



Исследователи из Лондонской школы экономики опубликовали в журнале «Генетика человека» исследование, демонстрирующее прямую зависимость между счастьем человека и его генетическим набором. Исследователь Ян-Эмануэль Неве со своей командой изучил генетический материал более чем 2500 человек, сосредоточив свое внимание на функциональном варианте гена 5-HTT.

Ген 5-HTT является операционным кодом серотонина, который был назван «геном счастья», ген может быть представлен в коротких и длинных вариантах. Длинный аллель гена работает лучше и продуктивнее передает серотонин, в человеческом геноипе, унаследованном от родителей, заложено. Каким будет наш ген 5-HTT.

После генетически исследований участники заполнили ответы по уровню удовлетворенности своей жизнью, можно было выбрать ответ из нескольких вариантов: очень довольны, удовлетворены, недовольны, очень недовольны, ни одно из вышеперечисленных. Затем ученые сопоставили данные по генотипу и ответы участников. Выяснилось:

35 процентов с длинной версией гена были довольны своей жизнью и 34 удовлетворены и 20 неудовлетворенны. С коротким вариантом гена удовлетворенных было лишь 19 процентов, среди них также было 26 неудовлетворенных.

Люди с длинным аллелем гена в целом были на 8,5 процентов счастливее людей с короткой модификацией, у людей с двумя длинными аллелями число довольных жизнью было выше на 17 процентов.

Можно сделать вывод, что каждый человек рождает уже счастливым. Однако не все рождаются одинаково счастливыми, благодаря генетике кто-то может ощущать себя более удовлетворенным. Но не стоит винить в своем самочувствии гены, занятия спортом и здоровый режим существенно повышают даже самый низкий уровень счастья.