

短 報

情報収集スタイルと抑うつ，心理的ウェルビーイングとの関係
Relationship between information gathering style, depression, and
psychological well-being.

小 柳 英 祐¹⁾*, 大 矢 薫²⁾

- 1) 新潟リハビリテーション大学大学院 リハビリテーション研究科 リハビリテーション医療学専攻 心の健康科学コース 修了生
- 2) 新潟リハビリテーション大学 医療学部 リハビリテーション学科

〔受付：令和5（2023）年10月31日〕

〔受理：令和6（2024）年1月10日〕

キーワード：情報収集スタイル，抑うつ，心理的ウェルビーイング，大学生

要旨 本研究では，大学生を対象に web 調査を行い，大学生の情報収集スタイルとネガティブな指標である抑うつ，ポジティブな指標である心理的ウェルビーイングとの関係について検討し，どのような情報収集スタイルが抑うつまたは心理的ウェルビーイングを促進または抑制するのかを明らかにすることを目的とした。その結果，ポジティブな情報収集では，人格的成長，人生における目的，自己受容，環境制御力，積極的な他者関係との間に有意な正の影響，抑うつとの間には有意な負の影響が見られた。ネガティブな情報収集では，抑うつとの間に有意な正の影響，人格的成長，人生における目的，自律性，自己受容，環境制御力，積極的な他者関係との間には有意な負の影響が見られた。このことからネガティブな情報収集よりもポジティブな情報収集を多く行うことが精神的健康につながると言える。

問題と目的

厚生労働省¹⁾が2020年3月から5月に行った調査によると，コロナ禍で抑うつ状態になる学生，人間関係に不安を感じている学生が増加している。Davey^{2,3)}や Davey et al.⁴⁾によると，不確実性の高いストレス状況（例：飛行機に乗っているときに乱気流に巻き込まれた）にさらされたとき，情報収集（例：

非常口を探す）を行う傾向の強い人は心配傾向も強い，そして，情報収集は新たな脅威を検出することにもつながり，それらによってさらなる心配が促進されるとされている。古谷ら⁵⁾は正確な情報を求め，情報を追究する志向の強い人は，精神的健康が悪いことを示唆していた。以上より，複数の情報源から多くの情報が錯綜するコロナ禍の中で，抑うつ状態に陥ってしまう1つの理由として情報収集が関係していると考え

* Corresponding author:

新潟リハビリテーション大学大学院 リハビリテーション研究科 リハビリテーション医療学専攻 心の健康科学コース 修了生
〒958-0053 新潟県村上市上の山2-16

E-mail : koyanagi823@gmail.com

えられる。このように先行研究を概観すると情報収集行動とネガティブな指標との検討がほとんどであり、ポジティブな指標との検討が見当たらない。しかし、情報収集はコーピングの1つとして挙げられており⁶⁾、ポジティブな指標との関係も考えられる。ポジティブな指標としては、精神的な良好さを示す心理的ウェルビーイングが挙げられる。心理的ウェルビーイングとは、人格的成長、人生における目的、自律性、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係の6次元からなる、人生全般にわたるポジティブな心理的機能である⁷⁾。人格的成長とは、発達と可能性の連続上において、新しい経験に向けて開かれている感覚。人生における目的とは、人生における目的と方向性の感覚。自律性とは、自己決定や独立、内的に行動を調整できるという感覚。自己受容とは、自己に対する積極的な感覚。環境制御力とは、複雑な環境を統制する有能さの感覚。積極的な他者関係とは、暖かく信頼できる、信頼関係を築いているという感覚である⁷⁾。門田ら⁸⁾は、大学生の抑うつと心理的ウェルビーイングとの関係について調査を行い、抑うつと環境制御力、積極的な他者関係と負の関連があることを明らかにしている。また、情報収集について、津田⁹⁾が、不確実な対人場面における情報収集スタイルと関係妄想的認知との検討を行い、情報収集スタイル（当事者の観察、当事者とのコミュニケーション、メディアの活用、他の人の意見）の違いによる影響について論じている。

そこで本研究では、大学生を対象にweb調査を行い、複数の情報源からの情報収集スタイルとネガティブな指標である抑うつ、ポジティブ指標である心理的ウェルビーイングとの関係性について検討することを目的とした。

方法

1. 研究対象

中部地方にあるA大学に在籍する大学生1～4年生の中で、web調査に回答した97名及び、調査会社（株式会社クロス・マーケティング）を介してweb調査に回答した大学生308名、合計405名を分析対象とした。

