

הבדלים בין גברים לנשים

פיזיולוגיה ואנטומיה

עריכה: דבורה כץ

המוח הנשי והמוח הגברי

- יותר מ-99% מהצופן הגנטי של נשים וגברים זהים לחלוטין. בגנום האנושי יש 30,000 גנים, והשונות של פחות מאחוז אחד בין המינים היא קטנה, אבל שוני קטן זה משפיע על כל תא ותא בגופנו – מהעצבים הקולטים הנאה וכאב, ועד תאי העצב המעבירים תפיסה, מחשבות, הרגשות ורגשות.
- מן המחקרים שנערכו עלה שלהבדלים הקטנים בין מוח הזכר למוח הנקבה יש השפעה גדולה מאוד.
- בעקבות ההתקדמות בגנטיקה ובטכנולוגיה של דימות מוח לא פולשני הצליחו מדענים לתאר מגוון מדהים של הבדלים – מבניים, כימיים, גנטיים, הורמונליים ותפקודיים – בין מוח האישה למוח הגבר.
- מוח האישה ומוח הגבר מעבדים גירויים, שומעים, רואים, "חשים" ואומרים את הרגשותיהם של אחרים בדרכים שונות. מערכות ההפעלה הנבדלות של מוח האישה ומוח הגבר מתואמות ומיומנות, אבל מבצעות ומשיגות את אותן המטרות והמשימות בשימוש במסלולים מוחיים שונים.

- במחקר שנערך בגרמניה, ביצעו החוקרים סריקות מוח של גברים ונשים שסובבו בעיני רוחם צורות מופשטות תלת מימדיות. מבחינת הביצועים לא נראו הבדלים בין הגברים לנשים, אבל נראו הבדלים מובהקים, תלויי מין, בין המסלולים המוחיים שהפעילו הגברים והנשים לשם ביצוע המשימה.

(מתוך "המוח הנשי"/ד"ר לואן בריזנדיין)



מה זה בעצם משנה? למה חשוב להיות מודעים להבדלים בין המוח הנשי למוח הגברי ולהבינם?

- הביולוגיה היא אכן הבסיס לאישיותנו ולנטיותינו ההתנהגותיות. כאשר אנו מנסים להתכחש להשפעתה של הביולוגיה על המוח בשם הבחירה החופשית והתקינות הפוליטית, אנחנו נלחמים בטבע שלנו עצמנו. אם נכיר בעובדה שהביולוגיה שלנו מושפעת מגורמים נוספים, ביניהם הורמוני המין שלנו והתנודות ברמותיהם, נוכל למנוע ממנה ליצור מציאות קבועה השולטת בנו.
- המודעות מאפשרת לנשים להבין את הביולוגיה הייחודית שלהן ואת השפעותיה על חייהן. הדבר משמעותי וחיוני לבריאות האישה בכל שלבי חייה.

(מתוך "המוח הנשי"/ד"ר לואן בריזנדיין)

- מבחינה רפואית: תפקוד המערכות בגוף שונה בין המינים. ההבנה הזו קריטית בתחום הרפואה. כתוצאה מהבנה זו התפתח בשנים האחרונות ענף "הרפואה המגדרית", שנותן מענה רפואי בהתאם למגדר המטופל: "לא רק תפקוד המערכות שונה בין המינים. גם הליך האבחון תלוי לא מעט בהתאמת כלי האבחון לגבר ולאישה... לאור כל זאת, מבקשת הרפואה המגדרית להניע שינוי דרמטי בעולם הרפואה, ליצור מילון מחלות חדש ולהציע שיטות אבחון וטיפול שונות לרוב המחלות אצל האישה והגבר".

(מתוך "הרפואה המגדרית, לקראת המובן מאליו"/פרופסור מרק גלזרמן)

- להבנה וההעמקה הזו בהבדלים הפיזיולוגיים בין גברים לנשים חשיבות רבה, הן בפן הרפואי – אבחון רפואי מדויק ומתן טיפול מתאים. הן בפן האישי – חיבור של האישה אל גופה והבנה של התהליכים שקורים בתוכה והשפעתם.

