



IZLOŽBA
FOTOGRAFIJA:
**NEUROBIOLOGIJA
SREĆE - KAKO
BITI HEPI**

U XX. stoljeću bilježimo iznenadan porast zanimanja za ovu iznimno važnu ljudsku emociju. **Sreća** ima nadasve složeno ustrojstvo, međutim često susrećemo podjelu na bihevioralnu i biološku komponentu. Sreću, biološki gledano, određuju biokemijski procesi u kojima neurotransmiteri ili hormoni sreće stvaraju pozitivne osjećaje, u koje ubrajamo zadovoljstvo, veselje, povezanost, sreću i ljubav.

Serotonin je najpoznatiji hormon među neurotransmiterima, međutim pored njega tu su i dopamin, oksitocin i endorfini i vjerojatno brojni drugi kemijski glasnici čiju strukturu tek treba utvrditi. Poznato je da stres, tjeskoba, narušeno zdravlje uz brojne druge čimbenike umanjuju sreću za razliku od primjerice motivacije, pomaganja drugima, zdravlja, veza i dugovječnosti.



U brojnim nastojanjima pronalaženja univerzalne formule sreće, znanstvena istraživanja pokušala su identificirati i kvantificirati čimbenike sreće. Pitanje što je to što nas čini sretnima i što sačinjava dobar život često sami sebi postavljamo.

Radi li se o određenoj mješavini ljubavi, posla i zdravlja popraćenoj zadanim ili možda naučenim vještinama psihološke prilagodbe?

Znanstveni odgovor na ranije navedeno pitanje pokušala je dati studija Harvard Study of Adult Development utemeljena davne 1937. godine koja je pratila ljude od rane mladosti do kraja života. U konačnici su znanstvenici zaključili da su više od slave i novca, bliske veze s drugim ljudima one koje najviše pridonose ostvarenju životne sreće.



Veze nas štite od životnih razočarenja, sprječavaju mentalno i fizičko propadanje, te bolje predviđaju dug i sretan život od primjerice pripadnosti socijalnoj klasi, kvocijentu inteligencije ili genetskom naslijeđu. Tako danas sa sigurnošću znamo da je samoća gotovo podjednako smrtonosna poput alkohola i pušenja.

Brojne druge studije istraživale su čimbenike sreće, međutim pri interpretaciji njihovih rezultata treba razumjeti ograničenu mogućnost njihove poopćivosti na druge populacije i pojedince. Usprkos sličnostima među ljudima u konačnici svatko ima neku svoju vlastitu definiciju sreće koju je teško obuhvatiti znanstvenom metodologijom.



Cilj izložbe je predstaviti dvadeset i pet fotografija koje su nastale kao rezultat suradnje Udruge Melanom iz Zadra i fotografa Krume Ivanovskog iz Zagreba. Odabrane fotografije nastale su tijekom snimanja volontera za potrebe javno-zdravstvene akcije „Čuvaj svoju kožu“, a do smjeha je došlo sasvim slučajno jer se pri snimanju tražila ozbiljnost. Tada su te fotografije predstavljale višak ali naknadno smo uvidjeli jedinstvenost tih iskonskih i neplaniranih trenutaka sreće.

Pandemija bolesti COVID-19 još nas je jednom prisjetila na male i velike stvari koje nas svakodnevno usrećuju i čiji smo značaj prije počesto znali previdjeti. Kako bismo se prisjetili barem nekih od njih, jednostavne poruke utemeljene na znanstvenim istraživanjima priložene su uz svaku fotografiju.

Nadamo se da će vas njihovo gledanje, barem na trenutak, usrećiti...



Organizatori izložbe:

Doc. dr. sc. Zrinka Biloglav i doc. dr. sc. Zrinjka Paštar, Udruga Melanom, Zadar

Doc. dr. sc. Ivana Škrlec, Fakultet za dentalnu medicinu i zdravstvo Sveučilišta u Osijeku

Doc. dr. Vesna Ilakovac, Medicinski fakultet Sveučilišta u Osijeku

Doc. dr. sc. Joško Ćurić i dr. sc. Ivan Padjen, Medicinski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Doc. dr. sc. Ivona Čarapina Zovko, Filozofski fakultet Sveučilišta u Mostaru

Izv. prof. dr. sc. Dean Konjević, Veterinarski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Udruga Hipokart, Medicinski fakultet u Zagrebu

Udruga Zdravi i lijepi, Zagreb

Autorica poruka:

Doc. dr. sc. Zrinka Biloglav

Autor fotografija:

Krume Ivanovski

Suradnici:

Allouch Victor, Augustinov Mirta, Balen Marija, Bašić Šimunić Ema, Barac Ema, Barač Pia, Barač Zvezdana, Barač Dea, Baričić Luka, Blažić Nemeth Tatjana, Baričić Voskrsensky Tamara, Bebek Jana, Bukulin Zlatović Ivanka, Ceraj Tomislav, Cvitan Tonći, Dobrić Lester Toni, Denjalić Mirsad, Đurđević Vlasta, Ferinac Frida, Fraculj Juraj, Jelovica Dorotea, Katrić Maja, Kaurin Tea, Lipej Luka, Lipej Martin, Longin Korana, Lubin Anja, Ljevar Ana, Mandarić Maja, Mandarić Mirna, Mataković Mateja, Medaković Petar, Medvešek Zmijanjac Vanja, Milanović Hrvoje, Milanović Judita, Miloš Maja, Papa Carla, Petrina Ivana, Saleta Liddy Anouk, Saleta Nikolina, Strukan Vita, Strukan Lovro Lobel, Strukan Iva, Šlaus Nika, Škibola Paula, Tabacco d.o.o. Zaprešić, Tešija Josip, Turković Kiara, Turudić Karla, Turudić Matea, Vela Ela, Vidović Laura, Vidović Dominic, Zeman Mirjana, Zlatov Rita, Žuvela Katja.

Make up:

Selena Gazda, Maja Kerhanaj



