**Od přírody šťastný aneb genetické dispozice pro spokojený život**

**Kateřina Šámalová, neuropsycholožka pracující pro Národní ústav duševního zdraví**

Šťastný jako Dán? To je otázka, kterou si s trochou nadsázky můžeme položit po seznámení se s nejnovějšími studiemi zkoumajícími korelaci mezi genetickou výbavou a pocitem štěstí.

Již letmým pohledem na žebříček zemí podle štěstí a kvality života sestavovaný OSN zjistíme, že na předních příčkách se pravidelně umisťují skandinávské státy. Mohlo by se zdát, že za šťastným životem Skandinávců stojí zejména ekonomické a sociální faktory, avšak tým vědců z univerzity ve Warwicku se rozhodl nahlédnout na tuto problematiku z trochu jiného úhlu, konkrétně se vědci snažili prověřit, zda za pocitem štěstí nestojí spíše genetická predispozice. Jejich studie přinesla velmi překvapivé závěry. Jak se zdá, čím více se svou genetickou výbavou blížíte Dánům, tím šťastnější váš život může být.

V rámci příspěvku se společně detailněji podíváme nejen na výše zmiňovanou studii, ale zmíníme se také o dalším pozoruhodném výzkumu, který srovnával prožívání štěstí u jednovaječných a dvojvaječných dvojčat (viz doporučená četba).

**Klíčové pojmy**

* pozitivní psychologie
* genetická podmíněnost
* variace genu
* neurotransmiter
* serotonin
* korelace
* jednovaječná/dvojvaječná dvojčata
* index štěstí (žebříček zemí podle štěstí a kvality života sestavovaný OSN)
* Eugenio Proto, Andrew Oswald: autoři studie („dánský gen štěstí“)
* Timothy Bates: jeden z autorů studie zkoumající jednovaječná a dvojvaječná dvojčata

**Doporučené popularizační články**

* <https://warwick.ac.uk/fac/soc/economics/research/centres/cage/news/18-07-14-the_danish_happiness_gene/>
* <https://greatergood.berkeley.edu/article/item/genetics_of_happiness>
* <https://www.stoplusjednicka.cz/stesti-ocima-vedy-byt-bohaty-zdravy-nestaci-rozhoduji-geny>