

## «С чего начинается исследовательский проект?» или «Правда ли, что мужчины не плачут?»

С чего начинается исследовательский проект? С любопытства. Или нет, с вопроса! А может с противоречия? Ну, конфликта того, что уже известно и того, что предстоит узнать?..

Однозначно сказать трудно. Наверное у всех по-разному. А у нас было так...

Николай всегда был очень любознательным и интересующимся мальчиком. Так, однажды, он обратился к маме с вопросом: «Правду ли говорят, что мужчины не плачут?»

Коля рассказал маме, что, гуляя с папой на детской площадке, упал, и ему было так больно, что он расплакался. Но папа сказал, что мужчины не плачут.

Мальчик признался маме, что эту фразу он так же часто слышит и в детском саду, когда по каким-то причинам плачут его друзья-мальчишки. А ведь причины слез у ребят разные: кто-то упал и плачет, кому-то не дали игрушку, и он обиделся, а кто-то плачет по утрам. Мама удивилась размышлениям сына, но о причинах слез мужчин рассказать не смогла. Тогда Николай обратился к Евгении Александровне, воспитателю в детском саду.

Педагог предложила разобраться вместе в данном вопросе. Коля и Евгения Александровна выделили для себя основные вопросы: «Что такое слезы?», «Почему мы плачем?», «Плакать – это хорошо или плохо?», «Верна ли поговорка – «Мужчины не плачут»?».

Николай поставил перед собой **цель исследования**: выяснить, верна ли поговорка – «Мужчины не плачут»

Определились следующие **задачи**: изучить литературу по данной теме; выяснить, откуда берутся слёзы и для чего они нужны; разобраться в видах слез; выяснить, нужны ли слезы человеку; определить причины слез у мужчин

На организационном этапе работы были определены цель и задачи исследования, подобраны методы для реализации проекта.

Коля провел опрос у ребят из подготовительных групп и задал им следующие вопросы:

1. Часто ли вы плачете? Что становится причиной слез?
2. Считаете ли, что надо сдерживать слезы?
3. Бывает ли у вас, что вы плачете без причины?
4. Становится ли вам легче после того, как вы поплачете?



Получились очень интересные результаты. В опросе приняли участие 47 ребят из трех подготовительных групп: 22 мальчика и 25 девочек. На вопрос «Часто ли вы плачете?» положительно ответили 5 мальчиков и 9 девочек. Большинство ребят: 19 мальчиков и 20 девочек считают, что слезы нужно сдерживать. При ответе на третий вопрос: «Бывает ли, что вы плачете без причины» «нет» ответили 19 мальчиков и 18 девочек. По результатам ответа на вопрос о самой частой причине плача выяснилось, что чаще всего слезы льются от боли и обиды.

Карта опроса детей подготовительных групп

Вопросы	Варианты ответов	Подготовительная группа № 1		Подготовительная группа № 2		Подготовительная группа № 3		Итого	
		20		13		14		47	
		мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки	мальчики	девочки
1. Часто ли вы плачете?	Да	3	11	0	7	2	11	5	9
	Нет	17	9	13	6	12	3	17	16
2. Считаете ли, что надо сдерживать себя от слез?	Да	19	20	19	20	19	20	19	20
	Нет	3	5	4	1	2	5	3	5
3. Бывает ли у вас, что вы плачете без причины?	Да	19	18	19	18	19	18	19	18
	Нет	3	7	4	1	2	5	3	7
4. От чего вы чаще всего плачете?	Боль	12	14	12	14	12	14	12	14
	Обида	5	8	5	8	5	8	5	8
	Радость	0	1	0	1	0	1	0	1
	Тоска	4	7	4	7	4	7	4	7
5. Становится ли вам легче после того, как вы поплачете?	Да	5	8	5	8	5	8	5	8
	нет	17	17	17	17	17	17	17	17

В результате проведенного опроса, Николай сделал выводы, что девочки плачут чаще мальчиков. Слезы у ребят появляются от боли чаще, чем от эмоциональных переживаний.

*На основном этапе* Николай вместе с мамой занялся изучением информации в интернете. Он узнал, что плакать ребёнок начинает гораздо раньше, чем смеяться, что дети плачут чаще, чем взрослые, например, годовалый ребёнок плачет примерно 65 раз в месяц. Человек способен плакать практически с самых первых дней после рождения, и за жизнь проливает, в среднем, около 70 литров слез. Так хорошо это или плохо?

Для начала Николай решил разобраться что такое слёзы, и как они появляются. Наблюдая за родными и друзьями, изучив материалы, он узнал, что человек, оказывается, плачет каждый день. Каждый раз, когда он моргает, плачет! Почему это происходит?