2. 調査時期

2022年4月にweb調査を実施した。

3. 調査方法

本調査はGoogle Formを使用してweb上でを行い、

質問内容は年齢・性別のほか、津田⁹⁾を参考に作成した「情報収集スタイル尺度」、自己評価式抑うつ性尺度¹⁰⁾、心理的ウェルビーイング尺度¹¹⁾を用いた。

情報収集スタイル尺度について、津田⁹⁾の尺度では、不確実な対人場面に置かれたときに、自分が他者にどう思われるかという本心を知るために、どのような情報収集方略をどの程度とるのかを測定することを目的としている。本研究では不確実な対人場面ではなく、複数の情報源から情報収集スタイルについて調査したかったため、津田⁹⁾の尺度をそのまま使用せず、新たに作成した。作成した尺度の項目については、心理学の博士号を有する教員1名と公認心理師資格取得を目指す大学院生1名で検討し、内容的妥当性を確認した。教示文は、「SNSやネット、それ以外の情報収集について、あてはまる数字を一つ選び、○をつけてください。」であった。情報収集スタイルを測定する36項目について、「1. まったくない」「2. まれにある」「3. しばしばある」「4. よくある」の4件法で回答を求めた。尺度の得点可能範囲は36-144点である。

自己評価式抑うつ性尺度¹⁰⁾は、1因子構造で20項目から構成される。それぞれ、「1. ない、たまに」から「4. ほとんどいつも」までの4件法で回答を求めた。下位尺度得点が高いほど、抑うつが高いことを示す。

心理的ウェルビーイング尺度¹¹⁾は人格的成長、人生における目的、自律性、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係の6因子構造で43項目から構成される。それぞれ、「1. まったくあてはまらない」から「6. 非常にあてはまる」の6件法で回答を求めた。下位尺度得点が高いほど、心理的ウェルビーイングが高いことを示す。

4. 倫理的配慮

本研究は、新潟リハビリテーション大学の倫理委員会の承認（承認番号206）を得て行われた。本研究への参加は自由であり、不参加であっても不利益を被ることはないことをweb調査の説明文に記載し、web調査の回答をもって、研究の目的や方法を理解して、本研究へのご協力の同意が得られたこととした。

5. 分析方法

データ分析には、IBM SPSS Statistics 28, IBM Amos 25を使用した。情報収集スタイル尺度で得られたデータに因子分析を行い、下位尺度を確定した。そ

の後、情報収集スタイルの下位尺度得点、自己評価式抑うつ性尺度の得点、心理的ウェルビーイング尺度の下位尺度得点との相関分析を行った。加えて、情報収集スタイル尺度の下位尺度2因子の得点を中央値を基準に4つのグループ（ポジティブな情報収集、及びネガティブな情報収集の得点がともに低いグループ（以下、pn）、ポジティブな情報収集の得点は低く、ネガティブな情報収集の得点が高いグループ（以下、pN）、ポジティブな情報収集の得点が高く、ネガティブな情報収集の得点は低い（以下、Pn）、ポジティブな情報収集、及びネガティブな情報収集の得点がともに高いグループ（以下、PN））に分け、各グループ間における自己評価式抑うつ性尺度の得点と心理的ウェルビーイング尺度の下位尺度得点について分散分析を行った。情報収集スタイル尺度の下位尺度得点について、正規性の検定を行ったところ、有意（ $p < .001$ ）であり、正規分布をしていなかったため、本研究では平均値ではなく中央値を採用した。

結果

1. 基本情報

記入不備がなかったため、405名全員を分析対象とした。平均年齢は20.15歳、標準偏差は1.25歳であった。性別については、男性139名、女性261名、無記名5名であった。

2. 情報収集スタイル尺度に関する因子分析

記述統計量において、フロア効果が見られた12項目については除外し、残った計24項目に対し主因子法、Promax回転による探索的因子分析を行った。固有値の変化は、12.13, 2.59, 1.68, 1.50, 0.84, …というものであり、2因子構造が妥当であると考えた。そして、再度2因子構造であると仮定するため、主因子法、Promax回転による因子分析を行った。最終的な因子パターンと因子間相関については表1に示す。なお、回転前の2因子で24項目の全分散を説明する割合は64.30%であった。