- פן נוסף שחשוב להתייחס אליו. השיח על ההבדלים בין גברים לנשים אין מטרתו להחליש צד מסוים או להראות שיש כאלו שאינם מסוגלים לעשות דברים מסוימים. להיפך, נכנסת פה הבנה עמוקה שגברים ונשים יכולים להגיע לאותם הישגים, אך כל אחד מהם יביא לתהליך ולתוצאות **איכויות שונות**. האיכויות הללו משלימות זו את זו ומביאות את העולם להתקדמות ולהתפתחות.

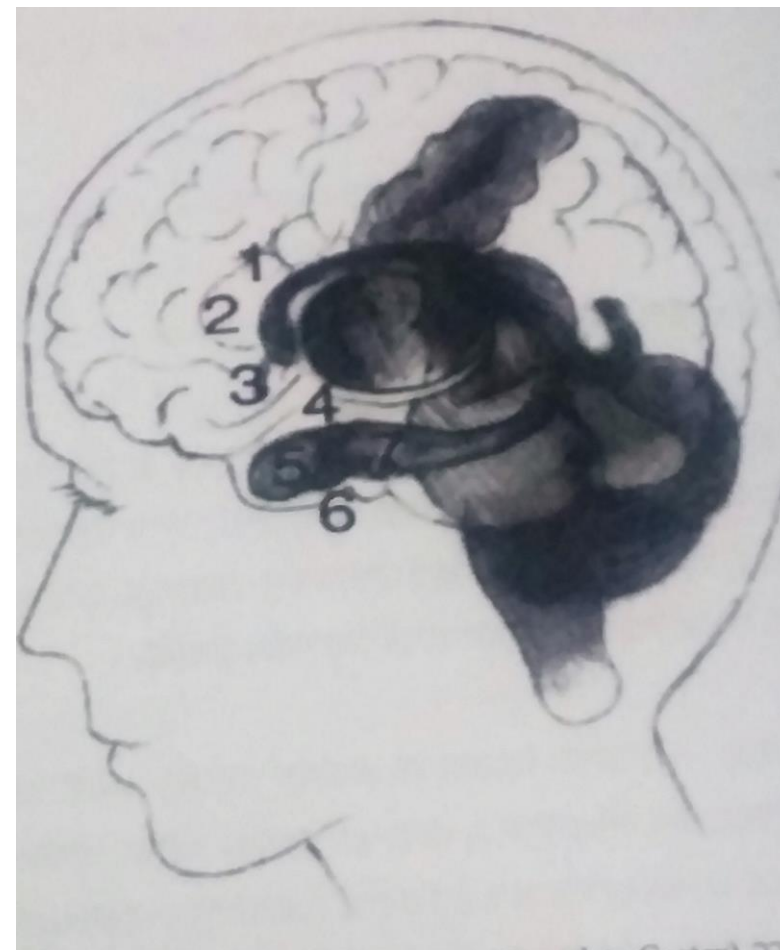
- ובפן הזוגי (בכל זאת שיעור חלמי"ש 😊): כאשר יש הבנה של השונות בין גברים לנשים, הרבה אי הבנות ומחלוקות נמנעות מראש. יש הבנה של התגובות השונות ושל ההתנהגויות השונות, וזה מסייע לנו "להיכנס" לרגע לראשו של הצד השני, ולהבין שצורת החשיבה שלו שונה משלי. הרבה מהמריבות בין בני זוג נובעות מחוסר המודעות להבדלים בין גברים לנשים.



