社出版

(天津市张自忠路 189 号)

天津新华印刷一厂印刷 新华书店天津发行所发行

策

787×1092 毫米 32 开本 5 印张 104 千字

1990 年 3 月第 1 版 1993 年 2 月第 2 次印刷

印数:50,001—100,000

ISBN 7-201-00540-5/G·206

定价:2.95 元

内 容 提 要

《枕边悄悄话》作为专题讲座当初在天津人民广播电台播出时曾受到广大听众的热烈欢迎。它用通俗的语言、生动的事实向人们普及性知识，朴实无华而又深入浅出地阐述了许多本该为人们所掌握而不少人却未加掌握的道理，起到了消除性神秘、扫荡性愚昧的良好作用。汇编成书的这本《悄悄话》内容比起当初来要更加丰富，愿它也像当初一样，悄悄、悄悄地给千家万户、万户千家带去美满、幸福与和谐。

写 在 前 面

《枕边悄悄话》是天津人民广播电台一九八九年元月开始在《海河夜话》节目中开办的专题讲座，旨在解答夫妻间普遍存在的问题及听众的提问，给听众一些必要的性知识，解除因“性盲”造成的痛苦，起到加深夫妻感情，增进家庭幸福，优生优育，推进社会稳定的作用。

从节目播出的第一天到重播，每天都有不同层次的众多听众写信倾诉他们几年、十几年乃至几十年来“不可告人”实则又普遍存在的“性”问题。每一讲播出后，也都有听众来信为自己解脱了痛苦或看到了出路而深表谢意。

正如天津日报介绍的那样，悄悄播出的《枕边悄悄话》正悄悄地给千家万户送去温暖和谐。

为满足广大听众的要求，我们把广播稿汇集成书，作了适当的编辑加工，并增加了一些广播稿中所没有的内容。书中不足之处敬请广大读者批评指正。

吴阶平教授及国内外有关专家曾对《枕边悄悄话》讲座的开办给予过热情的支持和帮助，在此谨表谢意！

本书作为广播稿在电台播讲前的审稿人有宋银章、刘玉俊、李绍曾、霍永祥同志。对他们的辛勤劳动，在此也谨表谢意。

一九九〇年三月八日

目 录

开展性教育很有必要·····	贵 知(1)
----------------	--------

专家座谈纪要

从离婚率看性教育的必要性·····	傅志琦(5)
-------------------	--------

性生活是夫妻生活的重要部分·····	傅志琦(8)
--------------------	--------

你了解人的性器官和性反应吗? ·····	胡 湖(12)
----------------------	---------

谈谈人的“性” ·····	齐善鸿(17)
---------------	---------

性与爱 ·····	孙 非(21)
-----------	---------

夫妇应该常谈“性” ·····	孙 非(25)
-----------------	---------

性欲是健康人正常的生理要求 ·····	孙 非(30)
---------------------	---------

性生活卫生和疾病 ·····	傅志琦(34)
----------------	---------

谈谈性生理与性功能 ·····	傅志琦(38)
-----------------	---------

性障碍与性和谐的标准 ·····	傅志琦(43)
------------------	---------

怎样激发妻子的性欲? ·····	刘桂英(46)
------------------	---------

女性的性要求得不到满足的反应和危害 ·····	江 社(50)
-------------------------	---------

怎样延长性交时间,防止早泄? ·····	胡 湖(52)
----------------------	---------

谈谈夫妻性生活的禁忌 ·····	张其博 邵国钧(56)
------------------	-------------

一分钟做爱的害处 ·····	孙 非(60)
----------------	---------

夫妻性生活与优生 ·····	张其博(64)
----------------	---------

性生活与避孕 ·····	张其博(68)
--------------	---------

阴茎套避孕意外及补救措施 ·····	杨 鹏(73)
--------------------	---------

性生活与年龄的关系 ·····	李 槐(76)
-----------------	---------

谈谈孕期的性生活	陈仲舜(78)
新婚之夜与处女膜	傅志琦(82)
怎样预防“蜜月性膀胱炎”	杨 鹂(86)

——过好蜜月期性生活

谈谈性欲亢进和大龄男女的新婚性生活	陈仲舜(89)
中年人的性生活	陈仲舜(93)
老年再婚者的性问题	齐善鸿(97)
一场本可避免的绝经期房事悲剧	杨 鹂(101)

