

contraire absolu de l'agressivité, laquelle est manifestement davantage l'apanage des hommes. Vous ne réussirez pas à affronter un adversaire dangereux si vous êtes distrait par les émotions qu'il est susceptible d'éprouver. L'inégalité des hommes et des femmes en matière d'empathie nous renvoie donc à la justesse de certains stéréotypes. Comme toujours, cependant, la taille réelle de cette différence entre les sexes est beaucoup plus réduite que la plupart des gens ne le pensent. Il y a de nombreux hommes, comme David, qui sont beaucoup plus empathiques que la femme moyenne ! Et ce sont ces hommes-là que nous espérons attirer en médecine, dans l'enseignement et dans d'autres professions.

Les chercheurs ont étudié l'empathie de multiples façons. Les travaux les plus dignes de confiance sont ceux qui sont réalisés en laboratoire et contrôlés. Certains psychologues ont décrit d'importantes différences entre les sexes dans le domaine de l'empathie, mais leurs résultats, pour l'essentiel, sont basés sur les estimations personnelles des sujets. Or, pour évaluer l'empathie des gens, il n'est pas idéal de leur demander dans quelle mesure ils sont d'accord avec des phrases telles que « Voir des gens pleurer, ça me perturbe » ou « J'ai tendance à m'impliquer sur le plan émotionnel dans les problèmes de mes amis » : les réponses des femmes tendent à être colorées par leur désir de paraître gentilles, celles des hommes par leur envie de paraître stoïques. Les études de ce genre produisent inévitablement des différences entre les sexes beaucoup plus importantes que les tests plus objectifs.

Les meilleures données sont celles des études dans lesquelles on demande aux sujets d'identifier les diverses émotions qu'ils perçoivent sur une succession de visages photographiés. Là, les femmes sont plus rapides, ou plus précises, ou les deux, pour détecter les expressions de joie, de tristesse, de colère ou de peur. Il apparaît aussi dans de nombreux travaux que les cerveaux masculin et féminin traitent différemment les visages. En particulier, les femmes tendent à utiliser symétriquement leurs deux hémisphères quand elles analysent une expression faciale, tandis que les hommes ont une activation plus prononcée de certaines régions de l'hémisphère droit. Quoi qu'il en soit, les différences ne sont pas quantitativement importantes : une méta-analyse d'un

Cette différence entre les sexes va de pair avec les différences observées dans le domaine de l'expressivité émotionnelle : le sexe qui manifeste le plus ses émotions est aussi plus capable de percevoir et de déchiffrer ces émotions chez autrui. L'empathie est le

grand nombre d'études a permis de calculer une valeur d de 0,4, ce qui signifie qu'un tiers des hommes réussissent *mieux* que la femme moyenne à déchiffrer une émotion sur un visage. D'autres recherches montrent que les résultats dépendent aussi de qui regarde qui. Les femmes détectent mieux les émotions des visages masculins⁷⁹, tandis que les hommes sont meilleurs que les femmes pour ce qui est de détecter la colère... mais seulement quand elle est exprimée par d'autres hommes.

Ces observations soulèvent la question de savoir *pourquoi* il existe des différences entre les sexes en matière de perception des émotions. L'hypothèse évolutionniste toute prête, c'est que la sensibilité a été sélectionnée chez les femmes parce qu'elles avaient la responsabilité de leur progéniture : pour pouvoir s'occuper au mieux des jeunes enfants, elles devaient être pleinement conscientes de leurs états affectifs et, par conséquent, capables de détecter ceux-ci à partir de signaux non verbaux plus ou moins subtils (car c'est quand ils sont trop jeunes pour parler que les bébés ont le plus besoin de soins). Des recherches récentes ont confirmé que les cerveaux des mères, en effet, réagissent davantage aux pleurs et aux expressions faciales des bébés que les cerveaux des pères. Cependant, ces recherches ont aussi montré que les parents des deux sexes décryptent mieux les pleurs et les expressions faciales des bébés que les hommes et les femmes qui n'ont jamais eu d'enfants. De façon similaire, le *traitement* des visages et des pleurs des bébés ne s'effectue pas de la même façon dans les cerveaux des parents (hommes ou femmes) et dans ceux des adultes qui n'ont jamais eu d'enfants. En d'autres termes, c'est très probablement *l'expérience* que nous acquérons au contact de nos bébés qui formate notre intelligence émotionnelle vis-à-vis d'eux et l'architecture neuronale qui la soutient – pas l'inverse. Une fois encore, la plasticité neuronale l'emporte sur toute autre considération.

Les différences entre les sexes observées dans le domaine de la sensibilité émotionnelle ont une autre explication, sans aucun rapport avec l'évolution, qui repose sur *l'inégalité* des pouvoirs et des statuts entre hommes et femmes dans toutes les cultures. Les femmes, dans cette hypothèse, ont en quelque sorte *besoin* d'être plus sensibles aux humeurs et aux comportements d'autrui, parce

qu'elles sont socialement et physiquement plus faibles. Cela permet aussi de comprendre pourquoi les individus des deux sexes sont plus sensibles aux émotions perçues sur les visages d'hommes que sur les visages de femmes. Et cela explique pourquoi les hommes sont particulièrement sensibles à la colère exprimée par d'autres hommes (leurs adversaires les plus menaçants).