מוח האשה

התמונה וההסברים מתוך הספר "המוח הנשי"/ד"ר לואן ברזנדיין

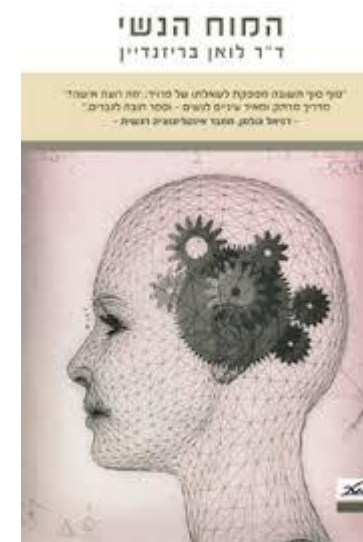
- 1. רכס החגורה:** שוקל אפשרויות, מקבל החלטות. הוא אינו חדל מלדאוג, ואצל נשים הוא גדול מאשר אצל גברים.
- 2. קליפת המוח הקדם-מצחית:** המלכה השולטת על הרגשות ומונעת מהם לצאת מכלל שליטה. היא בולמת את האמיגדלה. היא גדולה יותר אצל נשים, והבשלתה אצל נשים מוקדמת בשנה-שנתיים מהבשלתה אצל גברים.
- 3. אינסולה:** המרכז המעבד תחושות בטן. גדול יותר ופעיל יותר אצל נשים.
- 4. היפותלמוס:** המנצח על התזמורת ההורמונלית. מפעיל את בלוטות המין. אצל נשים נכנס לפעולה בשלב מוקדם יותר בחיים.
- 5. אמיגדלה:** "חיית הפרא" שבתוכנו. ליבת האינסטינקטים, מתמתנת בהשפעת קליפת המוח הקדם מצחית בלבד. גדולה יותר אצל גברים.
- 6. בלוטת יותרת המוח:** מייצרת הורמונים האחראיים על פוריות, על ייצור חלב ועל התנהגות הטיפול בצאצאים. מסייעת להפעיל את המוח האימהי.
- 7. היפוקמפוס:** משתתף בתהליכים הקשורים לזיכרון לטווח ארוך, ברכישה של זכרונות חדשים אודות עובדות ואירועים. גדול יותר ופעיל יותר אצל נשים.



תקשורת, אמפתיה, הקשבה

- במחקר נמצא שיילודות בנות פחות מ-24 שעות מגיבות יותר מיילודים בנים על בכי המשדר מצוקה של תינוק אחר ועל פנים של אנשים.
- במהלך מחקר בבית הספר לרפואה של אוניברסיטת הארווארד נמצא שתינוקות-בנות מגיבות טוב מבנים על התנהגות אימותיהן.
- בנות אינן נשטפות ברחם בנחשול של טסטוסטרון המכווץ את מרכזי התקשורת, ההתבוננות ועיבוד הרגשות (מה שכן קורה אצל עוברים זכרים), ולכן בעת היוולדן יש להן פוטנציאל טוב מזה של בנים לפיתוח מיומנויות בתחומים אלה.
- הכמויות הגדולות של הורמון האסטרופן שמציפות את מוח התינוקת ב-24 חודשי חייה הראשונים, מעוררות את המסלולים המוחיים הנבנים במהירות. האסטרופן מעורר צמיחה והתפתחות של תאי עצב, ומשפר עוד יותר את המסלולים והמרכזים במוח הילדה הקשורים להתבוננות, לתקשורת, לתחושות פנימיות ואפילו לטיפול ולדאגה.
(מתוך "המוח הנשי"/ ד"ר לואן בריזנדיין).

- במחקר שערכו חוקרים אמריקאים נבדקה תגובתם של ילדים בני 6 לקולות בכי של תינוקת שהושמעו להם דרך מערכת שמע שכללה גם מיקרופון. יותר בנות ניגשו למיקרופון וניסו להרגיע את התינוקת. והבנים? הם פשוט כיבו את הרמקול, בשיעור של פי שניים יותר מהבנות. תצפית זו הראתה כביכול שבנים פחות רגישים מבנות. אך כשבנוסף לכך בדקו החוקרים גם את דופק הלב של הילדים כמדד להתרגשות, הם גילו התרגשות יתר דווקא בקרב הבנים. הבנות גילו אמפתיה וגם מצאו דרך לבטא את רגשותיהן באופן מעשי. הבנים לעומתן לא הצליחו לתת ביטוי מתאים לרגשות שחשו, ופנו לפתרון "רדיקלי" כשנטרלו את מקור הבכי. הדיסוננס הזה בין מעורבות רגשית לחוסר היכולת להתמודד איתה מאפיין לא מעט את העולם שבו חי גם הנער המתבגר. (מתוך "הרפואה המגדרית, לקראת המובן מאליו"/פרופסור מרק גלזרמן)



