

Cerveau féminin / cerveau masculin ¹

par Serge Ginger ²

... Vous avez de la chance aujourd'hui : vous aurez droit à *deux conférences !...*

Et comme je dispose de peu de temps, je ferai ces deux conférences *en même temps !*

... Une pour les femmes ; une autre, pour les hommes !

... D'ailleurs, *j'ai déjà commencé !*

... Les quelques mots que je viens de prononcer, les femmes et les hommes — ici présents — ne les ont pas entendus de manière identique !

Tout d'abord, les femmes, (en *moyenne statistique*, bien entendu, et avec de *larges variations individuelles*)

- entendent *deux fois plus fort* (2,3 fois, en moyenne)³ : elle m'entendent donc « crier » — et me croient agressif ou en colère... Tandis que les hommes ont le sentiment que je parle de manière « confidentielle et complice »...

- elles m'entendent avec leurs *deux hémisphères*, tandis que les hommes m'écoutent essentiellement avec l'hémisphère *gauche*, verbal, logique — et donc, critique. Les femmes mobilisent, *en même temps*, leur *hémisphère droit* (leur corps calleux est plus important)⁴ et mon discours est donc *coloré d'émotions*, perçu subjectivement — à travers leurs désirs et leurs craintes, leurs valeurs éthiques et sociales (par exemple, féministes...). Elles entendent *ce* que je dis, mais surtout *comment* je le dis : elles sont plus sensibles aux inflexions de ma voix, au rythme de ma respiration, etc.

Bien entendu, cette prééminence de *l'audition* et de *l'écoute subjective* chez la femme n'est qu'un détail — dont l'intérêt principal réside dans le fait qu'elle se manifeste entre nous, *ici et maintenant*.

En fait, nous appartenons à deux « espèces » différentes !

À notre époque où l'on vient d'achever les premières phases de décryptage du génome humain, vous savez peut-être qu'on a pu montrer que *l'homme et le singe* possèdent un patrimoine génétique de base, *commun à 98,4 %* ; ce qui laisse 1,6 % de différence seulement... contre environ 5 % de différence génétique entre l'homme et la femme⁵. Ainsi, un homme mâle est physiologiquement plus proche d'un singe mâle que d'une femme !

... Et, naturellement, les guenons sont proches des femmes !

Ces calculs *quantitatifs* et *provocateurs* négligent, bien sûr, l'aspect *qualitatif* : les gènes contribuant au développement du *langage, de l'art, de la philosophie...* Mais ils soulignent l'écart considérable entre les deux sexes, dans *la plupart des espèces animales* — dont l'espèce humaine — l'importance centrale de *l'identité de genre*,

¹ **Cette conférence a été donnée**, par ailleurs, à de nombreuses reprises (avec diverses variantes), notamment à :

- Moscou, au 10^e Congrès de l'Association Européenne de Psychothérapie, en 2001 ;
- Vienne, au 3^e Congrès mondial de Psychothérapie, en 2002 ;
- ainsi qu'à Paris, Strasbourg, Orléans, Cannes, Montalivet, Frankfurt, San Francisco, Cracovie, Kiev, Lviv, Rome, Bruxelles, Bucarest, Budapest, Belgrade, Malte, Moscou, St Petersburg, Vladivostok, Fort-de-France, Marrakech Tokyo, Pékin, Miami.

Elle a été partiellement publiée dans :

- la *Gazette des Psychothérapeutes professionnels*, N° 2-3, juill. 2002, Moscou (en russe) ;
- la revue *Cultures en mouvement (Sciences de l'Homme)* N° 53, déc.- 2002-jan. 2003, Antibes ;
- le magazine *Psychologies*, N° 221, juill.-août 2003, Paris ;
- *l'International Journal of Psychotherapy*, Vol. 8, Nr 2, July 2003, UK, (en anglais) ;
- *Psychodrama and Modern Psychotherapy* N° 3-4, July-Sept. 2003, Kiev (en russe) ;
- *Forum of Psychiatry & Psychotherapy*, tome 5, 2004, Lviv (en russe) ;
- *Réel*, N° 77 (janvier 2005).

² **Serge GINGER** : psychologue clinicien, psychothérapeute didacticien en Gestalt-thérapie, spécialisé en neurosciences depuis 20 ans.

