

3-21
BEYBLADE
DAY

白百合女子大学 × ベイブレード = 回す発達心理学



 白百合女子大学 × BEYBLADE X
Shirayuri University

「3, 2, 1, GOシュート！」 3月21日はベイブレードの日

ベイブレードを介した心理的ウェルビーイングを探求すべく
3.21開催の日本SEL学会第2回大会@白百合女子大学会場内に
ベイブレード試遊コーナーを用意しました。

会場の様子とともに、
ベイブレードを介した心理的ウェルビーイングの探求とは何か
レポートします。

白百合女子大学人間総合学部発達心理学科
眞榮城和美

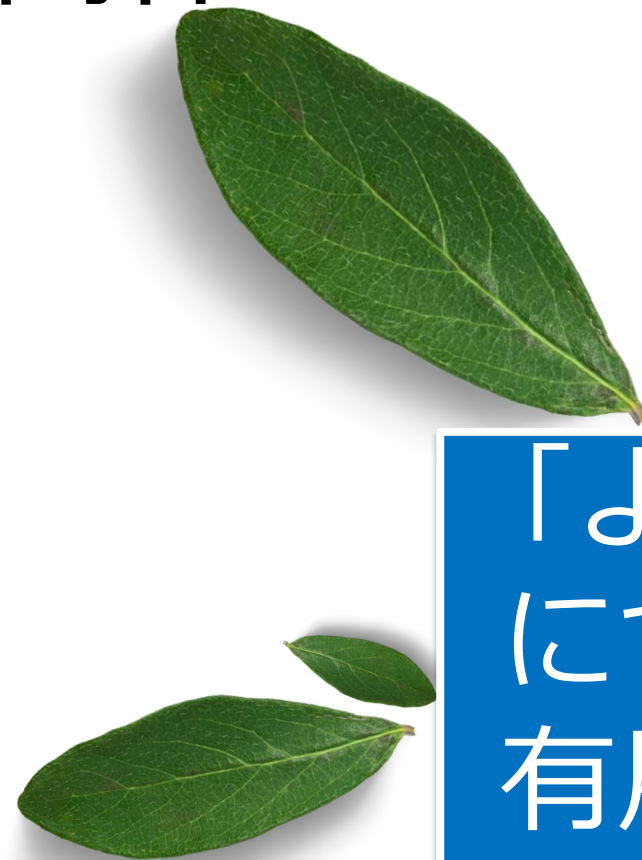
心理的ウェルビーイングとは

心理的ウェルビーイング

6因子モデル

Ryff.C(1989,1995)

