

壹、緒論

當我們認為自己的先生或太太很能幹、事業成就不錯時，我們是將其與何人比較？或者當我們認為自己的伴侶不夠溫柔體貼時，我們的比較依據又是什麼？人們終其一生都在了解自己，也常透過與他人的比較來定位自己。但日常生活中我們的比較行為不只發生在自己身上，很多時候我們也會將自己的親近他人，例如配偶伴侶，與他人進行比較。但回顧過去有關社會比較的研究大多著重在有關自我的社會比較，明顯忽略了針對伴侶進行的社會比較歷程。在本研究中，我們將針對伴侶比較及比較結果對個人可能造成的影響進行探討。

一、關係品質的社會比較

在親密關係中個體若想了解自己的關係品質如何，自己婚姻是否算幸福等等，都會與其他夫妻或伴侶進行比較（Buunk, Collins, Taylor, Van Yperen, & Dakof, 1990; Buunk, Oldersma, & de Dreu, 2001; Gagne & Lydon, 2004; Rusbult, Van Lange, Wildschut, Yovetich, & Verette, 2000）。例如 Bunnk 等人（1990）發現，當個體認為自己伴侶比別人的伴侶體貼時，個體會對關係更滿意。Van Lange 與 Rusbult（1995）則是以大學生情侶為受試者，在實驗中他們請受試者針對關係中出現的「正向作

為」和「負向作為」進行評估。研究結果發現，當受試者進行較多的向下比較時，他們評估自己與伴侶的親密關係有較多「建設性行為」和「正向作為」，而認為其他情侶的關係較具「破壞性」且「負向」。換言之，當個體知覺到其他情侶的關係品質較差，亦即進行向下比較時，會對自己與伴侶的親密關係更為滿意。

Bunnk 等人（2001）也同樣強調當個體在親密關係中若出現了「比較歷程」則有助於關係滿意度的提升。Bunnk 等人在其實驗中，讓受試者針對「伴侶」在「社會比較情境或非社會比較情境」下進行關係品質的測量。在「非社會比較情境」中，請受試者回答「你的伴侶是一個好情人（good partner）的五個原因。」；在「社會比較情境」中，請受試者回答「你的伴侶和其他人比較起來是一個好情人（better than most others）的五個原因」。研究結果發現，經歷「社會比較情境」的受試者，對關係的滿意度分數顯著高於「非社會比較情境」的受試者，且反應時間也顯著縮短。而 Bunnk 等人在後續實驗中也發現個體對伴侶進行社會比較後有助於緩衝關係中原本的緊張和不愉快，其關係滿意度的提升效果也勝過於「非社會比較情境」的受試者。

相似的，Rusbult 等人（2000）的

研究也指出知覺關係優越性 (perceived superiority) 可以預測之後關係是否可以持續、更有助於增進關係中彼此的調適。換言之，當個體認為自己的關係較其他人的關係為佳時，關係更易維持、彼此也更願意互相調適。上述有關伴侶社會比較的研究大多是針對與其他情侶比較時對自己關係滿意度等等所產生的變化，皆非討論針對伴侶本身狀況所進行的比較，且所進行比較的向度也未做區分。其實伴侶本身具有相當多層面，例如個人可能想了解相較於他人，伴侶是否可算是溫柔體貼，或是個體也可能希望對伴侶的聰明才智或事業發展狀況加以定位，這些都可能成為伴侶與他人比較的層面。

二、伴侶的社會比較

個體對伴侶也應存在著許多不同層面的觀點，Fletcher、Simpson、Thomas及Giles (1999) 認為個體對「理想伴侶」的期待就包含了三項因素，第一項因素是有助於增進關係品質和親密感的諸多特質 (例如仁慈、負責任等等)，第二項因素則為伴侶本身生理狀況 (例如健康與外貌吸引力)，以及第三項因素為伴侶本身具備的社會聲望和資源 (例如社會地位、能力等等)。Murray、Holmes與Griffin (1996) 等人的研究中則主張，個體對伴侶的知覺包括了兩種不同的概念，分

別是伴侶的「人際層面」(interpersonal circle)，其中包括在關係中所表現出的溫暖、體貼等等，以及「必備的資源層面」(commodities in the social-exchange process)，包括自信、聰明、機智等等。Gagne與Lydon (2001) 在其研究中探討不同心向 (mindset) 狀態如何影響個體對伴侶的知覺優越性時，則採用類似的評量向度。而在Lockwood、Dolderman、Sadler與Gerchak (2004) 等人針對親密關係中的社會比較進行研究時，則是提出關係及能力兩個層面，要求受試者對自己和伴侶在進行比較之後，除了自評之外，也對伴侶的能力層面 (例如聰明、有能力) 及關係層面評價 (例如體貼、容忍) 進行評價。總結而言，這些研究在嘗試探討對伴侶的評價時，大都認為應可用「能力層面」以及「人際情感層面」來評估對伴侶的看法。而所謂「能力層面」意指伴侶獨自表現的特質 (工作能力，智力等等)，而「人際層面」或「情感層面」則較偏向伴侶在親密關係中的情感表現。因此在本研究中，我們亦嘗試採用這兩種比較層面，希望進一步了解個體在進行伴侶社會比較時是否會因比較層面的不同而選擇不同的比較對象。

從Festinger (1954) 的社會比較理論可知，個體在進行社會比較時會選擇相似他人，但在對親密關係的伴侶進行社會比較時，比較對象該如何選擇？我