Fondateur de l'*École Parisienne de Gestalt* (EPG),

Président de la *Fédération internationale des Organismes de Formation à la Gestalt* (FORGE),

Secrétaire général de la *Fédération Française de Psychothérapie* (FFdP),

Responsable de la Commission européenne d'accréditation des instituts de formation des 41 pays de l'EAP.

Auteur de trois ouvrages sur la Gestalt-thérapie et la psychothérapie (*traduits en 12 langues*).

³ DURDEN-SMITH J. & DESIMONE D. (1983). *Sex and the Brain*

⁴ Cette spécialisation cérébrale moins poussée permet aux femmes de mener plusieurs tâches simultanément.

⁵ 5 % sur 25 000 à 30 000 gènes = environ 500 à 600 gènes, intervenant chacun sur plusieurs centaines de caractéristiques.

ou « *genralité*⁶ » (sentiment d'appartenance au genre masculin ou féminin) — à ne pas confondre avec l'identité sexuelle. J'essayerai de laisser de côté les positions idéologiques *a priori* sur « l'égalité des sexes » et notamment le féminisme périmé qui revendique une égalité mythique avec les hommes, au lieu de valoriser les différences, voire les supériorités de la Femme.

Habituellement, je développe à mes étudiants ces différences — et notamment leurs retombées dans la *pratique quotidienne de la psychothérapie* — au cours d'un séminaire de *quatre journées pleines*⁷.

Aujourd'hui, je ne dispose que d'une soixantaine de minutes et je me contenterai donc d'une simple *énumération* d'une trentaine de différences essentielles entre les femmes et les hommes.

L'épigénèse du cerveau

Au cours de cette brève communication, j'ai délibérément choisi de me centrer sur les aspects *neurobiologiques* soulignés par les recherches contemporaines, parfois insuffisamment connues. Cela ne sous-estime en rien l'importance des aspects *psychologiques et sociaux* mieux connus et n'implique *aucun déterminisme rigide* puisqu'on peut même intervenir sur « l'expression génique » par la psychothérapie ou l'éducation⁸.

Par ailleurs, il va de soi que les différences *individuelles* sont souvent plus importantes que les différences de genre⁹. Ces dernières ont cependant un poids *statistique* indiscuté, qui apparaît dans les très nombreuses études scientifiques internationales et dans plusieurs méta-analyses¹⁰, portant souvent sur des milliers d'études.

C'est l'éternelle question : *Nature et Culture* — et leur intrication permanente tout au long de la vie. Comme le rappelait Jean Rostand, n'oublions jamais qu'« *il est dans la nature de l'Homme de lutter contre la Nature* ».

L'*épigénèse* du cerveau, c'est-à-dire son développement en fonction de l'environnement culturel, a notamment été souligné dans l'ouvrage classique de Jean-Pierre Changeux : *L'Homme neuronal* (1983). Ainsi, on vient encore de confirmer récemment par les techniques d'imagerie cérébrale que la surface du cortex représentant la main gauche s'élargit chez les violonistes, tandis que les aires d'orientation spatiale se développent chez les chauffeurs de taxi. On sait aujourd'hui que la plasticité du cerveau se maintient jusqu'à un âge très avancé.

Il n'en reste pas moins que le comportement *extérieur* et le vécu *intérieur* des hommes et des femmes est largement conditionné par des dispositions *préexistantes* de nature biologique, *sur lesquelles* viennent se greffer les influences éducatives et culturelles. Nous y reviendrons tout à l'heure.

Nous allons donc évoquer tout d'abord les résultats de nombreuses recherches scientifiques portant sur des échantillons statistiques significatifs, pour souligner les différences sensibles de fonctionnement du « cerveau féminin » et du « cerveau masculin » — sans perdre de vue qu'on estime qu'il y a environ 20 % d'hommes qui disposent d'un cerveau de type « féminin » (ce qui n'est pas négligeable) et 10 % de femmes qui fonctionnent avec un cerveau plutôt « masculin ».

Les Queers

De plus, il va de soi que cette dichotomie en *deux* genres est un peu *simpliste*, au moment où la théorie « *Queer* », développée aux Etats-Unis, notamment par Judith Butler¹¹, et reprise en France, en 1999, par Marie-Hélène Bourcier¹², soutient le principe qu'il y a une *multiplicité de genres* : de nombreuses variantes d'hétérosexuels, des bisexuels, des gays et des lesbiennes de toutes catégories, des transsexuels, et donc finalement, pas de genre typiquement féminin ou masculin¹³.