- 自己受容
- 良好な対人関係
- 自律性
- 環境制御感
- 人生の目的
- 個人的成長



「よく生きるとは何か」
について理論的に答える枠組みとして
有用だと考えられています。

因子名

概要

自己受容

自分の良い面も悪い面も受け入れ、過去の人生に満足している。
項目例) 私は、自分の人生を振り返ってみて、結果として起きていることをうれしく思う

良好な対人関係

他者と信頼ある関係を築き、他者への共感性・親密性を持っている。
項目例) たいていの人とは、私のことを誠実で情に厚いと思っている

自律性

他人の評価や社会的圧力に左右されず、自分の基準で判断・行動できる。
項目例) たとえ他の人と意見が反対であっても、私は自分の意見を言うことを恐れない

環境制御感

生活を効果的に管理し、外的世界をコントロールできる感覚がある。
項目例) 一般的に、私は目の前の状況を把握していると感じる

人生の目的

人生に意味や目的を持ち、将来に向けた目標を持っている。
項目例) 私は、人生の方向や目的について、考えをもっている

個人的成長

自己の成長を感じ、新しい経験に開かれている。
項目例) 自分や世の中についての考え方を換えさせるような新しい経験をすることは、大切だと思う

心理的ウェルビーイングと 幸福感・満足度との関連/比較

「自己受容」と「環境制御感」

👉 幸福感・人生満足度・抑うつとの関連が強い

その他の4要素「自律性・成長・目的・関係性」

👉 従来の指標（幸福感・満足感）との関連が弱い

→ 理論的に重要な側面が従来の指標で見落とされている可能性

心理的ウェルビーイングと気分状態の対応表

心理的ウェルビーイング 関連する気分状態

自己受容 環境制御感	抑うつ 不安 疲労感
人生の目的 個人的成長	爽快感
自律性 良好な対人関係	緊張 不安

自己受容感や環境制御感の高さと抑うつ感・不安感・疲労感の低さが関連する傾向あり

人生の目的や個人的成長意識の高さと爽快感の高さが関連する傾向あり

自律性や良好な対人関係の高さと緊張や不安の低さが関連する傾向あり

心理的ウェルビーイングは感情状態と密接に関連
教育的支援にも応用可能

Problem

日本SEL学会第2回大会
テーマは心と知をつなぐSEL
全世代にひらかれた“ウェルビーイング”の実現に向けて

日本における社会課題：意欲・協調性・やり抜く力などの
「非認知能力（社会情動的スキル）」の育成が喫緊の課題となっている
(ex;こども家庭庁,2023)。

SEL (Social and Emotional Learning)とは？

SEL(社会性と情動の学習)は、「感情に向き合う力」と「社会性に関わる力」を育む学びを意味しています。
本大会では、SELの可能性について、多角的な視点から探り、実践と研究の融合をめざします。



日本SEL学会 第2回大会

心と知をつなぐSEL

全世代にひらかれた
“ウェルビーイング”の実現に向けて

Date → 2026年3月21日 (土) 10時～17時30分

Venue → 白百合女子大学 [東京都調布市緑ヶ丘1-25]

*新宿から京王線利用にて約20分 (最寄り駅: 仙川駅)

Statement

SEL (社会情動的学習) や環境作りを通じて、
心理的well-being向上を目指す取り組みについて
多角的に研究する必要がある！



Solution ↙



Solution 1

遊びを介して感情と向き合う機会の提供

遊びもさまざまだが・・・
古くから日本人になじみのあるベーゴマの
進化系であるベイブレードへの着目

Solution 2

ベイブレードを発達心理学的に用いる視点

近年の遊び場問題の解決：省スペースで実施可能
近年の気候変動問題の影響を受けにくい
季節問わず実施可能
近年の経済的格差の問題：影響を受けにくい
近年の社会性の発達に関する課題：
多世代交流の促進
ベイブレードを介したコミュニケーション促進
不器用さなどへのサポート：
協調運動面の課題がある場合にも扱いやすい
二次的な問題（自信の喪失）などが生じにくく
なる可能性を探求できるのではないかと？



