

情侶幸福感取向差距對關係適應之影響

中原大學心理學系

專題生：黃士修 指導教授：李怡真 教授

研究背景與目的

在大學的生活中，愛情扮演了很重要的角色，而情侶們也期待可以透過交往而提昇彼此的快樂和幸福。幸福感 (Happiness) 一詞在韋氏字典中被定義為一種幸福和滿足之狀態，或者是一個愉快且滿意之經驗。由於每個人所嚮往的幸福均有所不同，所以追求幸福的方式也不盡相同。雖然過去研究顯示人們傾向喜歡與自己相似的人 (Kassin, Fein, Markus, 2008)，但在選擇交往的對象時多半尚未經過長久的相處，因此往往在交往之後才得知伴侶與自身的不同，而過去研究也顯示，當伴侶與理想伴侶的差距越大，則關係品質便會越差 (Knee, 2001)。由於人們傾向喜歡與自己相似的人，於是研究者推論人們的理想伴侶會是與自身相似的人，而伴侶與理想伴侶的差距越大，也能說成是伴侶與自身相似性的程度越小。所以本研究首要的關注焦點即在，當情侶之間追求幸福的方式不同時，是否會對關係的品質或是生活滿意度產生影響。

然而情侶之間還有一個維持關係很重要的因素：「自願犧牲」。Van Lange 等人 (1997) 指出，當關係的雙方面臨衝突時，若有一方願意無條件的捨棄自身的需求或希望去滿足另一半，是關係能否繼續維持的關鍵因素。據此，研究者以為自願犧牲可能是情侶之間面對彼此間追求幸福方式不同時的化解方式，亦即情侶間幸福感取向的差距可能透過自願犧牲而提升關係適應與生活滿意度。整體而言，本研究之目的便要探討情侶間幸福感取向的差距是否會影響關係品質和生活滿意度，以及自願犧牲是否為兩者間的中介變項。

假設

- 一、 情侶間幸福感取向差距可以預測關係適應指標。
 - 1-1 情侶間幸福感取向差距越大，關係滿意/成長越低。
 - 1-2 情侶間幸福感取向差距越大，關係衝突/矛盾越高。
 - 1-3 情侶間幸福感取向差距越大，自主性越低。
- 二、 情侶間幸福感取向差距可以預測生活滿意度。
- 三、 自願犧牲為情侶間幸福感取向差距和關係適應、生活滿意度之中介變項。

研究方法

實驗架構

本研究採用問卷調查法，抽樣方式為便利取樣。研究參與者共為30對異性戀情侶，平均交往時間為18個月。

幸福感取向量表 (Orientation to Happiness Scale)。該量表由 Peterson 等人 (2005) 所發展，所測得的概念分為意義取向、享樂取向和投入取向三個向度。而幸福感取向的差距指標，則是透過迴歸分析計算情侶之其中一方的幸福感取向在預測另一方的幸福感取向時之殘差，並取其絕對值。

自願犧牲量表 (Willing to sacrifice scale)。該量表由 Van Lange 等人 (1997) 所發展，該量表的目的是測量自己願意無條件的捨棄自身的需求或希望去維持情侶關係的程度。

生活滿意度量表 (Satisfaction with life scale)。該量表由 Diener 等人 (1985) 所發展，目的在測量一個人主觀的認為其目前的生活品質和自己理想的生活品質其相似程度。

關係適應量表。該量表為王慶福 (1996) 所編製，所測得的概念共分為成長/滿意、衝突/矛盾和自主/共生三個子向度。

研究結果

幸福感取向差距預測關係適應指標以及生活滿意度

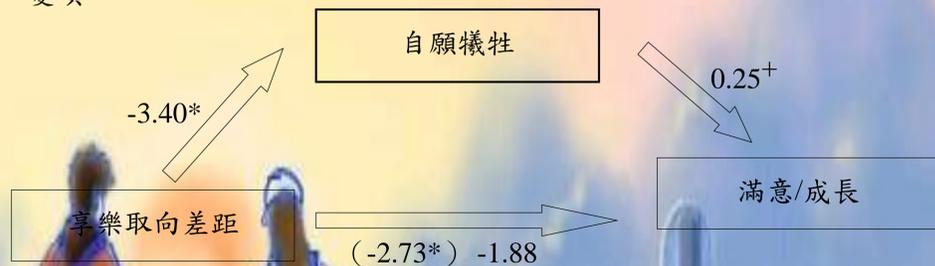
取向變項	適應指標	滿意成長	衝突矛盾	自主或共生	生活滿意度
幸福感取向差距		-.02/.05	.08/.04	-.12/-.07	-.04/-.03
意義取向差距		.26/.27	-.18/-.20	.10/.09	.05/.07
享樂取向差距		-.26 ⁺ /.36*	.25/.33 ⁺	-.30*/-.33*	-.17/-.34*
投入取向差距		-.06/.12	.08/-.03	.00/.12	.06/.23

以上數據為控制性別和時間後的標準化迴歸係數，第一個數字來自大於等於6個月的樣本 (共25對)，第二個數字來自大於等於12個月的樣本 (共20對)。

▲ 由上表可知，享樂取向差距在三種幸福感取向的差距之中，最能預測關係適應指標與生活滿意度。其中享樂取向差距越大，自主性越低、共生度越高，滿意/成長和生活滿意度越低。此外，享樂取向的差距也會隨著交往時間越長而增加對關係適應指標和生活滿意度的預測力。

自願犧牲為中介變項

由於自願犧牲只能顯著預測滿意/成長這個指標，於是本研究針對大於等於12個月的樣本，檢驗自願犧牲是否為享樂取向差距和成長/滿意之中介變項。



▲ 研究結果顯示，享樂取向差距對滿意/成長的預測效果在加入自願犧牲之後，便無法顯著的預測滿意/成長，因此自願犧牲中介了享樂取向差距與滿意/成長之間的關係。

討論

- 一、 本研究發現，情侶間享樂取向差距越大會伴隨著越差的關係適應和較低的滿意/成長。然而，若情侶間能夠願意為對方犧牲，則能夠暫時降低享樂取向差距對關係適應指標中滿意/成長的負向影響。
- 二、 本研究雖未發現意義取向與投入取向差距對關係適應之影響，但未來可透過加大研究的樣本數或收集交往時間更長的夫妻樣本，以更進一步的比較三種幸福感取向的差距與關係適應度和生活滿意度之間的關聯。

參考文獻

- Knee, C. R., Nanayakkara, A., & Vietor, N. A. (2001). Implicit theories of relationships: Who cares if romantic partners are less than ideal? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 808-819.
- Kassin, S., Fein, S., Markus, H.R., (2008). Attraction and close relationship. *Social psychology* (pp. 338-387). Belmont: Wadsworth.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. (2005b). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-41.
- Van Lange, P. A. M., Rusbult, C.E., Drigotas, S. M., Arriaga, X.B., Witcher, B. S., & Cox, C. L. (1997). Willingness to sacrifice in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 72, 1373-1395.