Mais je ne succomberai pas à la dernière mode : je préfère *dénoncer* l'idéologie dominante de ces dernières années qui voudrait *gommer les différences* naturelles, nécessaires et *enrichissantes*, au profit d'une mythique « égalité des sexes », d'une mode « unisexe », non seulement vestimentaire, mais aussi psychologique, éducati-

⁶ Cf. CREPAULT Claude (1997). *La sexoanalyse*. Payot, Paris.

⁷ J'y fais la synthèse de 40 000 pages de lectures scientifiques sur le sujet, en anglais et en français (soit environ 150 ouvrages spécialisés et autant d'articles) — dont on trouvera un bref résumé dans les chap. sur *le Cerveau* et sur *le Rêve* de mes deux principaux ouvrages (voir bibliographie).

⁸ Voir par exemple : Ernest ROSSI. *The Psychobiology of Gene Expression*, Norton, New York, 2002, 560 pages, appuyé notamment sur les recherches d'Eric KANDEL, Prix Nobel 2000, concernant les gènes silencieux et leur stimulation.

⁹ voir, par exemple, Catherine VIDAL (2005) : *Cerveau, sexe et pouvoir*, Belin, Paris.

¹⁰ Par ex. Eleanor MACCOBY : *The Psychology of Sex Differences*, 1974 (méta-analyse de 1 600 études internationales) ; Richard FABES et Nancy EISENBERG (Université de l'Arizona, USA) : méta-analyse de 250 études.

¹¹ Judith BUTLER : *Gender Trouble*, Routledge, 1990.

¹² Marie-Hélène BOURCIER : *Q comme Queer*, Paris, 1999.

¹³ On peut en voir une illustration photographique saisissante dans le n° 23 du magazine *Le Monde 2*, du 20 juin 2004, avec un montage par ordinateur de Lawick et Müller, transformant progressivement un visage de femme en visage d'homme, et réciproquement.

ve, parentale, sociologique et politique. Il n'est pas sûr qu'il incombe au père de langer le bébé et la mère de réparer le moteur de la voiture. Il ne s'agit pas, bien entendu, de postuler une *supériorité* de l'un ou l'autre sexe, dans un machisme ou un féminisme obsolètes, mais de constater la richesse et surtout la *complémentarité* des deux approches. On sait que toute l'évolution *biologique* va dans le sens d'une *dissymétrie* croissante des êtres : haut/bas, avant/arrière, droite/gauche, de même que l'évolution *sociologique* tend vers un partage croissant des responsabilités et des spécialisations, distinguant le boulanger du maçon, l'ophtalmologiste du cardiologue...

Je prendrai donc en compte les études *statistiques*, basées sur la distinction traditionnelle de *deux* genres — laquelle concerne, en fait, plus de 90 % de la population.

* * *

Cerveau gauche et cerveau droit

Tous les chercheurs en neurosciences sont d'accord aujourd'hui pour considérer que :

- le cerveau *gauche* est plus développé chez les *femmes*
- et le cerveau *droit*, chez les *hommes* — *contrairement* à ce que pense encore le grand public (voire même certains thérapeutes !)¹⁴ et cela sous l'influence directe des hormones sexuelles (*testostérone*, *œstrogènes*, etc.).

Ainsi, la femme est plus portée sur le partage *verbal* et la *communication*, tandis que l'homme est centré sur *l'action* et la *compétition*.

Par ex., dès l'école maternelle, sur 50 minutes de classe, les filles parlent 15 min et les garçons, 4 min — soit 4 fois moins¹⁵. Tandis que les garçons sont turbulents 10 fois plus (5 min au lieu de 30 sec).

À l'âge de 9 ans, les filles présentent, en moyenne, *18 mois d'avance verbale* sur les garçons. À l'âge adulte, les femmes téléphonent en moyenne, 20 min par appel... contre 6 min pour les hommes. La femme a besoin de *partager* ses idées, ses sentiments, ses émotions, tandis que l'homme contrôle et retient les siens : il transmet des informations et cherche des *solutions*... et la femme ne se sent pas « écoutée » !

En résumé, la femme est *moins* émotive, mais elle *s'exprime* davantage alors que l'homme est, en réalité *plus émotif*, mais *il n'exprime pas* ses émotions — ce qu'il importe de ne jamais perdre de vue, tant dans la vie conjugale qu'en psychothérapie.