Над глазами находится слёзная железа. От нее к глазам проходит несколько слезных каналов. В тот момент, когда человек начинает моргать, веко делает «качок», при помощи которого из слёзной железы откачивается некоторое количество жидкости. Эту жидкость называют слезами. Капельки слёз как бы омывают наши глазки и увлажняют их поверхность, в результате чего они остаются не только чистыми, но и увлажненными. Когда человек начинает плакать, то больше всего слезинок стекает во внутренний уголок глаза и наполняет его углубление, которое поэтично называется "слезным озером", откуда попадает в слезный мешок по слезным каналам. Но далеко не все «капельки» попадают наружу — многие из них стекают носослёзный проток, где их «впитывает» носовая полость. Именно поэтому во время сильного плача у человека нос становится заложенным. Когда же слёз слишком много, носослёзный проток не справляется с большим количеством жидкости, глаза переполняются, и слезинки скатываются по щекам [1].

Николай выяснил, что наша слезинка состоит почти из одной только воды (99%). В оставшейся процент входит белок, соли, гормоны стресса, а также

фермент лизоцим. Он умеет расщеплять стенки многих видов микробов и убивает 90-95% бактерий, которые встречаются на его пути [2].

При изучении материала, Николай столкнулся с **интересными фактами:**

✓ состав слез почти идентичен составу крови. Если в слезу добавить красные кровяные тельца – эритроциты, то получится кровь в чистом виде.

✓ У человека ежегодно вырабатывает целый стакан слез, не зависимо от возраста или пола людей.

✓ Человек плачет около 250 миллионов раз в течение своей жизни. Самые плаксивые – американцы, непальцы и немцы.

✓ У плачущего человека задействованы 43 мышцы лица, тогда как у смеющегося — всего 17. Получается, от слез морщин гораздо больше, нежели от смеха.

✓ Объем выделяемых слез за сутки равен 1 мл, а объем слез выделяемых при сильном плаче – 10мл.



✓ Космонавты не могут плакать так же, как мы на Земле — выделяющиеся слёзы не стекают вниз, а остаются на глазах в виде маленьких шариков. К тому же они могут вызывать неприятное жжение, и слёзы приходится смахивать вручную. Получается, что плач как один из видов психологической разгрузки недоступен человеку в невесомости [4].

✓ Слезы имеют целебные свойства. Помните сказки, в которых герой умирал, а его возлюбленная над ним горевала, слезы лила, — и возвращала его к жизни? Иногда достаточно было одной волшебной капельки, иногда требовалось непрерывно рыдать три дня и три ночи. Целебные свойства слезы подметили еще в Персии и Византии. А древние славяне собирали слезы замужних женщин в сосуды, смешивали их с розовой водой и этой смесью врачевали раны.

Николай разобрался в видах слез и выяснил, что слезы бывают базальные, эмоциональные, рефлекторные.

**Базальные** слёзы выделяются постоянно в небольших количествах, смачивая роговицу и защищая глаза от пыли и бактерий.

Второй тип слёз – **рефлекторные** – это реакция организма на раздражители, например, инородные частицы, испарения от лука или слезоточивый газ. Такие слезы пресные, а не соленые [5].



Опытным путем Коля решил выяснить, появятся ли слезы у родителей, когда они будут резать лук. Оказалось, рефлекторные слезы потекли, как у мамы, так и у папы. Слезы действительно оказались не соленые.

Вывод: так как базальные слезы выделяются постоянно у всех людей независимо от их пола, так же, как рефлекторные (как естественная реакция организма на раздражители), то это уже означает что мужчины могут плакать, и делают это не реже женщин.

К третьему типу относятся **эмоциональные** слёзы – слезы от эмоций, как негативных, так и позитивных—они выделяются, когда человек плачет [3].

Осталось разобраться, плачут ли мужчины от сильных эмоций? Для этого опять обратились к справочной информации. Коля выяснил, что представители сильного пола проливают слезы в несколько раз меньше женщин из-за гормональных особенностей. Тестостерон, преобладающий в мужском организме, подавляет стрессовые гормоны, а вместе с ними снижает потребность плакать. Но все-таки мужчины плачут, но просто, чтобы пролить слезу нужна очень весомая причина, которая вызовет сильный всплеск стрессовых гормонов.

Об интересных фактах о слезах, которые он выявил в процессе своего исследования Николай рассказывал детям своей группы в детском саду. При рассказе об отличии причин мужских слез от женских, и ситуаций при которых появляются слезы, ребята рассказали ему, что когда ходили поздравлять ветерана Великой Отечественной войны Рубан Алексея Ивановича заметили, что он плакал, когда они пели ему песню и читали стихи. Коля удивился, что человек прошедший войну, сильный духом и очень мужественный, плачет. Он понял, что Алексей Иванович плакал от воспоминаний о тех страшных временах, а вовсе не от физической боли. Николай сделал вывод, что слезы могут быть даже у очень сильных мужчин по разным причинам.