Trial 1
ベイブレード経験豊富な高校生とベイブレード初の高校生



Trial 2
日本SEL学会第2回大会での多世代交流型ベイブレード試遊コーナー



Opportunity

日本SEL学会第2回大会にて
ベイブレード試遊コーナーを設置

👉示された機会・状況の紹介1

ベイブレード
熟達者



ベイブレード
初心者
「できるかな・・・」
ちょっと心配



初対面の二人・・・



Solution 1

感情と向き合う



楽しい！！

すっかり仲良し



Opportunity

日本SEL学会第2回大会にて
ベイブレード試遊コーナーを設置

👉 示された機会・状況の紹介2

小学生 ・ 高校生 ・ 大人 * 全員初対面



Solution 2
コミュニケーション促進・多世代交流の促進



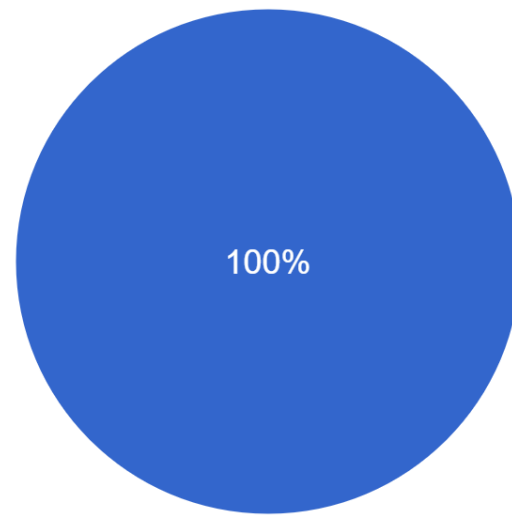
1つの現象への注目
意識を共有する時間





ベブレードは大人同士でやっても楽しいと思う

3件の回答



- 非常にあてはまる
- ややあてはまる
- ややあてはまらない
- まったくあてはまらない

Statistic

日本SEL学会第2回大会にて

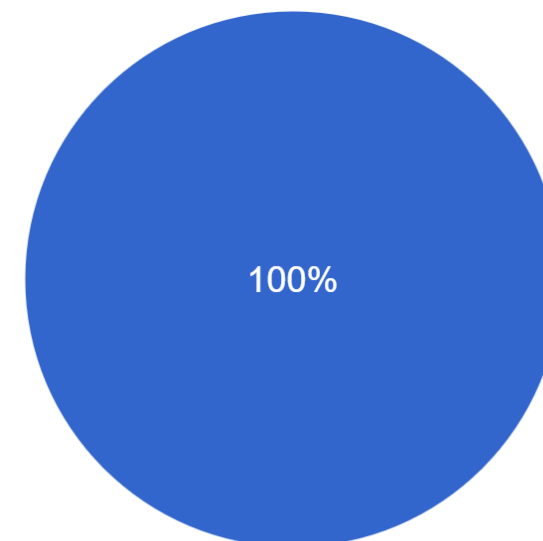
ベブレード試遊コーナー設置前

trial協力者による報告 (回答協力者: 高校生男女計3名 age16-17)



ベブレードを通していろいろな世代の人と「感情」や「情動」を介したコミュニケーションができると思う

3件の回答



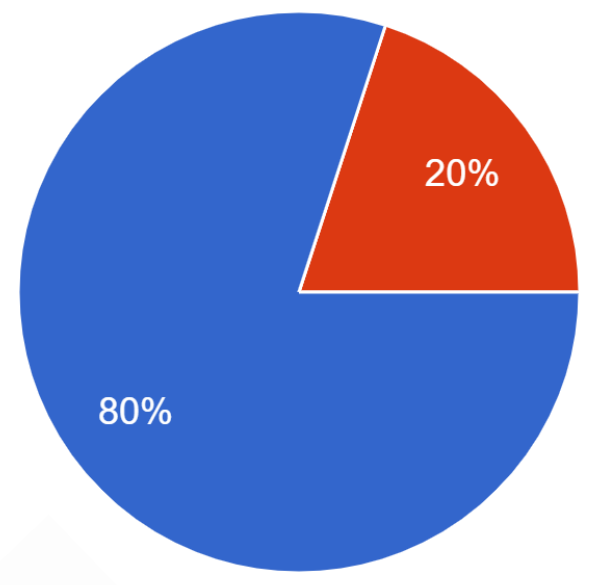
- 非常にあてはまる
- ややあてはまる
- ややあてはまらない
- まったくあてはまらない





ベイブレードは大人同士でやっても楽しいと思う

10件の回答



- 非常にあてはまる
- ややあてはまる
- ややあてはまらない
- まったくあてはまらない

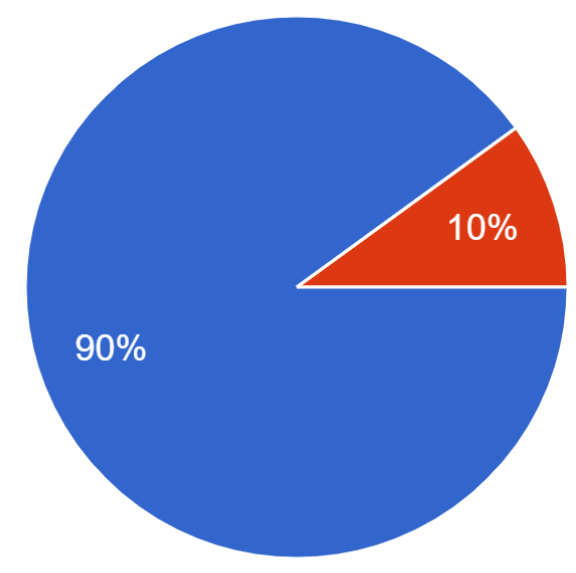
Statistic

日本SEI学会第2回大会にて
ベイブレード試遊コーナー設置
スタッフ (回答協力者: 女性計10名 age21-52)