L'orientation

- La femme est orientée dans le *temps* (cerveau gauche) ;
- L'homme est orienté dans *l'espace* (cerveau droit) : l'avantage des hommes dans les tests de rotation spatiale à trois dimensions est spectaculaire, dès l'enfance¹⁶.
- La femme « se repère » d'après des objets et des signes concrets : l'avantage des femmes dans les tests de remémoration et dénomination d'objets est très net.
- L'homme *s'oriente* dans une direction *abstraite* : il peut « couper par un raccourci », pour retrouver sa voiture ou son hôtel. Il « sent » la direction intuitivement, mû par une sorte de boussole intérieure.

Les organes des sens

Globalement, la femme est beaucoup *plus sensible*¹⁷ :

- *Son ouïe* est plus développée (d'où l'importance des mots doux, du timbre de la voix, de la musique)
- *Son sens du toucher* : les femmes possèdent *nettement plus* de récepteurs cutanés pour le contact ; *l'ocytocine* et la *prolactine* (hormones de *l'attachement* et des câlins) multiplient leur besoin de toucher et d'être touchées ;
- *Son olfaction* est plus fine : jusqu'à *100 fois*, à certaines périodes du cycle.
- *Son OVN* (organe voméro-nasal, véritable sixième sens *chimique et relationnel*) perçoit les *phéromones* — qui traduisent plusieurs formes d'émotions : désir sexuel, colère, crainte, tristesse... Il serait aussi plus sensible chez les femmes (serait-ce là ce qu'on appelle « l'intuition »).
- *Quant à la vue*, elle est davantage développée — et *érotisée* — chez l'homme (d'où son intérêt et son excitation par les vêtements, le maquillage, les bijoux, l'érotisation du nu, son attirance pour les revues

¹⁴ On sait que l'hémisphère gauche est dit « scientifique » : analytique, rationnel, verbal et temporel — tandis que l'hémisphère droit est dit « artistique » : synthétique, émotionnel, non verbal et spatial.

Voir détails in GINGER S. & A. (1987). *La Gestalt, une thérapie du contact*. Hommes et Groupes, Paris. 7^e édit., 2003 et GINGER S. (1995). *La Gestalt, l'art du contact*. Guide de poche Marabout. 7^e édit. Paris, 2004.

¹⁵ Einstein n'a parlé qu'à l'âge de 5 ans.

¹⁶ KIMURA Doreen (2000). *Cerveau d'homme, cerveau de femme ?*. Odile Jacob, Paris.

¹⁷ Plus « sensible » (organes des sens) mais pas plus « émotive » !

pornos...). Cependant, la femme dispose d'une meilleure mémoire visuelle (reconnaissance des visages et rangement des objets).

Pourquoi ces différences ?

Les chercheurs expliquent ces nombreuses *différences biologiques fondamentales* entre hommes et femmes par la *sélection naturelle* tout au long de plus d'un million d'années de l'évolution de l'espèce humaine¹⁸. Cette évolution adaptative aurait modelé nos cerveaux et nos organes des sens, à travers l'action conjuguée des *hormones* et des *neurotransmetteurs* :

- L'homme s'est adapté à la *chasse* sur de grands espaces (ainsi qu'à la *guerre* entre clans et tribus) impliquant une poursuite *muette* du gibier pendant plusieurs jours, puis le retour vers la grotte (sens de l'orientation). Peu d'échanges verbaux : on a calculé, qu'au cours de toute sa vie, un homme préhistorique n'avait rencontré que 150 personnes environ.
- Le cerveau de la femme, pendant ce temps, s'est adapté à l'*élevage* de sa progéniture et au *partage verbal*, dans le cadre restreint de la grotte ;

Ainsi, sur le plan biologique, les hommes sont programmés pour la *compétition*, les femmes pour la *coopération*.

On voit que l'accompagnement psychothérapeutique de personnes en difficulté est une tâche *biologiquement féminine*¹⁹ !

Ces orientations seraient donc liées à la *biologie* (hormones et neurotransmetteurs). Elles se constituent dès les premières semaines de la vie *intra-utérine* et sont relativement peu conditionnées par l'éducation ou la culture.