表1 情報収集スタイル尺度の因子分析

		I	II
ポジティブな情報収集 ($\alpha=.94$)			
項目29	知人から気持ちが楽になる情報が気になり、聞いてしまう。	.91	-.17
項目17	テレビで気持ちが楽になる情報が気になり、見てしまう。	.86	-.13
項目27	知人から安心感の高まる情報が気になり、聞いてしまう。	.83	-.03
項目25	知人から自分に関わるポジティブな情報が気になり、聞いてしまう。	.82	-.14
項目5	SNSで気持ちが楽になる情報が気になり、見てしまう。	.76	-.14
項目15	テレビで安心感の高まる情報が気になり、見てしまう。	.75	.07
項目13	テレビで自分に関わるポジティブな情報が気になり、見てしまう。	.74	.05
項目11	SNS以外のネットニュースなどで気持ちが楽になる情報が気になり、見てしまう。	.61	.17
項目1	SNSで自分に関わるポジティブな情報が気になり、見てしまう。	.57	.15
項目7	SNS以外のネットニュースなどで自分に関わるポジティブな情報が気になり、見てしまう。	.57	.22
項目3	SNSで安心感の高まる情報が気になり、見てしまう。	.54	.25
項目9	SNS以外のネットニュースなどで安心感の高まる情報が気になり、見てしまう。	.54	.30
ネガティブな情報収集 ($\alpha=.94$)			
項目6	SNSで気持ちが暗くなる情報が気になり、見てしまう。	-.25	.92
項目12	SNS以外でのネットニュースなどで気持ちが暗くなる情報が気になり、見てしまう。	-.05	.87
項目10	SNS以外のネットニュースなどで、不安感の高まる情報が気になり、見てしまう。	-.05	.84
項目8	SNS以外のネットニュースなどで、自分に関わるネガティブな情報が気になり、見てしまう。	-.03	.82
項目18	テレビで気持ちが暗くなる情報が気になり、見てしまう。	.00	.77
項目16	テレビで不安感の高まる情報が気になり、見てしまう。	.04	.74
項目4	SNSで不安感の高まる情報が気になり、見てしまう。	.00	.74
項目14	テレビで自分に関わるネガティブな情報が気になり、見てしまう。	.07	.73
項目2	SNSで自分に関わるネガティブな情報が気になり、見てしまう。	.08	.66
項目30	知人から気持ちが暗くなる情報が気になり、聞いてしまう。	.18	.59
項目28	知人から不安感の高まる情報が気になり、聞いてしまう。	.20	.56
項目26	知人から自分に関わるネガティブな情報が気になり、聞いてしまう。	.23	.54
		因子間相関	I II
		I	-.65

第1因子の項目については、「29. 知人から気持ち
が楽しくなる情報が気になり、聞いてしまう。」「17.
テレビで気持ちが楽しくなる情報が気になり、見てし
まう。」などから「ポジティブな情報収集」と命名し
た。信頼性係数である α 係数は .94 で十分な数値を示
した。第2因子については、「6. SNS で気持ちが暗
くなる情報が気になり、見てしまう。」「12. SNS 以
外でのネットニュースなどで気持ちが暗くなる情報が
気になり、見てしまう。」などから「ネガティブな情
報収集」と命名した。信頼性係数である α 係数は .94
であり、十分な数値を示した。

3. 記述統計量と信頼性係数及び相関

情報収集スタイル尺度、自己評価式抑うつ性尺度、
心理的ウェルビーイング尺度の記述統計量と信頼性係
数を表2、相関を表3に示す。相関については、ポジ
ティブな情報収集では、ネガティブな情報収集
($r=.66, p<.01$)、心理的ウェルビーイング尺度の下位
尺度得点における人格的成長 ($r=.32, p<.01$)、環境

制御力 ($r=.27, p<.01$)、積極的な他者関係 ($r=.37,$
 $p<.01$) との間に有意な正の相関が見られ、自律性 ($r=-$
 $.23, p<.01$) については有意な負の相関が見られ
た。

ネガティブな情報収集では、自己評価式抑うつ性尺
度 ($r=.21, p<.01$) との間に有意な正の相関が見られ、
自律性 ($r=-.28, p<.01$) については有意な負の相
関が見られていた。

なお、ネガティブな情報収集とポジティブな情報収
集の相関関係が .66 と中程度の相関がみとめられた
が、 $VIF=1.79$ と10を超えていないため、多重共線性
は生じていなかった。

4. 情報収集スタイルと抑うつ、心理的ウェルビー イングとの関係性の検討

情報収集スタイルの下位尺度得点が抑うつ、心理的
ウェルビーイングに与える影響について検討するた
め、ポジティブな情報収集及びネガティブな情報収集
それぞれにおいて重回帰分析を行った。なお、投入法

表2 各変数の記述統計量と信頼性係数

	平均値	標準偏差	最小値	最大値	α 係数
情報収集スタイル					
ポジティブな情報収集	26.35	9.11	12	48	.94
ネガティブな情報収集	22.75	8.35	12	48	.94
抑うつ	45.90	8.21	25	73	.81
心理的ウェルビーイング					
人格的成長	33.34	7.25	8	48	.86
人生における目的	29.50	7.38	8	48	.83
自律性	28.83	5.42	10	47	.65
自己受容	22.56	5.52	7	41	.70
環境制御力	19.61	6.41	6	36	.94
積極的な他者関係	22.50	5.27	7	36	.74

表3 各変数間の相関

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1 ポジティブな情報収集	—	.66 **	-.08	.32 **	.04	-.23 **	.11 *	.27 **	.37 **
2 ネガティブな情報収集		—	.21 **	.04	-.13 **	-.28 **	-.08	.03	.06
3 抑うつ			—	-.38 **	-.52 **	-.22 **	-.51 **	-.43 **	-.44 **
4 人格的成長				—	.36 **	-.02	.31 **	.59 **	.65 **
5 人生における目的					—	.29 **	.46 **	.26 **	.39 **
6 自律性						—	.31 **	.01	-.14 **
7 自己受容							—	.61 **	.38 **
8 環境制御力								—	.61 **
9 積極的な他者関係									—

