

# 年齢制限なし！ アイドルを目指しながら心理学を学ぶ

## 「アイドル実践心理学講座」が開講

2016年7月21日

LOVE-IT (ラビィ)

桃瀬優子

心理カウンセリングと心理学講座を展開するラビィ（広島市佐伯区八幡）は、2016年10月より「アイドル実践心理学講座」を開講するこの講座は6ヶ月間かけてアイドルになるために必要なレッスンを受けながら、心理学のカウンセリングとワークショップを行う、世界初の講座である。

### ■この講座が生まれた背景

現代の日本ではうつ病や自殺者の増加が大きな社会問題になっている。精神的に病んでしまう原因は人によってさまざまであるが、

「生きづらくなる大きな原因の一つとして、役割にしばられたり人の目を気にしすぎたりして、自由に自分らしさを表現できないという息苦しさを感じていることがあげられるのではないか？」

と、本講座を企画した代表の桃瀬優子は分析する。

桃瀬は現在、シングルマザーである。結婚、出産、そして離婚を経験する中で精神的に暗く沈んだ時期があった。その状態を改善するために心理学を学び、それを実践することで現在は前向きに生きられるようになった。現在は仕事も子育ても人間関係も順調で、前夫とも友人として交流があるなど、人生を明るく改善することができた。

「かつての私のように悩んでいる女性のために、力になりたい」

という思いが、本講座を企画した動機である。

### ■「アイドル」という夢を目指し、叶えることで自信を取り戻す！

桃瀬はかつて広島のロコドル（ローカルアイドル）の草分け的存在として広島を中心に活動していた。アイドルとしてステージに立つためには、歌と踊りのレッスン、衣装のデザインと準備、集客のための活動など、様々な準備が必要となる。その過程を心理学の視点から見たとき、自分の願望を明確にし、勇気をもってそれを開示して、1つずつ現実化させていく、という自己実現の過程にピッタリだということに気付いた。そこで、自身のアイドルとしての経験と知識を生かした、本講座を思いつくに至った。

### ■年齢制限なし！ 女性であればだれでも参加できる！

本講座は女性であれば誰でも参加できる。

「もう●●才だから、アイドルなんて無理・・・」「結婚して子供もいるから無理・・・」

といった制限を捨てて、何歳からでも夢に挑戦し、成功させることができることを学ぶことで、自信を取り戻すことを目的としている。

### ■このプレスリリースについての問い合わせ先

LOVE-IT (ラヴィィ) 代表 桃瀬優子 (ももせ ゆうこ)

- ・ブログ <http://ameblo.jp/love-it-baby/>
- ・電話 090-4650-0752
- ・住所 広島市佐伯区八幡2丁目11-26-202