

NAISTE JA MEESTE MÖTLEMISE ERINEVUS

„Mehed on Marsilt ja naised Veenuselt “- sellist metafoorselt lauset oleme kõik kuulnud või lugenud. Ebamäärane see küll on, kuid fakt jääb faktiks – mehed ja naised on erinevad igas eluvaldkonnas. John Gray (2014) kirjutab samanimelises menuraamatus, et mees ja naine räägivad, mõtlevad, tunnevad, tajuvad, reageerivad, vastutavad ja armastavad erinevalt. Neil on erinevad hoiakud, vajadused ja väärtushinnangud. Ja nii näibki, et nad nagu oleksid erinevatelt planeetidelt, rääkides erinevaid keeli ning vajades erinevat kohtlemist. Siit järeldub nagu oleks mehed ja naised oma olemuselt väga erinevad ja seetõttu me ei suudagi üksteisest aru saada. On see aga tõesti nii ja kas me peaksimegi erinevatel planeetidel elama? Kas tõesti määrab meie sugu selle, mida me paremini oskame või selle, kuidas me end väljendame? Siiski jõuavad nii mehed kui naised väga tihti punkti, kus tõdeme, et me lihtsalt ei **mõt**le samamoodi kui vastassugupool. Kus peitub erinevus? Tundub nagu mehed võiksid olla ratsionaalsemad ja naised emotsionaalsemad.

Tänapäeva ühiskonnas on valikuvõimalusi oma mõtteeviisi ning oskuste arendamiseks rohkem, kui meie füüsilise keha jaoks oli algselt ette nähtud. Soorollid on ajas ja ruumis muutunud, mis näitab, et need on pigem sotsiaalselt loodud. Paar sajandit tagasi oli meheks ja naiseks olemisel hoopis teine tähendus, sest nii keskkond kui ka kasvatus oli erinev. Siin tulevadki mängu soorollid: ehk on meeste ja naiste mõtlemise erinevus hoopis selles, kuidas naisi naisteks ja mehi meesteks kasvatatakse? Mehed on ratsionaalsemad ja naised tundelisemad, kas see ei ole mitte kultuurinorm? Muidugi võib nii olla, kui vaid mõni sajand tagasi oli levinud veendumus, et naistele hariduse andmine ja nende muu intellektuaalne arendamine ei ole mõistlik. Näiteks arvati, et kui naised lähevad ülikooli või tegelevad millegi intellektuaalsega, siis see mõjub halvasti nende munasarjadele. Nüüdseks on selline tõekspidamine ajalugu. Vaade mehe ja naise rollile ühiskonnas on pidevas muutumises, mis omakorda kujundab, kuidas me arvame, et me käituma või mõtlema peaksime.

Meeste ja naiste aju ehituslik erinevus

Teaduskirjanik Bruce Goldman (2017) kirjutab, et tänu uutele neuroteaduslikele uuringutehnoloogiatele on saadud üha rohkem tõendeid sellest, et meeste ja naiste aju töös on mitmeid olemuslikke erinevusi, kuid see ei tähenda, et üks sugu oleks parem või targem. Me ei saa kalduda nn neuroseksismi ega langeda stereotüüpiseerimise lõksu. Osad uuringud on tõlgendanud inimese soolisi erinevusi pigem bioloogiliste kui kultuurilistena. Sotsiaalpsühholoogid ja sotsioloogid on tõstnud esile pigem põhimõttelised kognitiivsed erinevused meeste ja naiste vahel.

Neurobioloogia ja käitumise professor Larry Cahill (2017) väidab, et aju on soo tüüpi elund, millel on selged anatoomilised erisused närvistruktuurides ja millega kaasnevad soolised füsioloogilised erinevused. Cahill kirjutab, et näiteks õppimise ja meeldejätmise jaoks kriitilise tähtsusega naise hipokampus on suurem kui mehel ja töötab erinevalt. Seevastu on niinimetatud limbilise süsteemi osad, sh mandelkehad (amügdalad), meestel suuremad kui naistel - seal juhitakse mälu, hirmu, tundeid, käitumist ja haistmist.

Selgituseks, et limbiline süsteem on ajus emotsioonide juhtija, mis hõlmab mitmeid ajuosasid nagu hipokampust, mandelkeha, hüpotaalamust, ajuripatsit ning emotsioonidega on seotud veel mitmed

teised aju osad. Mandelkehad e amügdalad asuvad mõlemal pool ajupoolkerade oimusagarates. Amügdala on nagu „häirekell“, mis reageerib eeskätte tugeva emotsionaalse laenguga või negatiivsetele stiimulitele, saates impulsse hüpotalamusele, et aktiveerida mälestusi, naudinguid, hirme, emotsioone. Amügdalade suurus on meestel ja naistel erinev, kastreeritud meestel väheneb amügdalade suurus ligi 30%.