* $p<.05$, ** $p<.01$

については強制投入法を用いた。結果は以下の図1のパス図に示す。ポジティブな情報収集では、ポジティブな情報収集から人格的成長、人生における目的、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係に対する有意な正の標準偏回帰係数が見られ、抑うつに対しては有意な負の標準偏回帰係数が見られた。一方ネガティブな情報収集では、ネガティブな情報収集から抑うつに対する有意な正の標準偏回帰係数が見られ、人格的成長、人生における目的、自律性、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係に対しては有意な負の標準偏回帰係数が見られていた。

これらより、ポジティブな情報収集を行うことにより、自律性を除く心理的ウェルビーイングが向上され、抑うつを低減させることが明らかにされた。また、ネガティブな情報収集を行うことにより、ネガティブな指標である抑うつが悪化し、ポジティブな指標である心理的ウェルビーイングは抑制されるということが明らかになった。

5. 各グループ間における各要因の分散分析 (中央値による判別グループ)

各グループ間の自己評価式抑うつ性尺度得点、心理

的ウェルビーイング尺度の下位尺度得点について、一要因分散分析を行った結果を表4に示す。「抑うつ」($F(3,401) = 9.37, p < .001$)、「人格的成長」($F(3,401) = 16.90, p < .001$)、「人生における目的」($F(3,401) = 2.85, p < .05$)、「自律性」($F(3,401) = 6.20, p < .001$)、「環境制御力」($F(3,401) = 11.08, p < .001$)、「積極的な他者関係」($F(3,401) = 13.51, p < .001$)との間に有意な群間差が見られた。TukeyのHSD法(5%水準)による多重比較を行ったところ、「抑うつ」については、 $P_n < p_n < P_N$, $P_n < P_N$ 、「人格的成長」では、 $p_n < P_N < P_n$ 、「人生における目的」では、 $p_N < P_n$ 、「自律性」では、 $P_N < p_n$, $P_N < P_n$ 、「環境制御力」では、 $p_n < P_n$, $p_n < P_N$, $p_N < P_n$, $p_N < P_N$ 、「積極的な他者関係」では、 $p_n < P_n$, $p_n < P_N$, $p_N < P_n$, $p_N < P_N$ という結果が得られた。

各変数の得点を平均値10、標準偏差10とする標準得点に変換し、各グループごとの各変数の標準得点のグラフを図2~5に示す。 p_n は、自律性が平均値よりも高い。 p_N は、抑うつが平均値よりも高い。 P_n は、抑うつ以外の人格的成長、人生における目的、自律性、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係が平均値よりも高い。 P_N は、抑うつ、人格的成長、環境制御力、

