



Muzica considerata "extrema", cum ar fi stilul heavy metal, ii poate liniști pe cei care au stări de furie, potrivit rezultatelor unui studiu realizat de cercetători de la Universitatea din Queensland, Australia, informează [dailymail.co.uk](http://dailymail.co.uk). Psihologii australieni au concluzionat că ritmurile muzicii rock extreme determină o creștere a nivelului de optimism, ascultătorii devenind mai calmi și simțindu-se inspirați, lucru care contrazice rezultatele unor studii anterioare, potrivit cărora acest stil muzical este asociat agresivității și delincvenței.

"Am descoperit că muzica aceasta crește nivelul de emoții pozitive", spune Leah Sharman, unul dintre autorii studiului.

"Când sunt nervoși, fanii muzicii extreme preferă să o asculte pentru că se potrivește stării lor, muzica ajutându-i să exploreze întreaga gamă a emoțiilor pe care le trăiesc și, în cele din urmă, îi face să se simtă mai activi și mai inspirați", adaugă Sharman.

La studiu, care a fost publicat în *Frontiers in Human Neuroscience*, au participat 39 de persoane, cu vârste între 18 și 34 de ani, care ascultau în mod regulat acest gen de muzică, de mai mulți ani.

Rezultatele studiului arată că nivelurile ostilității, irascibilității și stresului au scăzut după audierea unor formații ale genului, precum Judas Priest și Slipknot, iar cea mai importantă schimbare a fost raportată la creșterea nivelului de inspirație.

SURSA: [Mediafax.ro](http://Mediafax.ro) via [Emaramures.ro](http://Emaramures.ro)