ベイブレードを通していろいろな世代の人と「感情」や「情動」を介したコミュニケーションができると思う

10件の回答



- 非常にあてはまる
- ややあてはまる
- ややあてはまらない
- まったくあてはまらない



高校生の感想

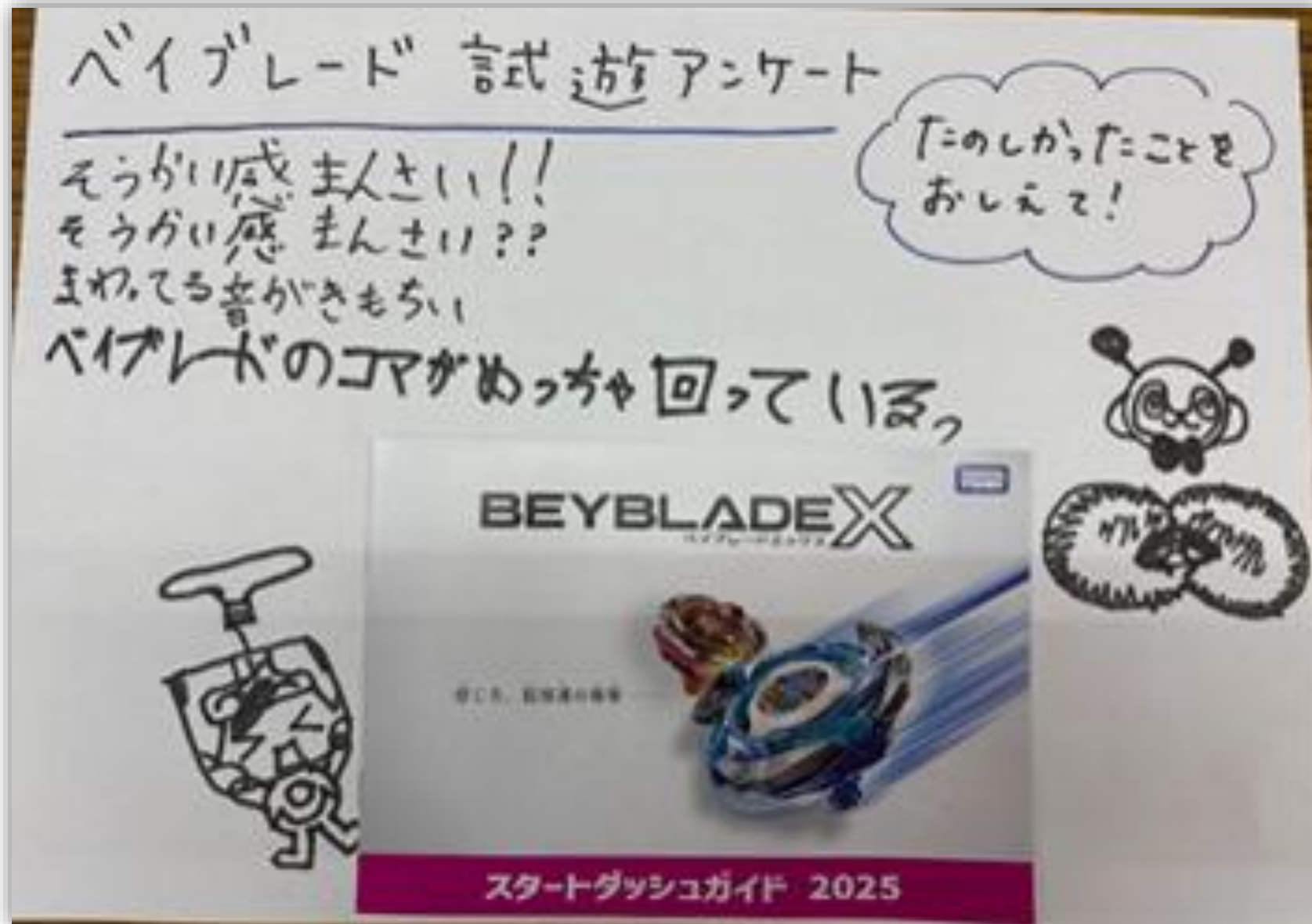
興味なかったが、楽しめた より友達と仲が深まった
すっきり
何も知らない状態で遊んだけどルールも簡単で楽しめました！コマを選ぶのが楽しかったです

小学生の感想

興味なかったが、楽しめた より友達と仲が深まった
すっきり
何も知らない状態で遊んだけどルールも簡単で楽しめました！コマを選ぶのが楽しかったです

試遊体験コーナーを担当していた大人のコメント

「ベブレードやったことがない」、「みんなで遊べるか不安…」
と言いながらやってきた子どもたちが、ベブレードへの取り組み
を通して互いになじみ、遊びやコミュニケーションが広がっていく
様子を見せていただき、とても刺激になりました。
特に、最後は外遊びにまでフィールドが広がり、芝生の上で大は
しゃぎしている様子が印象的でした。