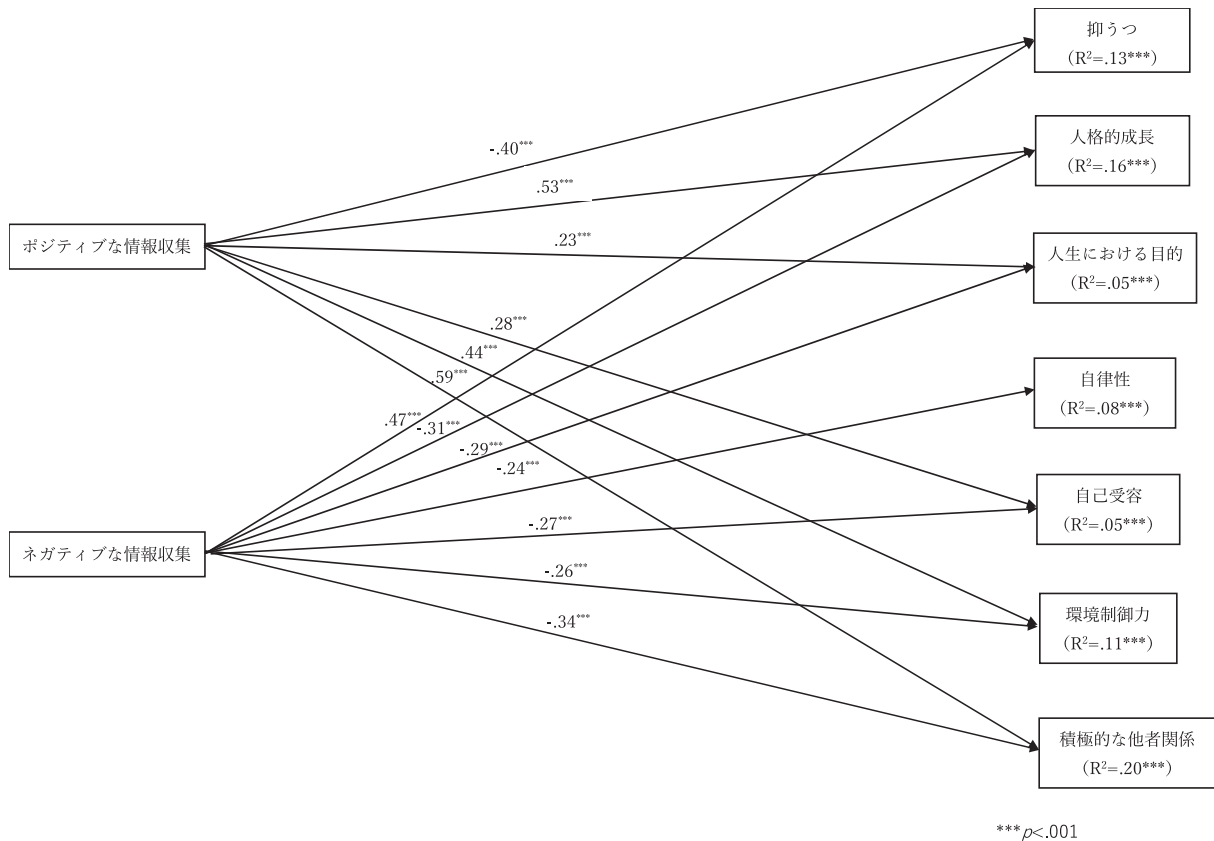


図1 情報収集スタイルと抑うつ、心理的ウェルビーイングとの関係性における重回帰分析の結果

表4 各グループ間における各変数の分散分析（中央値による判別グループ）

	a.pn (N=134)		b.pN (N=52)		c.Pn (N=57)		d.PN (N=162)		F値	多重比較
	平均	SD	平均	SD	平均	SD	平均	SD		
1 抑うつ	45.23	8.15	49.65	8.44	41.93	7.58	46.65	7.78	9.37 ***	c<a<b, c<d
2 人格的成長	31.72	6.75	29.48	5.95	37.70	7.06	34.38	7.13	16.90 ***	a<d<c, b<d<c
3 人生における目的	29.41	7.13	28.25	6.08	31.98	9.26	29.10	7.10	2.85 *	b<c
4 自律性	30.02	5.36	29.04	3.26	29.67	5.91	27.48	5.59	6.20 ***	d<a, d<c
5 自己受容	22.36	5.73	21.27	4.55	23.98	6.22	22.64	5.28	2.31	
6 環境制御力	18.45	6.88	16.54	5.31	22.40	6.04	20.59	5.88	11.08 ***	a<c, a<d, b<c, b<d
7 積極的な他者関係	21.22	5.02	20.21	4.48	25.23	5.78	23.34	4.96	13.51 ***	a<c, a<d, b<c, b<d