Hérédité et acquis

En chiffres arrondis, les chercheurs considèrent aujourd'hui que notre caractère est :

- **pour 1/3 héréditaire** : chromosomes du noyau de la cellule + hérédité mitochondriale provenant de la mère ;

- **pour 1/3 congénital**, acquis notamment pendant les toutes *premières semaines* de la vie intra-utérine ; l'embryon est *féminin* pendant les premiers jours²⁰, et la *masculinité* est une lente conquête, hormonale et éducative. Ainsi, la fille n'est pas un garçon qui a *perdu* son pénis (comme le supposait Freud), mais le garçon est une fille qui a *gagné* un pénis. (*L'envie de pénis* est une hypothèse non vérifiée par l'expérience : ainsi, chez les transsexuels, on trouve *cinq fois plus* d'hommes désirant devenir une femme, que de femmes voulant devenir un homme...).

Pendant la guerre, il naît deux fois plus d'homosexuels mâles (stress de la mère perturbant son équilibre hormonal intra-utérin)²¹.

Les parts héréditaire et congénitale semblent importantes : ainsi, chez les vrais jumeaux garçons, si l'un est homosexuel, l'autre l'est aussi dans 50 à 65 % des cas ;

chez les faux jumeaux, on ne le constate que dans 25 à 30 % des cas, soit deux fois moins souvent — mais cependant 5 fois plus que dans la population générale.

Ainsi, on pourrait prédire l'homosexualité dès l'âge de 1 à 2 ans dans de nombreux cas (Le Vay, 1993).

- **pour 1/3 acquis** : bain culturel, éducation, exercice ou entraînement, circonstances fortuites... ou psychothérapie !

Pour de nombreuses *aptitudes ou prédispositions* — telles que l'intelligence, le don pour la musique, le sport, et même l'optimisme²² — on retrouverait ces *trois tiers* (héréditaire, acquis *in utero*, acquis pendant la vie), dans des proportions d'ailleurs légèrement variables.

Selon que l'on ait hérité de gènes pessimistes ou optimistes, on pourrait formuler les résultats de ces recherches de diverses manières :

- « notre caractère est prédéterminé *dès la naissance* aux 2/3 environ »
- ou bien : « notre caractère se construit aux 2/3 pendant la vie, à *partir de la conception* »...

¹⁸ Sur le cadran d'une montre, 10 000 ans de *civilisation* sur un million d'années d'*humanité* seraient représentés par 1/2 minute avant midi.

¹⁹ Cf. KRAUSE-GIRTH Cornelia (2001). *La place des femmes dans la psychothérapie* (confér. à Frankfort et Paris)

²⁰ MAGRE S. et VIGIER B. (2001) Développement et différenciation sexuelle de l'appareil génital, in *La reproduction chez les mammifères et l'homme*. Paris : Ellipses. L'émergence du mâle débute vers la 7^e semaine.

« La forme fondamentale de l'espèce, c'est la femelle » in DURDEN-SMITH J. & DESIMONE D. (1983). *Sex and the Brain*.

²¹ DURDEEN (1983) et LE VAY (1994).

²² Cf. une célèbre étude suédoise sur les jumeaux et les travaux de LYKKEN et TELLEGEN (Minnesota University).

De toute façon, il ne s'agit que de *prédispositions* qui peuvent être soit *développées*, soit *inhibées* par l'éducation ou la thérapie ; mais souvenons-nous, à titre de métaphore, qu'un accroissement de 10 % seulement transformerait un homme normal (1,85 m) en géant (2,04 m) ou un bon coureur, en champion.

Les hormones

Lorsqu'on pose un ballon par terre, les garçons shootent ; les filles le ramassent et le serrent contre leur cœur. Cela semble indépendant de l'éducation et de la culture, et donc directement lié à nos hormones.

La testostérone (hormone du désir, de la *sexualité* et de *l'agressivité*, autrement dit hormone de la « conquête » — militaire ou sexuelle) développe²³ :

- La *force* musculaire (40 % de muscles chez l'homme, contre 23 % chez la femme)
- La *vitesse* de réaction et même *l'impatience* (92 % des conducteurs qui klaxonnent à un feu rouge sont des hommes !)
- *L'agressivité*, la *compétition*, l'instinct de *domination* (le mâle dominant engendre et maintient la qualité de l'espèce)
- *L'endurance* et la ténacité ;
- La *cicatrisation* des blessures ; la *barbe* et la *calvitie* ;
- Le côté *droit* du corps (membres, doigts, stries digitales — au 4^e mois du fœtus)
- La *vision* de loin (« téléobjectif », pour repérer les animaux) ;
- Le *lancer* de précision ;
- *L'orientation* dans l'espace (pour ramener le produit de la chasse jusqu'à la grotte)
- Le goût pour *l'aventure*, les expériences nouvelles et le risque (les génies, tout comme les fous, sont le plus souvent des mâles) ;
- L'attrait pour une femelle *jeune* à protéger (et surtout, susceptible d'engendrer).