יחסי אישות – במבט גברי ובמבט נשי

- המרכזים הקשורים למין במוח הזכר גדולים **פי שניים** מהמבנים המקבילים במוח הנקבה. גברים חושבים על מין יותר מנשים כתוצאה מהבדל זה.
- השינויים האלה במבנה המוח מתחילים כבר בשבוע השמיני לאחר ההתעברות, כשהטסטוסטרון בעובר הזכר מפרה את מרכזי המוח הקשורים למין ונמצאים בהיפותלמוס, וגורם להם לגדול.
- פרץ טסטוסטרון גדול שני חל בתקופת ההתבגרות המינית. הוא מחזק ומגדיל במוח הזכר קשרים אחרים המעבירים מידע למרכזי המין האלה, כולל מערכות הראייה, הריח, המישוש והמערכת הקוגניטיבית. העלייה ברמת הטסטוסטרון, **בשיעור של פי 25**, בין הגילאים 9-15, מזינה את קשרי המין הגדולים האלה במוח הזכר במשך כל שנות הנעורים.
- רבים מהמבנים ומהקשרים האלה קיימים גם במוח האישה, אבל גודלם רק מחצית מגודלם אצל הזכר.

(מתוך "המוח הנשי"/ ד"ר לואן בריזנדיין)

- יש עוד תחומים נוספים ורבים שאפשר להעמיק בהם וללמוד מתוכם רבות על ההבדלים בהתנהגות ובתגובות של המינים השונים... זהו רק פתח קטן לעולם מרתק ועשיר.
- מעט מילים על הרפואה המגדרית:** ההבדלים הביולוגיים בין גברים לנשים משליכים גם על הפן הרפואי. ההבדלים באים לידי ביטוי בכל מערכות הגוף: העיכול, הרבייה, התגובה לכאב, הלב וכו'. דוגמה קטנה: הסימפטומים להתקף לב אצל גברים ונשים שונים. במשך שנים נשים מתו מהתקפי לב יותר מגברים, כי חשבו שהסימפטומים שלהן הם סימפטומים של התקפי חרדה והפנו אותן לטיפול פסיכיאטרי במקום לקבל טיפול בזמן. דוגמה זו תורמת להבנה עד כמה חשובים התפתחות הרפואה המגדרית והמחקר בתחום זה כדי לתת מענה רפואי וטיפולי הולם לכל אחד מהמטופלים.



חשוב מאוד לציין, שמנקודת מבט יהודית, אנחנו לא מונעים רק מפיזיולוגיה וביולוגיה. אנו לא מסתכלים על האדם רק כגוף שכל פעולותיו ומחשבותיו הן בשליטת ההורמונים. הקב"ה נטע בכל אחד ואחת מאיתנו נשמה א-לוקית, חלק א-לוק ממעל, שמאפשר לנו לעבוד על מידותינו ולשלוט בדחפינו וביצרינו.

גם אם באופן טבעי יש לנו נטייה לחוסר אמפתיה ותקשורת, או בכל תחום אחר, יש לנו את האפשרות לעשות עבודה בתחומים אלו ולהתקדם.

"רשות לכל אדם נתונה.

אם רצה להטות עצמו לדרך טובה, הרשות בידו.

ואם רצה להטות בידו לדרך רעה, הרשות בידו.

ודבר זה עיקר גדול הוא , והוא עמוד התורה והמצווה.

שהרשות בידכם, וכל שיחפזין האדם לעשות ממעשה בני האדם, עושה, בין טובים ובין רעים".

(הרמב"ם הלכות תשובה פרק חמישי)