——绝经期妇女应怎样过性生活

关于手淫的答问	陈仲舜(104)
谈谈女性性冷淡	陈仲舜(108)
妻子是“石女”怎么办?	杨 鹂(113)
丈夫阳痿该怎么办?	陈仲舜(117)
阴茎短小会影响性生活吗?	陈仲舜(121)
怎样防止精液过敏症?	杨 鹂(125)
女子切除子宫后还能同房吗?	杨 鹂(128)
夫妻性生活中的虐待与受虐待现象	齐善鸿(131)
谈谈性变态与恋物癖	陈仲舜(135)
女性的性困惑	齐善鸿(139)
夫妻性交被子女看见怎么办?	贵 知(143)
药物对性的影响与危害	贵 知(146)
没有性生活的夫妻	孙 王编译(150)
他是得了“性病”吗?	杨 鹂(152)

——谈性病的种类及预防

开展性教育很有必要

——专家座谈纪要

贵 知

亲爱的听众：现在已经快晚间十一点了，孩子们大都进入甜蜜的梦乡，作为父母和夫妻，往往在这夜深人静之际，才有机会说说悄悄话。

作为您的知音，我们还打算用这个时间为您开办一个《性知识讲座》，但又有所顾忌，因为，这在全国来说毕竟没有先例，加之有相当一部分人仍是谈“性”色变。

为此，本节目记者王桂芝走访了一些有关人士，并召开了座谈会。下面，就把座谈的录音放给您听听，请您帮着拿个主意。

在播放录音之前，我先来介绍一下：发言者有：天津市心理卫生顾问、性心理专科教授陈仲舜，南开大学心理学教授孔令智，天津社科院社会心理学研究中心主任、副教授林秉贤，美国综合科学研究中心国际理事、南开大学心理学副教授孙非。下面请听座谈录音。

王：电台究竟应该不应该开办《性知识讲座》请你们几

位谈谈自己的看法。

陈：我先来说一下，我是个学医的，具体说是搞医学心理的，在市里开了几处心理咨询的机构，经常接触一些人，他们常常就性的问题向我提出很多很多的问题，如夫妻间关系问题，夫妻间性的问题占有什么位置以及性的和谐问题、生活、感情问题，电台设立这个栏目，给家庭，特别是夫妻提供了学习性知识的机会，就社会需要、家庭需要、生活需要来说，都是很重要的一件事。

孔：有的人一说到性就斥为黄色，我不这么看，有黄色的，但性科学不是黄色的，它是一门科学，这个问题有时牵扯到一个人的一生幸福，所以我说它很重要，而且有时并不是人人都能理解的，人这一生有的就没爱过别人，也没被人爱过，同时我认为这是个应该争取的阵地，它不是真空的，不是说你不去管它，不去关心它它就不存在。

林：作为社会主义精神文明的一个重要组成部分，我个人认为，应该对广大群众进行性的教育。几千年来，尤其在中国这块土地上几乎对这个问题闭而不谈，认为这都是不应该说的，对这个问题如果不进行正确的教育，而有些人在毫无性知识的情况下去从事所谓的性的交往，那么所出现的问题就不是我们科学研究能允许的，它就必然导致社会问题，导致许多悲剧，影响千家万户的幸福。

孙：从我们国内情况来年，在南方一些城市，性病已到了严重的地步，婚前性行为，这种不道德的行为在我们国内也是很严重的，如广州荔湾区，进行婚前身体检查，结果发现70%的女孩子已经怀过孕或正在怀孕，北方有个大学女同

学进行体检，发现好多女孩子都戴着环，这就很有必要对她们进行性教育。接受一点性的教育，对增进夫妇间的感情是很有好处的，因有的人并没有这方面的知识，如有对夫妇，还是大学生，结婚多年，他们认为生孩子就是两个人搂抱在一起，这就可以怀孕了，是分子振动进入了女方的身体，这虽是很偶然很个别的例子，可很有教育意义。据我所知，有很多妇女，一辈子孩子生了好几个，但什么是性乐高潮从没有体验过，觉得生孩子只是个义务，这是个很严重的问题。从另外角度说，我们中国的很多很多人，用一种不一定很恰当的语言来形容：是性盲，缺乏一种必要的、科学的性知识，这除了科学知识缺乏外，还有长期的文化观念、道德观念的禁锢。还有人对于性解放持一种歪曲的理解，无论从正的角度或反的角度来说，天津广播电台干这个工作，我觉得于国于民，于所有人都是有益的事情，而且是顺乎潮流，也是我们党和政府所提倡的，符合千千万万已婚者和未婚者的希望。