Hipokampus, paiknedes mõlemal pool aju ja kuuludes aju limbilisse süsteemi, on seotud emotsioonide, ruumitaju ja informatsiooni salvestamisega lühiajalisest mälust pikaajalisse mällu, seega kujundab uusi mälestusi ning avastab ohte.

Osa teadlasi põhjendab erinevust sellega, et ürgaja mehed pidid jahil käies suutma talitseda hirmu ja toime tulema ohuga. Naistel on aga meestest suurem aju eesosas paiknev otsmikusagar e frontaalsagar, mis on tegev näiteks empaatia tekkimisel, otsuste vastuvõtmisega vastavalt väliste stiimulite ning vastutab käitumise planeerimise ja liigutusteks valmistumise eest. See erinevus võib selgitada, miks naised on vähem agressiivsed kui mehed.

Samuti on teadlased avastanud sugudevahelisi erinevusi hall- ja valgeolluse jaotuses. Hallollus koosneb peamiselt närvirakkudest, valgeollus aga sisaldab nende ühenduslülisid ehk aksoneid, mis on pikad, juhtmetaolised neuroni osad kandes elektrokeemilisi sõnumeid ühelt rakult teisele. Aju hallid piirkonnad nõ juhivad mängu, valged aga vahendavad nende langetatud otsuseid. Naiste ajudes on sageli rohkem hallollust, meeste omades aga valgeollust.

Eneseväljendusoskuse juures heidetakse naistele sageli ette, et nad räägivad liiga palju - aiast rääkides alustatakse hoopis aia august. Meeste miinuseks loetakse liigset konkreetset, nad ei väljenda end nii põhjalikult ja eelkõige heidavad meestele seda puudust ette vastassugupoole esindajad. Müüt, et naised oskavad end verbaalselt paremini väljendada, kaldub tõele vastama. Näiteks sõnade seletamise mängus suutis naiste grupp kaks korda rohkem sõnu üksteisele seletada kui meeste grupp. Ülesandes, kus oli vaja hakkama saada verbaalsete vahenditega, kippusid mehed rohkem kasutama kehakeelt.

Uuringud on ka näidanud, et naiste lugemis- ja kirjutamisoskus ületavad meeste oma. Nad edestavad mehi peenmotoorika, koordineerimise ja tajutava kiiruse katsetes. Lisaks on võimelised naised pikaajalisest mälust talletatud teavet kiiremini kätte saada. Mehed saavad keskmiselt hõlpsamini töömälu olevate salvestistega manipuleerida, neil on tugevam ruumitaju, nad oskavad paremini visualiseerida seda, mis juhtub, kui näiteks keerulist kahe- või kolmemõõtmelist kuju pööratakse ruumis, mistõttu on neil lihtsam tajuda ning mõista seda, kuidas objektid ruumis asuvad. Navigeerimisuurinud nii inimestel kui ka rottidel näitavad, et mõlema liigi emased kipuvad tuginema orientiiridele, samas kui isased tuginevad tavaliselt asukoha arvutamisel suunale ja läbitud vahemaale. Põhjus, miks naistel ruumitaju on piiratum, on nende aju parietaalses piirkonnas (kiirusagar), mis on paksem kui meestel. See tsoon vastutab ka võime eest analüüsida puudutusi, temperatuuri ja valu.

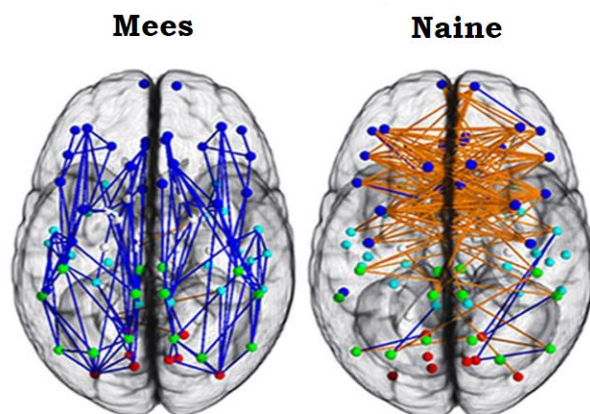
Sõnavara arenemine käib käsikäes rääkima õppimisega ja on leitud, et tüdrukutel arendatakse juba varakult sõnavara oskusi intensiivsemalt kui poistel. Tüdrukuid julgustatakse oma tunnetest rääkima ja nii areneb ka sõnavara kiiremini. Poiste puhul on verbaalne areng tihti väikelapseeas aeglasem. Levinud on hoiak, et „poisid ei nuta“ ja meessoos esindajad hoitakse tunnetest rääkimisest eemale. Poistega mängitakse rohkem aktiivseid mänge, kus sõnaline osa on väiksem, rõhk on rohkem

osavusel ja tegutsemisel. See võib ollagi põhjuseks meeste sõnavara kesisuses või õigemini mehed lihtsalt räägivad vähem ja see ei tähenda, et neil poleks eeldusi, vaid kasvatus on olnud teistsugune.