Les œstrogènes développent :

- Les mouvements de précision : la femme peut plier facilement chaque doigt séparément (Kimura, 1999) ; elle est très supérieure à divers tests de dextérité ;
- Le côté *gauche* du corps... et les stries digitales du pouce gauche (Kimura, 1999)
- La *graisse* (protection et réserve pour le bébé) : 25 % de graisse chez la femme, contre 15 % chez l'homme ;
- La *mémoire* verbale (les noms) et la mémoire de localisation des *objets* ainsi que la vision *de près* (« grand angle » pour repérer sa progéniture et toute intrusion étrangère)
- *L'ouïe* : l'éventail des sons perçus est beaucoup plus large et les femmes chantent juste, six fois plus souvent que les hommes (Durdeen, 1983) ; leur reconnaissance des sons est bien meilleure (entendre et reconnaître son bébé) ;
- Elle reconnaît et nomme les *couleurs* avec plus de précision (c'est le chromosome X qui est porteur des cônes, nécessaires à la vision des couleurs) ;
- Son *odorat* est développé jusqu'à 100 fois plus, à certaines périodes du cycle ;
- L'attrait pour un mâle *dominant*, fort et expérimenté, socialement reconnu (donc moins jeune, mais susceptible de la protéger).

.../...

²³ Lorsqu'elle est en concentration *optimale* : ni trop faible, ni trop élevée (Kimura, 1999).

Pour conclure

Les nombreuses recherches contemporaines en neurosciences confirment ainsi et précisent certaines données traditionnelles bien connues.

Elles orientent en outre le *travail quotidien en psychothérapie* (ou en *counseling*) ainsi, bien entendu, que le travail d'accompagnement de *couples* :

Voici maintenant, pour terminer ce bref exposé, quelques *exemples concrets* de l'impact des *neurosciences*.

Elles encouragent ainsi les psychothérapeutes à :

- *Écouter patiemment une femme qui se plaint*, plutôt que tenter de l'aider à résoudre ses problèmes (attitude du mâle, trop orientée vers l'action : au lieu de la « materner », il devient son « père » !) ;
- *Souligner à la femme l'importance érotique du regard* chez l'homme ;
- *Souligner à l'homme l'importance de l'ambiance sonore et olfactive* pour sa compagne, l'effet érotique de la musique et de la voix, la richesse du *partage par la parole* ;
- *Stimuler les malades* : ils guérissent plus vite lorsqu'ils sont près d'une fenêtre, (ouverte sur le monde) et, stimuler les personnes âgées (une retraite *passive* induit un vieillissement rapide) ;
- *Exploiter en psychothérapie* les liens intimes et réciproques entre les deux pulsions fondamentales : *sexualité et agressivité* (gérés notamment par l'hypothalamus et par la testostérone) ;
- *Traiter avec prudence les souvenirs d'abus sexuels de la première enfance* : en effet, le souvenir d'une scène, qu'elle soit *réelle ou imaginaire*, présente la même localisation cérébrale et génère les mêmes processus mentaux (*40 % de faux souvenirs* — inconsciemment *reconstruits*, à partir de craintes ou de désirs).
- *Mobiliser les lobes frontaux*, siège de la responsabilité et de l'autonomie (dire « non ») — d'où la richesse de la *thérapie paradoxale*.