*p<.05, ***p<.001

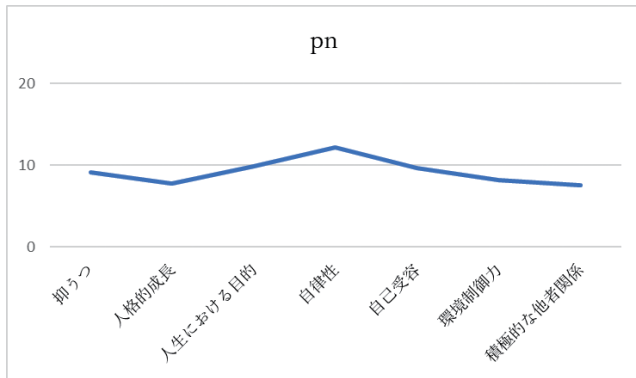


図2 Group1. pn

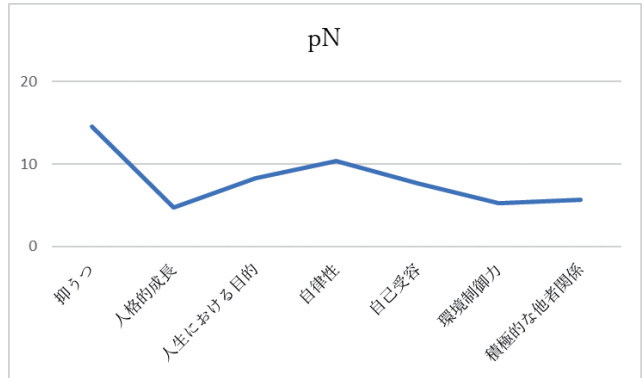


図3 Group2. pN

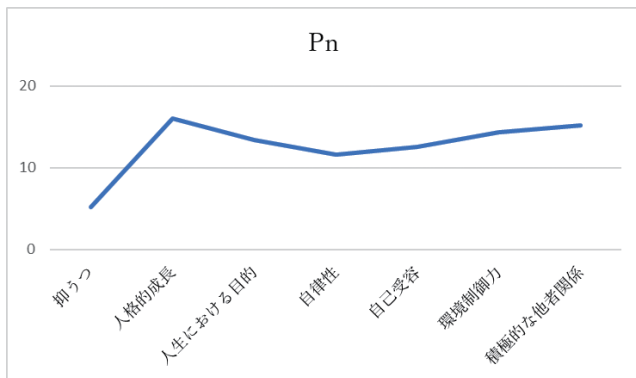


図4 Group3. Pn

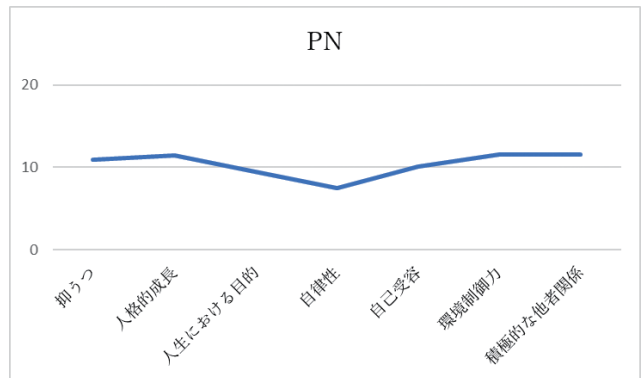


図5 Group4. PN

積極的な他者関係が平均値よりも高い。

考察

本研究では、大学生を対象にweb調査を行い、大学生の情報収集スタイルとネガティブな指標である抑うつ、ポジティブな指標である心理的ウェルビーイングとの関係について検討し、どのような情報収集スタイルが抑うつまたは心理的ウェルビーイングを促進または抑制するのかを明らかにすることを目的とした。

1. 情報収集スタイルと各要因との相関について

ポジティブな情報収集とネガティブな情報収集、人

格的成長、環境制御力、積極的な他者関係、との間に有意な正の相関が見られ、自律性とは有意な負の相関が見られた。ネガティブな情報収集では、ポジティブな情報収集と抑うつとの間に有意な正の相関、自律性との間には有意な負の相関が見られた。

ポジティブ、ネガティブ関係なく情報収集を行う人は、自律性と負の相関にあることから、情報に左右されてしまう可能性があるとして唆された。Davey^{2,3)}らも情報収集を行う傾向の強い個人は心配傾向も強く、これから何が起こるのかを自分自身でコントロールできないと唆していた。北條ら¹²⁾によれば長時間のSNS使用については、うつ病の増加に関連があるこ

と、また、コロナ禍での人と接する機会の減少、つまり関係性の希薄からのSNS使用が幸福度をより下げる方向へ寄与していると示唆していた。しかし、本研究の調査では、ネガティブな情報収集と抑うつとの間に正の相関が見られた一方で、ポジティブな情報収集と人格的成長、環境制御力、積極的な他者関係、との間に有意な正の相関が見られたことから、抑うつや心理的ウェルビーイングに差が生じると考えられた。

2. 情報収集スタイルと抑うつ、心理的ウェルビーイングとの関係性について

ポジティブ、ネガティブな情報収集と抑うつ、心理的ウェルビーイングとの重回帰分析の結果において、情報収集スタイルと抑うつ、心理的ウェルビーイングとの関係性を明らかにした。ポジティブな情報収集では、人格的成長、人生における目的、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係との間に有意な正の影響、抑うつとの間には有意な負の影響が見られた。ネガティブな情報収集では、抑うつとの間に有意な正の影響、人格的成長、人生における目的、自律性、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係との間には有意な負の影響が見られた。そのため、ポジティブな情報収集と抑うつとの関連から、ポジティブな情報の収集は抑うつを低減することに寄与していると考えられる。また、心理的ウェルビーイングについては、よりポジティブな情報の収集を行うことによって、幸福度を高めていくことの一助になると示唆された。

一方、ネガティブな情報収集では、抑うつとの間に有意な正の影響があることから、ネガティブな情報を収集することによって、抑うつの思考がより活性化されると考えられる。また、心理的ウェルビーイングに対しては、ポジティブな情報収集とは相反し、幸福度を低減させることに通じていると推察された。すなわち、ネガティブな情報を多く収集することは、幸福を感じる機会を阻害する原因の一つになっているのではないかと考えられる。

3. 各グループ間における各要因の分散分析（中央値による判別グループ）について

ポジティブ、ネガティブな情報収集の4つのグループ間において、分散分析を行ったところ、抑うつ、人格的成長、人生における目的、自律性、環境制御力、積極的な他者関係との間に有意差が見られた。