Евгения Александровна, воспитатель группы, предложила детям обратиться к психологу детского сада за разъяснениями по этому вопросу. Анна Васильевна рассказала, что мужские слезы сами по себе не являются признаком слабости. Страшны не чувства, а неумение в решающей ситуации справиться с ними. А с точки зрения психологии, если мужчина плачет, то это говорит о высоком уровне его эмоционального развития, а никак не о наличии женских черт характера. Конечно, все это верно, только если слезы являются средством выражения эмоций, а не попыткой манипуляции.



*На заключительном этапе* был проведен анализ результатов и подведены итоги по исследуемой теме, оформлен проект и подготовлен плакат для стендового доклада.

### **Результаты исследования**

Николай получил ответы на свои вопросы. Он выяснил следующее:

- ✓ слеза - это жидкость, которую вырабатывает слезная железа.
- ✓ В составе слёз – 99% воды, 0,1% белков, меньше 1% хлорида натрия(соль), немного карбоната натрия(сода).
- ✓ Плакать человек может по разным причинам и разными слезами.
- ✓ Есть слезы базальные, которые выделяются постоянно при моргании, есть слезы рефлекторные - ответная реакция на раздражитель, и наконец слезы эмоциональные - слезы от эмоций, как негативных, так и позитивных—они выделяются, когда человек плачет.
- ✓ Значение слёз в жизни человека велико. Слезная жидкость вырабатывается постоянно. Она служит для очистки и увлажнения глаза.
- ✓ Слёзы помогают сохранить нервные клетки. В слезах во время стресса вырабатываются вещества, снижающие нервное напряжение.
- ✓ Вместе со слезной жидкостью выводятся некоторые опасные для организма человека токсины, вырабатывающиеся во время сильных

эмоциональных переживаний. В это же время в слезах появляются вещества, снижающие эмоциональное напряжение.

✓ Когда человек плачет от боли, то в слезах появляются вещества, уменьшающие болезненные ощущения. Оказывается, когда человек страдает от сильной физической боли, в составе его слез появляются морфиноподобные вещества. Таким образом, слезы имеют... эффект анестезии! К тому же доказано, что слезы способствуют заживлению ран и даже более быстрому восстановлению после операций [6].

Николай, изучив информацию и проведя опыт с родителями пришел к **выводу**: что мужчины могут плакать, и делают это не реже женщин, что определено физиологическими особенностями человеческого организма.

Поэтому мужские слезы сами по себе не являются признаком слабости и женственности, а о сильных эмоциях. Страшны не чувства, а неумение в решающей ситуации справиться с ними. А так как природа сделала мужчин сильнее, сдержаннее и выносливее женщин, то в большинстве случаев справиться с сильными эмоциями мужчинам под силу.

И неважно, с чего начинается ваше исследование! Главное – не сидеть на месте и делать все вместе!

### Список используемой литературы

1. Детская энциклопедия «Все обо всем», М.: Издательство АСТ, 2016
2. Краткая медицинская энциклопедия: В 3-х т. АМН СССР. Гл. ред. Б. В. Петровский. – 1990
3. Словарь русских синонимов и сходных по смыслу выражений.- под. ред. Н. Абрамова, М.: Русские словари, 1999
4. «Что? Как? Почему?» - Большая детская иллюстрированная энциклопедия. – М.: АСТ, Астрель, 2008
5. Энциклопедический словарь Ф.А. Брокгауза и И.А. Ефрона. — С.-Пб.: Брокгауз-Ефрон 1890-1907



6. Энциклопедия для любознательных «Отчего и почему?», М.: Махаон, 2007

### **Информация об авторах**

*Михайленко Евгения Александровна* – воспитатель первой категории муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 11 «Колокольчик» ст. Брюховецкой муниципального образования Брюховецкий район (МАДОУ ДС № 11 Колокольчик»), Краснодарский край, ст.Брюховецкая, ул. О. Кошевого, 66, e-mail: [spasibobo@yandex.ru](mailto:spasibobo@yandex.ru)

*Чернушкина Наталья Викторовна* – старший воспитатель высшей категории муниципального автономного дошкольного образовательного учреждения детского сада № 11 «Колокольчик» ст. Брюховецкой муниципального образования Брюховецкий район (МАДОУ ДС № 11 Колокольчик»), Краснодарский край, ст.Брюховецкая, ул. О. Кошевого, 66, e-mail: [natalya-97911@yandex.ru](mailto:natalya-97911@yandex.ru)