Enfin, quelques remarques et rappels :

- *Faire l'amour* accélère la *cicatrisation* des plaies (testostérone) ;
- Les thérapies *psychocorporelles* permettent de mobiliser les circuits neurologiques : mouvement > cerveau droit > zones limbiques > émotion > inscription (encodage durable) > thérapies verbales ;
- *Une émotion est nécessaire pour mémoriser* ; une *verbalisation après coup* permettra le *rappel* ultérieur du souvenir ;
- La mémorisation à *long terme* s'effectue, en grande partie, pendant le *rêve* : d'où, en cas de traumatisme psychique (attentat, viol, catastrophe), l'intérêt d'un *debriefing* en urgence, *avant le premier rêve* (« SAMU-Gestalt » : Ginger, 1987) ;
- On déplore 10 fois plus de *tentatives* de suicide chez les femmes (elles expriment leur émotion) mais un taux élevé de suicides *réussis* chez les hommes (mise en action) ;
- Les femmes *parlent* sans réfléchir ! Les hommes *agissent* sans réfléchir !
- Une femme qui n'est pas heureuse dans ses *relations*, a du mal à se concentrer sur son *travail* ; un homme qui n'est pas heureux dans son *travail*, a du mal à se concentrer sur ses *relations*.
- La femme a besoin d'*intimité pour apprécier la sexualité* ; l'homme a besoin de *sexualité pour apprécier l'intimité*.

Finalement, il est indispensable de *se tenir au courant des recherches* en neurosciences et en génétique²⁴ — qui sont loin d'avoir dit leur dernier mot.

Quoi qu'on en dise parfois²⁵, il n'est pas indifférent en thérapie, qu'un homme reçoive une femme — ou qu'une femme reçoive un homme (Krause-Girth, 2001).

Notre perception du monde est, en effet, fort différente... mais agréablement complémentaire !

Serge Ginger

e-mail : s.ginger@noos.fr

site : www.sergeginger.net/

tél. mob. 06 09 762 651

²⁴ Voir sur Internet, le métamoteur : www.google.com — seul moyen de se tenir informé des recherches contemporaines, non encore traduites ni publiées.

²⁵ Il s'agit là d'un mythe, cultivé notamment par certains psychanalystes, que les recherches statistiques contemporaines ne permettent pas de confirmer.

Janvier 2010

Cerveau féminin / cerveau masculin

Brève bibliographie sur les différences hommes/femmes

- ARON Claude (2000) *La Sexualité (Péromones et désir)*. Paris : Odile Jacob. (206 p.)
- BADINTER Elisabeth (1992) *XY, de l'identité masculine*. Paris : Odile Jacob. (315 p.)
- BRACONNIER Alain (1996) *Le sexe des émotions*. Paris : Odile Jacob. (210 p.)
- CREPAULT Claude (1997) *La sexoanalyse*. Paris : Payot.
- CYRULNIK Boris (1993) *Les nourritures affectives*. Paris : Odile Jacob. (244 p.), et plusieurs autres livres
- DOREEN Kimura** (2000) *Sex and Cognition*. MIT Press (USA)
Trad. *Cerveau d'homme, cerveau de femme ?* Paris : Odile Jacob. (250 p.)
- DURDEN-SMITH & DESIMONE (1983) *Sex and the Brain*. USA. Trad. *Le sexe et le cerveau*. Ottawa, éd. La Presse (270 p.)
- GINGER S. et A.** (1987) *La Gestalt, une thérapie du contact*. Paris : Hommes et Groupes.
7^e éd. 2003 (535 p.). **Chapitres 12 et 13** (p. 297 à 324 et 332 à 346).
- GINGER Serge** (1995) *La Gestalt, l'art du contact*. Bruxelles : Guide de poche Marabout.
8^e éd. mise à jour 2006 (290 p.). **Chap. 6 et 7** (p. 93 à 132)
- GINGER Serge** (2006) *Psychothérapie : 100 réponses pour en finir avec les idées reçues*. Dunod,
Paris, 188 p. **Chap. 7 & 8**. Couple et sexualité ; **masculin/féminin** (p. 160 à 192)
- GRAY John (1998) *Men Are from Mars, Women Are from Venus*. Harper Collins (USA)
Trad. *Les hommes viennent de Mars ; les femmes viennent de Vénus*.
Paris. J'ai lu. (342 p.), puis sa longue série sur le même thème
- JANOV Arthur (2001) *La Biologie de l'amour*. Monaco : Le Rocher, (378 p.)
- LE VAY Simon** (1994) *Le cerveau a-t-il un sexe ?* Paris : Biblio. scientifique Flammarion (230 p.)
- MCMILLAN Bonnie (2005) *Pourquoi les garçons sont différents ?* Octopus, Paris (160 p.)
- MAGRE S. et VIGIER B. (2001) Développement et différenciation sexuelle de l'appareil génital,
in *La reproduction chez les mammifères et l'homme*. Paris : Ellipses.
- MARTEL Brigitte (2004) *Sexualité, amour et Gestalt*. Paris : Dunod, Interéditions.
- PEASE Allan & Barbara** (2001) *Why Men Don't Listen and Women Can't Read Maps*. Orion.
Trad. *Pourquoi les hommes n'écoutent jamais rien et les femmes ne savent pas lire les cartes routières*. Paris : First éditions. (430 p.)
- PLOMIN R. et all. (1997) *Behavioral Genetics*. Freeman & Company, New York.
- VIDAL Catherine** (2005) *Cerveau, Sexe et Pouvoir*. Paris, Belin (110 p.)
- VINCENT Jean-Didier (1986) *Biologie des passions*. Paris : Odile Jacob. (352 p.) et plusieurs autres...
- VINCENT Lucy** (2004) *Comment devient-on amoureux*. Paris : Odile Jacob. (192 p.)
- VINCENT Lucy (2004) *Petits arrangements avec l'amour*. Paris : Odile Jacob. (206 p.)
- WILLER Ellen (2001) *Les hommes, les femmes, etc.* Bruxelles : Marabout. (190 p.)