陈：我最近在心理学门诊开了个性医学门诊，最近几天接连不断地有新婚夫妇一起来咨询，他们不知道怎么过性生活。我遇到一个女医生，她和她丈夫生活了两年没有一次性生活。这仅仅是新婚时的问题，人当然不只新婚这一个段落，从青春期到老年整个几十年有好几个阶段，拿中年人来说，夫妻关系和年轻人不一样，男同志正在事业的忙碌阶段，女同志料理大了孩子相对处于清闲阶段。于是，很可能女方性的要求就高，而男方要求相对下降，于是就造成了夫妻间关系不和谐，由此产生怀疑、猜忌，夫妻关系趋于恶化，甚至出现了幻想中的第三者。

陈：还常常出现监督、跟踪、盯梢、拆信等行为。

孔：很可能真的出现，由于夫妻关系不融洽，也可能产生第三者。

陈：但往往弄假成真的也有，本来什么事也没有，这么一猜疑，使对方反感，往往把他逼上梁山。

孙：我们这次讲座的宗旨是以科学战胜愚昧，以道德战胜不道德。

林：天津电台开辟了这个节目，把这项工作抓起来，有可能使我们天津的工作搞得更好，因为国家安定了，青年男女交往过程日趋正常，他们的力量发挥得就更好。

听众朋友，听了以上四位同志的座谈，您的感受如何？看来，开办这个栏目是顺乎潮流的，其必要性他们都说得很清楚，在这里就不再多说了。

我们只想告诉朋友们，为了社会的安定，家庭的和谐，个人的幸福，我们决定开办这个栏目，定名为《枕边悄悄话》。

您有什么要求、建议或心理话，请联系，我们的电话是31. 8359。也可给本书责编潜波写信，邮码300020。再见，祝大家晚安。

从离婚率看性教育的必要性

傅志琦

去年，我们在一个区法院进行离婚问题调查的时候发现有这么一对夫妻：妻子是干部家庭出身，在某单位搞电讯业务，中专毕业。丈夫是大学毕业，中学教师。两人结婚后，只知应当同床共枕，不知其他。结婚三年，他们常为一些琐事口角，于是分床而居。男睡沙发，女睡床。说是因夫妻口角，彼此嫌恶。一直到妻子起诉离婚。事实是到这位妻子起诉离婚时，她仍是处女。值得深思的是，女方起诉理由是夫妻口角，彼此嫌恶。男子答辩也是口角，脾气不投。双方均未涉及性的问题。据了解，这对夫妻性知识缺乏，甚至到了一无所知的地步。应当这样讲：这是一例典型的性盲悲剧。他们身居城市，但由于家庭、学校的环境和他们所受的家庭教育、学校教育都带有浓厚的封闭性、传统性，于是导致使他们成为性盲的悲剧。

其实，在我们国家，何止他们两个？我们的社会，长期以来形成一种若有若无的“性欲就是罪恶”的错误概念，提到性，就被认为是低级趣味，和道德情操水火不容。并且在

性的问题上设置了种种禁区，许许多多的人也不习惯谈；更不准写，不准讲课。多年来造成了广大人民群众对性的知识极端贫乏，造成了许许多多的性盲。特别是年轻一代，由于性知识缺乏，有些人把性的问题看得很神秘，有些人则认为性生活是见不得人的丑事，一说就脸红、心跳，不敢启齿。

实际上，性是日常生活中极其自然的事是正常的生理反应，是青少年在其发育成长的青春期变化过程中想回避也回避不了的问题。

问题在于我们越把性的问题神秘化，不谈、不写，越能引起青少年的“关注”；越是不从正面对其进行性科学教育，人们，尤其是青年，越会通过影视、报刊，借助生活的各种环境，对动物生活的观察，去揣摩性的许多问题，根据听到的和看到的做出有关性方面的举动。我们不对他们进行科学的生理教育，他们就会自我教育。可惜，这种自我教育往往是片面的，或者是被歪曲了的。有一些青少年为此走上了性犯罪的道路。随着时间的推移，少年成为青年；尔后又进入婚龄。婚后，由于性知识贫乏和青春期的无知和愚昧，更不知要给夫妻生活带来多少苦恼和酸辛。有两个数字在这里说一说可能有助于我们对这个问题的了解。一个是：据资料表明，大约有 20% 的青少年，由于青春期性无知而影响到成年结婚后的性生活。另一个数据是：在离婚调查中，大约有 25% 离婚诉讼是由夫妻性生活不协调引起的（至少是 25%，因有许多人不从这方面起诉或在起诉中避而不谈）。一个 20%，一个 25%，这两个数字难道还不能说明性科学教育的重要意义吗？