今後に向けて期待されること

(trial参加高校生の声)

- みんなでワイワイできる環境を作る
- いろいろなコマを使う
- スポーツが苦手な子に競争心を芽生えさせる方法として有効な手段
- 色んなコマを集めたら、耐久、攻撃、保守を選ぶことが出来て物理的な理解も深まるし楽しさが増すと思います

ベイブレードを介した心理的ウェルビーイングの探求

日本SEL学会第2回大会 ベイブレード試遊コーナー参加者（スタッフ）の声から

ベイブレード試遊 体験後の気分

- 激しくぶつかり合うコマを見て**爽快な気分**になった。
- **爽快感**がある。
- 久しぶりにベイブレードができ、とても楽しかったです。また、ほぼ初めてお会いした方や、普段交流しないような年齢層の方ともベイブレードを通し、楽しく交流ができたこともよかったです。
- 幼少期にベイブレードで遊んだ経験があり、久しぶりに触れる機会となり、とても**ワクワク**する体験でした。組み立て方が分からなかった際には、より詳しい幼稚園ぐらいの子が丁寧に教えてくれたことで自然と会話が生まれ、楽しい時間を過ごすことができました。ベイブレードは年齢に関係なく**対等に楽しめる遊び**であると感じます。
- とても楽しく、気分が上がりました！掛け声をしてから始めるのが、遊ぶ時のカウントダウンになり**ワクワク感**がより高まり、コマを回したあと誰がどれか等コミュニケーションにもなり、**みんなでやる楽しさ**がより感じられました！

- 大きなフィールドを用いて、より多くの人と同時に戦うことができるようにしたら、激闘が起こり**爽快感**も増すのではないかと感じた。
- チーム戦にしたら、仲間内での**協力関係**が生まれ、**協調性**が高まると思います。
- どのパーツを使うかなど、グループになって戦略を考える。
- 積極的なコミュニケーションを必要としなくても楽しめるので、各々の状況やその時の気分に合わせて柔軟に遊べるとよいかと思います。
- コミュニケーションをねらいとする場合には、詳しい年齢層や詳しい個人が一人いるチームを作ると交流が活発になり、団結力や一体感が生まれ、よいのではないかと思います。
- ベイブレードの良さを生かすためには、勝敗だけでなく、部品のカスタマイズや戦略を考える過程を共有することで、会話が生まれ、より**楽しさが広がる**と感じます。また、各々がカスタマイズしたベイブレードを交換して遊ぶことで、より**交流を深められる**と感じます。
- 初めて会った人でも、コミュニケーションの1つとして活用できるのと今回思ったので、**コミュニケーションのツール**としてもベイブレードの良さを生かせるのではないかと思います！



Conclusion



日本SEL学会第2回大会にてベイブレード試遊コーナーを設置

👉ベイブレードを介した心理的ウェルビーイングの探求

Situation 1 感情と向き合う機会の促進可能性

Situation 2 コミュニケーション促進
多世代交流の促進可能性

Key Word

爽快感

ベイブレード体験によって「爽快感」が高まる可能性が示唆されたことから、
心理的ウェルビーイングの「人生の目的」「個人的成長」意識が促進される可能性も推察される



今後に向けて期待されること

ベイブレード試遊コーナーの設置を経て
発達心理学的アプローチの可能性がさらに高まりました。

2026年度には、以下の社会課題解決につながる取り組みとして、
ベイブレードを活用し、エビデンスの蓄積を目指します。

昨今の社会的課題解決に向けて・・・白百合女子大学×ベイブレード

- ・多世代交流の希薄化 → 促進へ
- ・コミュニケーション力の低下 → 向上へ
- ・自己有能感（コンピテンス）の低さ → 向上へ
- ・他者から受け入れられている感覚の低さ → 向上へ

Thank

You!

白百合女子大学 × ベイブレード = 回す発達心理学

Member

タカラトミー

北村晃男

高岡悠人

白百合女子大学 眞榮城和美



Contact Info

白百合女子大学 眞榮城和美
maeshiro@shirayuri.ac.jp