抑うつについては、多重比較より、 $Pn < pn < pN$ 、 $Pn < PN$ との各グループ間において有意差が見られ

た。抑うつの平均値が最も高く表れたのは pN のグループであり、最も低く表れたのは Pn のグループであった。そのため、ネガティブな情報収集に偏る人は抑うつになりやすいことが示唆され、古谷ら⁵⁾ が述べている情報を追究する志向性の強い人は精神的健康が悪いということと関連があることが伺えた。一方、ポジティブな情報収集に偏る人は抑うつの平均値が低いことが示され、ポジティブな情報収集を行うことが抑うつに陥ることへの回避につながることや神村ら⁶⁾ の指摘する情報収集を行うことによる問題解決への積極さが示唆された。

人格的成長では、 $pn < PN < Pn$ 、 $pn < PN < Pn$ との各グループ間において有意差が見られた。人格的成長の平均値が最も高いのは Pn のグループであり、最も平均値が低いのは pN のグループであった。人格的成長については、本研究の結果より、自己の発達にはポジティブな情報収集を行うことがその成長を促すための一助となり、ネガティブな情報収集は、自己の発達を阻害する要因の一つになることが推察された。

人生における目的では、 $pN < Pn$ との間に有意差が見られた。人生における目的の平均値が最も高いのは Pn のグループであり、最も平均値が低いのは pN のグループであった。このことから、現在から今後の目的に前向きに向かうことができるポジティブな情報を選択することは、個人の持つ目的の達成に向けたモチベーションに寄与していると考えられる。

自律性では、 $PN < pn$ 、 $PN < Pn$ との間に有意差が見られた。平均値が最も高いのは pn のグループであり、最も平均値が低いのは PN のグループであった。自律性については、ポジティブな情報やネガティブな情報が世の中で錯そうする中、自身が必要とする情報を自己決定している。つまり、情報を調節し統制を図ろうとする志向性の高さが関連すると考えられる。しかし、ポジティブな情報やネガティブな情報を共に収集する傾向にある人については、情報収集を行うことで不確実な状況を統制しようとする一方、収集される情報に左右されることが示唆された。杉浦¹³⁾ によれば、情報収集方略が多くの脅威を検出し、否定的な事態について考えることが否定できない情報を処理する資源を使い切ってしまうことで、対処がうまく行かず、思考が制御困難になると示唆していた。そのため、多くの情報を得ることは、情報の統制を困難にするということが考えられる。

環境制御力では、 $pn < Pn$ 、 $pn < PN$ 、 $pN < Pn$ 、 $pN < PN$ との各グループ間で有意差が見られた。平均値が最も

高いのはPnのグループであり、平均値が最も低いのはpNのグループであった。ポジティブな情報収集を行う人は、環境に対する統制力が高く、外的な活動における複雑な状況をコントロールしていることが考えられた。そのため、ポジティブな情報を収集する際、個人がポジティブであると判断する情報を周囲と共有することによって、周囲との適応を図ることが推察された。一方、ネガティブな情報収集を行う人は、環境に対する統制力が低く、抑うつにつながりやすいという門田ら⁸⁾と同様の結果になった。そのため、情報の収集にはポジティブな情報にも気を配り、自己で情報収集を調節することが必要だと考えられる。

積極的な他者関係では、 $pn < Pn$, $pn < PN$, $pN < Pn$, $pN < PN$ との各グループ間において有意差が見られた。平均値が最も高いのはPnのグループであり、最も平均値が低いのはpNのグループであった。ポジティブな情報収集を行う人は、周囲との友人関係の構築や構築された関係作りの維持にポジティブな情報収集を用いることが示唆された。一方、ネガティブな情報収集を行う人は、ネガティブな情報から友人関係の構築に対し、消極的に考えていることが推察された。

各変数の得点を平均値10、標準偏差10とする標準得点に変換し、各グループごとの各変数の標準得点のグラフを比較すると、pNは抑うつが平均値よりも高く、Pnは心理的ウェルビーイングが平均値よりも高いことから、ポジティブな情報収集とネガティブな情報収集のバランスが重要であると言える。

最後に本研究の限界と今後の課題について、本研究は、大学生を対象に調査を行ったものであり、本研究の結果を一般化することには注意を要する。今後は大学生以外を対象とした調査が望まれる。また、本研究で作成した複数の情報源からの情報収集スタイル尺度は、内容的妥当性のみ確認しており、その他の妥当性の検証が必要である。そして、心理的ウェルビーイングの自律性のみがポジティブな情報収集及びネガティブな情報収集ともに負の相関を示しており、情報収集と自律性との関係性を、情報収集の調整などの要因を踏まえてより詳細に調査する必要がある。

結論

本研究では、大学生を対象にweb調査を行い、大学生の情報収集スタイルとネガティブな指標である抑うつ、ポジティブな指標である心理的ウェルビーイングとの関係について検討することを目的とした。その結果、抑うつと心理的ウェルビーイング、情報収集ス