HOMMES ET FEMMES : DEUX “ ESPECES ” DIFFERENTES ?

(tableau récapitulatif aide-mémoire)

par Serge Ginger

Femmes

Hommes

Cerveau gauche (+ le droit ; corps calleux plus important)
Moins latéralisées : tout le cerveau travaille
Orientées dans le temps
Bon sens et logique verbale, mémoire verbale
Dès 9 ans : 18 mois d'avance verbale sur les garçons
Sur 24 000 élèves : surdoués en maths : 0 fille
Nourrir la progéniture (mère)
Un ballon au sol : le prend dans les bras
Oestrogènes, progestérone, ocytocine, prolactine
Vue large (« grand angle »)
Coopération
Réserves (graisses) ; muscles : 25 %
Calme et patience
Une heure de sommeil en plus
Émotivité moins forte, mais davantage exprimée
Extériorisation
Oùie développée et érotisée (paroles, musique)
Perçoit plus de nuances de couleurs (cônes)
Olfaction (jusqu'à 100 fois plus !)
Cherche le contact de près (odeurs)
La femme se repère (détails de l'itinéraire)
Besoin d'intimité pour sexualité
Besoin de parler et d'être entendue
Besoin de sécurité (“ couvée ”)
Équilibre et stabilité de la race (conservation)
Gauchers : 4 % ; 90 % des boulimiques
Suicide : beaucoup de tentatives ; peu de décès
Chromosome X = le plus grand de tous
À la conception : 140 garçons pour 100 filles
Défenses immunitaires fortes (cerveau gauche)
Sérotonine : excite la femme
Le “ sexe fort ”

Cerveau droit
Plus latéralisés = spécialisés, « compartimentés »
Orientés dans l'espace
Logique spatiale, orientation, rotation mentale
Don pour les mathématiques
63 garçons surdoués en maths
Chasser le gibier (chasseur et guerrier)
Un ballon au sol : shoote dedans
Testostérone (“ hormone de conquête ”)
Vue de loin (« téléobjectif »)
Compétition
Puissance (muscles : 40 %) ; cicatrisation
Vitesse et impulsivité
Besoin de mouvement
Plus émotifs mais retenus (émotions non exprimées)
Intériorisation (autistes : 4 hommes pour 1 femme)
Vue développée et érotisée (vêtements, maquillage)
Perçoit mieux les formes et le mouvement
Olfaction peu développée (en général)
Contact de loin (vue)
L'homme s'oriente (trouve le Nord sans repères)
Besoin de sexualité pour intimité
Besoin d'agir et de chercher des solutions
Besoin d'aventure et de risque (combat)
Expérience et aventure > génies et fous (création)
Gauchers : 10 % ; 90 % des énurétiques
Moins de tentatives ; plus de suicides « réussis »
Chromosome Y = le plus petit de tous
À 20 ans : 95 H pr 100 F ; à 80 ans : 58 H pr 100 F
Défenses immunitaires faibles
Sérotonine : calme et inhibe l'homme
Le “ sexe faible ”

« 6^e sens » = chimique : phéromones, inodores et inconscientes, reliées *directement* au cerveau limbique (2 sexes)