Evolutsiooniliselt vaadatuna, kas siis naissoost inimesed on kuidagi võimekamad või on neil soodumus ennast paremini väljendada? Aastaid on arvatud, et meeste ajud on naiste omadest keskmiselt 10 % suuremad. Kui lähtuda ainult aju massist, siis on võit tõesti meeste päralt. Inglise teadlased kaalusid ja mõõtsid 2014. aastal tuhandeid ajusid ning jõudsid järeldusele, et meeste ajud on keskmiselt 8 – 13% suuremad kui naiste omad. Samas on teada, et mõlemast soost ajude seas võib leiduda nii suurema kui ka väiksema mõõduga ajusid ehk siis see, kui palju erineb näiteks ühe naise aju teise naise omast, võib olla samuti 10 %. Kõik need aju osad, mis on meestel, on ka naistel olemas ja ei ole võimalik lihtsalt ajule pilku heites öelda, et siin on tegemist mehe ja siin naise ajuga. Miks aga meestel siiski kipub olema veidi suurem aju, võib põhjendada sellega, et neil on vaja rohkem neuroneid kohandumaks suurema kehamassi ja lihasgruppidega.

Nii meeste kui naiste aju koosneb umbes 100 miljardist närvirakust ehk neuronist ja on ühenduses seljaaju ja perifeerse närvisüsteemiga, mis on meie keha informatsiooni edastavaks osaks. Neuronitel on võime koguda ja edastada elektrokeemilisi signaale. Kuid naiste ja meeste ajud on bioloogilise toimimise osas kujunenud veidi erinevateks, sest meeste ja naiste aju neuronite vahelised seosed liiguvad kardinaalselt erinevalt.

Jooniselt (joonis 1) näeme, et naise aju kaks poolkera „räägivad“ üksteisega rohkem ehk naiste ajude sisekommunikatsioon toimib paremini kui meestel. Suuraju vasakut ja paremat poolkera ühendav mõhnikkeha on naistel paksem, mis peaks tähendama, et naised suudavad eri ajupoolkerade täidetavate ülesannete vahel kiiremini ümber lülituda.



Joonis 1. Info liikumine mõttetegevuse ajal mehe ja naise ajupoolkerades.

Pennsylvania ülikooli teadlased pildistasid 2014. aastal oma uuringus 428 mehe ja 521 naise ajusid ja leidsid, et naiste aju neuronite vahelised ühendused on poolkerade vahel tugevamalt koordineeritud (oranž), samas kui meeste ajuaktiivsus näitas korrapärast intensiivsust eraldi ajupoolkerades (sinine).

See uuring on kinnituseks varem avaldatud mitmetele uuringute tulemustele: mõhnkeha poolkerasid läbiv ja ühendav valgeaine kaabel (koosneb veresoontest ja närvidest) on naistel suurem ja paksem kui meestel ja et naiste ajud on kahepoolselt sümmeetrilisemad kui meeste ajupoolkerad. Cahill (2017) väidab, et paljud erinevused ilmnevad üsna varakult. Soolisi erinevusi ruumilise visualiseerimise võimetes võib täheldada juba 2- ja 3-kuustel imikutel ja need aju erinevused ilmnevad hiljem käitumuslikes erinevustes. Täiskasvanueas jäävad naised orienteerunumaks rohkem nägudele, mehed asjadele.

Inimaju poolkerade funktsioonid pole täpselt samasugused. Seda nähtust nimetatakse ajupoolkerade asümmeetriaks. Üldiselt on nii, et vasak ajupoolkera vastutab rohkem loogilise mõtlemise eest ning parem ajupoolkera intuitiivse maailma tajumise eest. Poolkerasid ühendab mõhnkeha, mille kaudu toimub aju poolkerade vaheline infovahetus. Naistel on mõhnkeha suurem ja paksem kui meestel, mis peaks tähendama, et naiste ajude sisekommunikatsioon toimib paremini, nad suudavad eri ajupoolkerade täidetavate ülesannete vahel kiiremini ümber lülituda ning on suutelised mitut tegevust üheaegselt sooritama, enamusel meestel paraku see eriti ei õnnestu. Hiljuti tegid California neuroteadlased kindlaks, et mõhnkeha osaleb piinlikkustunde tekkimises. Mõtlemise koht!