如何彻底解决这个问题呢？

我们认为彻底解决这个问题的方法在于把性科学的教育普及、加强，不仅对青少年开展性科学教育，对成年人，对新婚夫妻、青年夫妻以至中老年夫妻的性生活都应加以科学指导，使人们获得一些较为系统的，比较科学的性知识，补上青少年时代青春期教育这一课，提高性知识水平，过好夫妻性生活，进而增进夫妻间的和谐度，让全国涌现出更多夫妻和美，健康向上的现代家庭。

性生活是夫妻生活的重要部分

傅志琦

在今天的这次《枕边悄悄话》节目里，我们要谈的话题是，性生活是夫妻生活的重要部分。

首先，我们应当知道，性生活是夫妻间自然的事情。性生活是婚后家庭生活的重要组成部分，而且是不可缺少的部分。健康、和谐的性生活会给家庭增添幸福和光彩。反之，可能会给家庭带来困惑，蒙上阴影。虽然性生活给人们的印象是复杂的、神秘的，但是不能因为复杂、神秘而不敢问、不敢学，而是应该正确地认识它、学习它。这对于新婚夫妻是十分必要的。

其次，我们还应当知道，性生活对于建立家庭以后的夫妻是自然的事情，不应当大惊小怪。我们常见的情况是，有些青年女性，由于婚前所受教育的传统性、封闭性比较浓厚，本能地对性的问题有回避心理。于是，对于婚后丈夫的性要求有厌恶感；也有些青年男性，认为性就是罪恶，性就是淫荡，婚后，对于较为主动地要求性生活的妻子产生不正常的看法。我们认为这两种情况都是不正常的，是缺乏性知识的

表现。我们说：无论是丈夫或妻子对性的要求都是平等的，无论谁主动都是无可厚非的，都是正确的。

另外，也有许多单纯幼稚的青年男女，跨入新建家庭的大门，还没有来得及在风和日丽的春日去品尝爱情的甜蜜，就由于性生活不和谐、无知和纵欲，形成性障碍或患上性疾患，伤害了身体，造成了家庭悲剧。严重者，由于没有接受过性科学知识，结婚以后，还会养成错误的违反性科学的习惯，以致遗恨终生。

第三，大家要知道，夫妻性生活的完善要有一个过程。不是在很短的时间内就完美得了的。

新婚夫妻具备不具备性知识，是不是受到性科学的教育，这直接关系到夫妻性生活的质量。但是，人们还应当清楚的是，一对夫妻性生活的和谐、美满，并不是一朝一夕就能达到的，正像人与人间的感情不是一下便可以融洽一样。虽然人可以一见钟情，但性完善却未必能一下子就能做到。这需要夫妻间诚心的培养和耐心的等待。

因为人类的性行为不同于动物的根本点，就在于它是包括人类思维、语言、情感，甚至意识形态影响在内的社会心理因素与生物因素相互作用的表现，是包括自我力量、社会知识、个性和社会准则等与生理功能密切结合的一个高度复杂的体系。我们能够全面地、正确地理解人类的性行为，就会理解为什么说性完善要有一个过程。对于新婚夫妻来说了解这一点也是非常必要的，这可以避免误解和丧失信心、耐心。

第四，性生活需要夫妻间互相谅解与合作，即使夫妻性

生活产生了障碍，出现了什么问题，也要妥善处理，不可操之过急，更不许互相推诿、指责。

因为互相埋怨，常会产生相反的效果。谅解和宽慰，爱护和合作，常常是“技术”和药物所不能代替的。

如果夫妻一方过于急躁，只顾自己，不考虑对方，长此以往，就会造成性生活紧张，甚至会因此产生逆反心理和厌恶情绪。

第五，夫妻间应适当交流性生活感受。常常有这种情况，许多夫妻文化教养、社会文化背景、生产习惯，均有相似之处，感情也很融洽。并且会就一般社会、经济、政治、文学艺术以及生活中的各种问题，经常交换着看法，没完没了，可就是对性问题避而不谈，甚至谁谈了会遭到对方白眼，这是不应该的。

实际上，夫妻间各自对性的认识，日常的感受和有关性的一切想法，都可以谈给对方听。

作为丈夫，切不可认为自己和妻子谈这些，会被妻子看不起，伤了大男子的自尊心。作为妻子，切不可怕谈这些，怕丈夫认为你“淫荡”，认为你“有邪念”，因而也不愿谈论这些事。

其实，夫妻性生活的和谐与否，取决于在每个细节上夫妻是否默契与配合。

这就要求男女双方既保持独立，又采取主动态势。你不谈你的看法与感受，他也不谈或不主动谈他自己的看法与感受，那么双方又怎能理解与谅解并予以密切配合呢？因此，夫妻都应该有勇气正视性生活，勇敢而又和蔼地把自己的感受，