L'hypothèse du statut permet d'élucider un autre phénomène : le fait que les femmes sourient davantage que les hommes. Cette différence est similaire, par son ampleur (valeur d proche de 0,42), à la différence observée entre les sexes pour l'empathie. Sourire, bien sûr, c'est un signe de gentillesse. Mais c'est aussi une excellente stratégie pour contrecarrer l'agressivité d'un adversaire plus puissant. Le « sourire de la peur » est très courant chez de nombreuses espèces de primates, et il est en général adressé aux individus de rang supérieur. Les garçons et les filles, qui sont à peu près aussi impuissants les uns que les autres avant la puberté, sourient de façon équivalente (d'après une méta-analyse de vingt études). Mais une différence entre les sexes apparaît à l'adolescence, quand les garçons grandissent, deviennent plus forts et, selon toute vraisemblance, gagnent l'admiration de leur entourage sans avoir à sourire tout le temps⁸⁰.

Pour l'empathie, la différence entre les sexes apparaît plus tôt, chez les enfants, que la différence pour le sourire. Comme nous l'avons vu au chapitre 2, certaines études des années 1970 avaient révélé que les filles, chez les nouveau-nés, tendaient à pleurer davantage que les garçons en réaction aux pleurs d'un autre bébé ; cela donnait à penser que cette différence entre les sexes était déjà présente à la naissance. Mais pour l'empathie, la différence entre les sexes est considérablement plus réduite chez les enfants qu'entre hommes et femmes : cela montre que les facteurs sociaux contribuent puissamment à accroître cette différence. Tout comme ils apprennent à réprimer leur émotivité, les garçons perdent (ou ne parviennent pas à développer) la capacité à correctement percevoir les émotions d'autrui à partir du moment où ils entrent dans leurs groupes de pairs masculins (groupes dans lesquels l'accent est mis davantage sur la force et le stoïcisme).

La vérité, pourtant, c'est que les garçons sont tout à fait capables de réagir aux émotions des personnes de leur entourage. Et ils peuvent conserver cette aptitude s'ils sont correctement éduqués en ce sens. Quel parent, quel enseignant n'a jamais été touché de voir un garçon prendre amoureusement soin d'un animal blessé ou se montrer affectueux envers un enfant plus jeune que lui ? Les garçons sont empathiques, oui, et ils peuvent apprendre à l'être encore plus si nous n'exagérons pas les stéréotypes et si nous essayons de favoriser leur développement émotionnel autant que leurs aptitudes en athlétisme ou dans les diverses matières scolaires.

Les scientifiques savent aujourd'hui que les expériences sociales modifient le cerveau et les systèmes hormonaux, souvent de façon permanente. Qu'elles aient ou non des origines instinctives, l'empathie et la volonté de s'occuper d'autrui sont fortement influencées par l'apprentissage – et cet apprentissage s'effectue autant lorsque l'individu reçoit que lorsqu'il donne. Ce fait nous est clairement prouvé, notamment, par les études sur les enfants maltraités ou abandonnés : ils souffrent souvent de graves troubles du comportement et de l'attachement ; lorsqu'ils sont adultes, ils échouent souvent eux-mêmes en tant que parents, parce qu'ils n'ont jamais appris à prendre soin d'autrui pendant les premières années, critiques, de leur développement socioémotionnel. Plusieurs décennies de recherches sur les mammifères ont prouvé que les privations de soins et de tendresse au début de la vie ont un impact négatif général sur le cerveau, les hormones des émotions, le fonctionnement cognitif et la résistance aux situations pénibles chez les jeunes individus des deux sexes.

Heureusement, la plupart des garçons reçoivent beaucoup d'amour et de marques d'affection. Mais aujourd'hui encore, ce sont surtout les mères qui leur apportent les soins essentiels dont ils ont besoin quand ils sont petits. Ils ont peu de modèles masculins dans ce domaine et ils ont peu l'occasion d'apprendre à apporter eux-mêmes ces soins à autrui. Les pères qui élèvent seuls leurs jeunes enfants deviennent plus réceptifs, plus sensibles à leurs besoins que les pères qui interagissent moins avec leur progéniture. Nous avons vu que les cerveaux des hommes, comme

ceux des femmes, changent quand ils deviennent parents pour leur permettre de réagir de façon plus « féminine » vis-à-vis de leurs bébés. Quand ils deviennent pères, les hommes voient aussi fluctuer les niveaux des hormones dites de l'attachement – l'ocytocine, la vasopressine et la prolactine – qui sont connus pour varier chez les mères ; cela entraîne sans doute certaines des modifications observées dans leur fonctionnement cérébral.

Les cerveaux des garçons sont tout aussi malléables, sinon davantage, que ceux des hommes qui les élèvent. Les études de familles entières montrent que les enfants élevés dans des foyers émotionnellement plus « intelligents » – où les parents savent parler des sentiments et de leurs origines – ont des scores plus élevés aux tests d'empathie que les enfants de foyers où l'on parle peu de sentiments. Et c'est aussi valable pour les garçons que pour les filles. D'autres recherches se sont concentrées sur les moyens d'améliorer les aptitudes socioémotionnelles des enfants qui ont des déficits dans ces domaines. Une équipe de l'université Emory a remarqué que six séances de formation à l'identification des émotions (en utilisant notamment des puzzles pour reconstituer diverses émotions sur des visages) amélioreraient nettement la capacité des garçons et des filles de huit et neuf ans à décrypter les expressions faciales chez autrui et d'autres indicateurs émotionnels non verbaux.

L'empathie nous lie les uns aux autres. Et il est clair que nous pouvons la cultiver chez les garçons si nous ne nous laissons pas décourager par les erreurs et les exagérations que nous entendons à propos de leurs soi-disant câblages cérébraux innés.