Bioloogilise eeldusena on kaudselt paika pandud, et naistel võiks olla verbaalne võimekus üldiselt parem (Tabel 1). Mehed aga on orienteerunud tajuma keskkonda, seal olevaid võimalikke ohte ning füüsiliselt nendele kiiresti reageerima, asuda võitlusesse, konkureerima ja haarama vajadusel võimu. Naised on seevastu kohastunud elama turvalisemas keskkonnas ning nende jaoks on tähtsam suhtlemine ja sidemete loomine.

Tabel 1. Mehe ja naise mõtlemise ning käitumise erinevused
<https://thecustomerblog.co.uk/tag/the-female-brain-book/>

Erinevuste kategooriad	Mees	Naine
Intellektuaalne funktsioon	Analüütiline, fookuseeritud, lineaarne mõtlemine, loogiline perspektiiv.	Kogu aju hõlmav perspektiiv. Naiste aju sisekommunikatsioon toimib paremini, saades olukorrast põhjalikuma ülevaate, integreerides mitteverbaalse suhtluse, esteetika ja tunded. Nad on intuitiivsemad ja paremad suhtlejad.
Baasreaktsioon	Tegevus. Kiire reageerimine välistele stiimulitele. Bioloogiliselt on mehed kaitstud intensiivsete ja sagedaste emotsioonide eest, et nad saaksid tegutseda siis, kui nad peavad. See selgitab ka, miks mehed on inimeste ja olukordade suhtes vähem tundetud.	Tunded – väljaspool teadlikku teadlikkust, see on automaatne olemise viis.
Stressireaktsioon	Võitle või põgene. Mehed toodavad stressi olukorras testosterooni, mis kutsub esile võitlushimu, mida	Tardu või hoolitse. Naiste kõrgem oksütotsiini (armastushormooni) tase kutsub esile rahulikkuse,

	iseloomustavad ärevus, agressioon ja individualistlik käitumine.	ühenduste loomise.
Sünnipärane huvi	Asjad. Meeste kalduvus on soov teada asju ja nende toimimist.	Inimesed Naiste kalduvus on soov suhelda, sidemeid luua ja mõista teisi inimesi ning nende motivatsiooni.
Ellujäämisstrateegiad	Omahuvi ja omakasu, hierarhia, võim, konkurents. Meestel on kalduvus näidata tugevust, näha võistlust, ronida ja domineerida hierarhias. Väärtustavad enesekindlust, eraldatust, iseseisvust, kontrolli, konkurentsi, keskendumist, ratsionaalsust ja analüüsi.	Suhted ja sidemete hoidmine, empaatia. Naiste on kalduvus arendada suhteid, luua sidemeid ja kogukonda. Kalduvad vastastikuse sõltuvuse, koostöö, vastuvõtlikkuse, ühinemise, aktsepteerimise, mustrite-tervikute-kontekstide teadvustamise, emotsionaalse tooni, intuitsiooni ja sünteesi poole.
Vaimne eelistus	Süsteemide konstrueerimine. Mehed mõistavad maailma süsteemide konstrueerimise teel: jagades asja osadeks, et teha kindlaks, kuidas see töötab ja millised põhimõtted selle käitumist reguleerivad.	Empaatiavõime. Naiste ajupoolkerade vaheline kommunikatsioon võimaldab valida kõiki nüansse ja intuitsivselt mõista, kuidas teised tunnevad.

Nagu eelpool kirjutatud, saavad naiste ajupoolkerad meestest omavahel suhtlemisega paremini hakkama. Meestel neuronitevahelised sidemed ajus piirduvad ühe ajupoolkera esimeste ja tagumiste osade vaheliste sidemetega (Joonis 1). Meeste jaoks on seega raskem otsida samaaegselt loogilist ja tunnetuslikult õiget lahendust. Naistel käib see aga lihtsamalt. Inimese kui bioloogilise organismi jaoks ei olegi ehk täisvääruslikuks eluks rohkem vaja kui kõht täis saada, vaenlaste eest põgeneda ja sigida. Moodsas ühiskonnas ei ole see aga ehk peamine.