スタイルと抑うつ、情報収集スタイルと心理的ウェルビーイングとの間に有意な関連性が見られた。ポジティブな情報収集では、人格的成長、人生における目的、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係との間に有意な正の影響、抑うつとの間には有意な負の影響が見られた。ネガティブな情報収集では、抑うつとの間に有意な正の影響、人格的成長、人生における目的、自律性、自己受容、環境制御力、積極的な他者関係との間には有意な負の影響が見られた。このことからネガティブな情報収集よりもポジティブな情報収集を多く行うことが精神的健康につながると言える。

付記

本研究は第一筆者が2022年度新潟リハビリテーション大学大学院に提出した修士論文を加筆・修正したものである。

謝辞

本研究の実施に当たり、ご協力いただきました皆様に厚く御礼申し上げます。

引用文献

- 1) 厚生労働省：新型コロナ対策のための全国調査，2020. (Accessed 2021-09-01). https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_11244.html
- 2) Davey GC: A comparison of three worry questionnaires. *Behaviour Research and The Therapy*, 31, 51-56, 1993.
- 3) Davey GC: Worrying, social problem-solving abilities, and social problem-solving confidence. *Behaviour Research and Therapy*, 32, 327-330, 1994.
- 4) Davey GC, Hampton J, Farreil, J & Davidson S: Some characteristics of worrying : Evidence for worrying and anxiety as separate constructs. *Personality and Individual differences*, 13, 133-147, 1992.
- 5) 古谷嘉一郎, 西村大志, 相馬敏彦, 他: 情報収集志向性が精神的健康に及ぼす影響, *日本心理学会大会発表論文集*, 78, 25, 2014.
- 6) 神村栄一, 海老原由香, 佐藤健二: 対象方略の3次元モデルの検討と新しい尺度(TAC-24)の作成, *教育相談研究*, 33, 41-47, 1995.
- 7) Ryff CD: Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081, 1989.

- 8) 門田竜之輔, 青木俊太郎, 堀内 聡, 他:大学生の心理的ウェルビーイングと抑うつとの関連, 北海道医療大学心理学科部心理臨床・発達支援センター研究, 11 (1), 11-18, 2015.
- 9) 津田恭充:不確実な対人場面における情報収集スタイルと関係妄想的認知-反すうを媒介したメカニズム-, カウンセリング研究, 44 (2), 2011.
- 10) 福田一彦, 小林重雄:自己評価式抑うつ性尺度の研究, 精神神経学雑誌, 75 (10), 673-679, 1973.
- 11) 西田裕紀子:成人女性の多様なライフスタイルと心理的well-beingに関する研究, 教育心理学研究, 48 (4), 433-443, 2000.
- 12) 北條陸実子:コロナ禍下における大学生の主観的幸福度, 京都大学高等教育研究, 26, 41-50, 2020.
- 13) 杉浦義典:ストレス実態に関する思考の制御困難性と関連する対処方略-情報回避・情報収集・解決策産出と心配-, 教育心理学研究, 49 (2), 186-197, 2001.



Relationship between information gathering style, depression, and psychological well-being.

Eisuke Koyanagi¹⁾, Kaoru Ohya²⁾

1) Niigata University of Rehabilitation, Graduate School of Rehabilitation, Department of Mental Health Science, Graduate

2) Niigata University of Rehabilitation, Faculty of Allied Health Sciences, Department of Rehabilitation

[Received: 31 October, 2023]

[Accepted: 10 January, 2024]

Key words: information gathering style, depression, psychological well-being, university student

Abstract This study aimed to examine the relationship between information-gathering style, depression (a negative index), and psychological well-being (a positive index) among university students using a web-based survey. We also aimed to clarify what kind of information-gathering style promotes or suppresses depression or psychological well-being.

Participants comprised 405 students, 97 of whom responded to a web-based survey and 308 of whom responded to a web-based survey via a research company (Cross Marketing Inc.).

Results indicated a positive correlation between negative information gathering and depression. Additionally, there was a significant positive correlation between positive information gathering and personality growth, environmental control, and positive relationships with others, suggesting that the kind of information individuals gather influences their level of happiness.

Positive information gathering showed significant positive effects on personal growth, purpose in life, self-acceptance, environmental control, and positive relationships with others, and significant negative effects on depression. While negative information gathering showed significant positive effects on depression, it showed significant negative effects on personality growth, purpose in life, autonomy, self-acceptance, environmental control, and positive relationships with others. From this positive information gathering, rather than negative information gathering, is associated with mental health.

As this study was conducted with college students, the results of this study cannot be generalized to other populations. Future studies should target non-university students. In addition, in this study, as only the autonomy of psychological well-being was negatively correlated with both positive and negative information gathering, and the relationship between information gathering and autonomy needs to be investigated in more detail, taking into account factors such as the adjustment of information gathering.