Hoolimata kõigest, unistavad nii mehed kui naised harmoonilisest paarisuhtest. Mõnikord kujuneb see väga keeruliseks. Näiteks üks esmastest suhtlemisvajadustest naistel on suhtlemine isiklikel teemadel, samas keskmise mehe jaoks ei ole see nii oluline. Naisega tutvumisel on mehel kõrgpunkt ja huvi vestluse juures naise tundma õppimine, sest mingil hetkel peab ta otsustama, kas naine meeldib piisavalt, et temaga suhe luua, võib-olla ka hiljem perekond. Kui ta on selle teadmise saanud ja otsuse teinud, siis vestluse olulisus mehe jaoks langeb. Naised nii ei mõtle, nad mõtlevad pigem nii, et vestlus on oluline vestluse enda pärast. Siit tekib tihti ka konflikt. Mehed võtavad vestlust nagu mõne probleemi lahendamist ehk meeste silmis vesteldakse selleks, et jõuda minisuguse tulemuseni, mitte lihtsalt rääkida. Juba tekkinud konflikti lahendamise aluseks on kommunikatsioon, mille arendamine ei pruugi mõlemale poolele olla lihtne, kuigi naistele meeldiks rohkem rääkida. Suhtenõustajate praktikas on tihti juhuseid, et naised nagu ootavad meestelt midagi täiesti erakordset – võimet lugeda mõtteid. Naised tihtipeale „loevadki mõtteid“, mis võib olla viga, sest nad

eeldavad, et kui mees neid armastab, siis ta võtab kogu selle suure emotsionaalase sõnavara üle, saab sellest aru ja suudab seda taluda. Isegi kui mees väga tahab, ei pruugi ta sellega hakkama saada. Muidugi võib minna hoopis teistpidi, mõtete lugemist võib oodata hoopis mees. Suhtenõustajate kogemus näitab ka, et umbes sama palju, kui naiste seas on väga jutukaid, on ka naiste seas väga kinniseid inimesi.

Meeste ratsionaalne sõnakasutus võib olla väga kasulik, kui on vaja midagi kiirelt ja täpselt edastada. Väljendusoskuse kõrval on aga veel midagi väga olulist, kuulamise oskus. Kas sellel, kes palju räägib, jääb aega ka vastaspoole kuulamiseks? Lisaks, et naised peetakse paremateks rääkijateks, on levinud ka arvamus, et kogu oma jutukuse juures suudavad nad ka paremini kuulata ning saadud infot meelde jätta. Kuulamisoskus on üks suhtlemise ja vestluse komponent. Naised on üldiselt detailide meeldejätmisel meestest paremad, võib-olla on see tingitud suuremast hipokampusest?

Asjad ei ole päriselt nii must-valged. Pigem võiksime vaadata inimesi skaalal, mille ühes otsas on nn naiselikud omadused ja teises otsas mehelikud. Me kõik paigutume tänu oma hormoonidele ja kasvatusel sellel skaalal kas naiselikuma või mehelikuma poole peale. Võiksime pigem hoiduda soopõhistest üldistustest inimese käitumise, mõtlemise ja iseloomu kirjeldamisel.

Pelgalt aju vaatlemisel ei saa kunagi päris kindalt öelda, kas tegemist on naise või mehega. See, kuidas mehed ja naised maailma tunnetavad, mida sellest arvavad ning kuidas nad saavad hakkama omavahelistes suhetes, sõltub põhiliselt sellest, millised oskusi elu jooksul omandame, millises keskkonnas kasvame ja millised on meie uskumused.

Kõike ei ole võimalik selgeks rääkida ja „surnuks rääkida“ ei ole alati tervislik ☺ Arutleda võib, kuid kui aju on ehituslikult siiski erinev, siis ei ole lõplikult võimalik ühele meelele jõuda. Aktsepteerime üksteist nii nagu me oleme loodud - meheks ja naiseks.

Allikad

Kuidas mõtlevad mehed ja naised? <https://etv2.err.ee/1066304/heureka>

Goldman; B. (2017) *Two minds. The cognitive differences between men and women.*

<https://stanmed.stanford.edu/2017spring/how-mens-and-womens-brains-are-different.html>

Gray, J. (2014). *Mehed on Marsilt, naised Veenuselt.* Kirjastus: Hea Lugu.

Hanson, R., Mendius, R. (2009). *Sinu aju.* Eesti Ekspress Raamat.

Mandeltuum. <https://et.wikipedia.org/wiki/Mandeltuum>

Munarakk. <https://et.wikipedia.org/wiki/Munarakk>

<https://peaasi.ee/>

Otsmikusagar. <https://et.wikipedia.org/wiki/Otsmikusagar>

The Six Key Differences. <https://thecustomerblog.co.uk/tag/the-female-brain-book/>