

在愛中苦了自己——知覺伴侶人際行為在愛情完美主義與關係滿意度關連中的中介預測效果*

張瑩瑩

臺北市光復國小
輔導室

蔡松純

國立臺北教育大學
心理與諮商學系

孫頌賢

許多研究發現，愛情完美主義傾向（要求自我、要求伴侶）與關係滿意度具有負相關，然而這中間發生了什麼心理歷程？本研究目的，即欲探討「知覺伴侶人際行為」是否扮演了中介預測的角色？本研究採「社會行為結構分析模式」來測量愛情關係中「知覺伴侶人際行為」的內涵，包括：關懷呵護、攻擊漠視、自主肯定、干涉控制等個體對伴侶的人際行為知覺程度。研究對象為正處於愛情關係中的異性戀大專院校在學學生，共收集 440 份有效問卷。以問卷調查法進行研究，施測工具為：中文版愛情完美主義量表、知覺伴侶人際行為量表、以及關係滿意度量表。研究結果與結論：1. 在愛情完美主義對愛情關係的影響中，知覺伴侶人際行為為具中介預測效果；2. 在愛情心理學中，探討伴侶間的人際行為知覺具重要性，愛情完美主義傾向可能促使個體產生不同的人際行為知覺；3. 要求伴侶與要求自我完美主義傾向，可能具有不同的人際行為知覺，兩者都能促使個體較不容易知覺伴侶的自主肯定與關愛呵護，進而預測較低的關係滿意度，而要求伴侶完美主義也會透過攻擊漠視的人際行為知覺，進而預測較低的關係滿意度。4. 相較於要求自我完美主義，要求伴侶對愛情關係的影響可能更具重要性。最後討論研究限制以及在情感教育、伴侶諮商上的應用。

關鍵詞：社會行為結構分析模式、知覺伴侶人際行為、關係滿意度、愛情完美主義、愛情關係

* 1. 通訊作者：孫頌賢，sonhein@mail.ntue.edu.tw。

2. 本研究改寫自第一作者張瑩瑩的碩士論文。

3. 感謝審查委員給予寶貴的意見，促使本文能有更深入的討論。

電影《百年好合》（杜琪峯、韋家輝，2003）裡面有句非常有意思的經典台詞：「隻眼開兮隻眼閉，只記好兮不記壞，箇中奧妙在其中，百年好合笑呵呵。」彷彿說出了個體對親密關係「知覺」方式的重要性。而在近年國外愛情心理學研究中，愛情完美主義（romantic perfectionism）的相關研究逐漸被重視，且大多證實，個體的愛情完美主義傾向與愛情關係滿意度有負向關連（Flett et al., 2001; Furman et al., 2017; Lopez et al., 2006; Matte & Lafontaine, 2012; Stoeber, 2012）。然而，愛情完美主義傾向究竟讓個體的內在心理歷程發生了什麼？愛情完美主義傾向讓個體具有獨特的內在運作模式（internal working model, IWM）（Hewitt et al., 2017）與認知歷程（Sherry et al., 2018），可能會影響其對外在情境訊息的知覺方式，是否對伴侶的人際行為有獨特的知覺反應，進而可預測關係滿意度呢？本研究的主要目的，即欲探討個體在愛情關係中的「知覺伴侶人際行為」傾向，是否會在愛情完美主義傾向與關係滿意度的關連中，扮演中介預測的角色。

（一）愛情完美主義的概念與內涵

在1990年代初期，Frost等人（1990）、Hewitt與Flett（1990, 1991a, 1991b）兩個不同的研究團隊，不約而同發表了多向度完美主義的研究與測量工具，也開啟了該議題的熱度，像是探討完美主義對心理健康的影響（Limburg et al., 2017），也同時引發探討完美主義對不同人際或親密關係影響的相關研究（Cox & Enns, 2003; Frost et al., 1993; Martin & Ashby, 2004; Terry-Short et al., 1995）。

而完美主義（perfectionism）的構念，最早源自於心理動力理論，Adler（1933）和Horney（1951）可說是最早提到完美主義構念的學者。Horney認為完美主義是一種以「應該」語句，來進行自我要求的神經質（neurotic）人格特質表現，Hollender（1965）則認為完美主義者具有高自我要求傾向，會持續要求自己或他人達到超乎一般水準的行為表現。

完美主義的研究發展至今，已從前述單向度的定義，逐漸朝向多向度構念來理解完美主義的內涵（方紫薇，2011，2012；陳正嘉等人，2011；張映芬，2019，2021；Hewitt & Flett, 1990, 1991a, 1991b, 2004）。例如早期Hamachek（1978）採取雙向度方式來界定完美主義，將其分成正向的一般性（normal）完美主義特質，以及負向的神經質（neurotic）完美主義特質。前者能享受追求完美的過程，會設定合理且能彈性調整標準，從努力的過程中獲得快樂；後者則因追求完美而受苦，會自行設定難以達到且缺乏調整彈性的標準，進而不滿意自身的努力。

綜合過去研究論述，完美主義可分成兩種定義方式，一種是「特質完美主義（trait/general perfectionism）」，強調完美主義是一種跨情境普遍存在的個人特質（Habke et al., 1999; Hewitt & Flett, 1991b; Hewitt et al., 1995）。另一為「特定範疇完美主義（domain-specific perfectionism）」，其考量完美主義的定義，會隨著不同領域特定性或關係範疇（domain）而有差異（許庭韶等人，2019；Lopez et al., 2006; Matte & Lafontaine, 2012; Shea et al., 2006; Stoeber, 2012; Stoeber et al., 2013），並認為完美主義是一種在關係互動與脈絡中的個人特質傾向展現，在測量上，需考量不同關係範疇而制訂不同的測量內涵。在愛情或親密關係的範疇中，又可稱之為伴侶間完美主義（dyadic perfectionism）、或愛情完美主義（romantic perfectionism）（Lopez et al., 2006; Lopez et al., 2011; Matte & Lafontaine, 2012; Shea et al., 2006; Stoeber, 2012）。

1. 愛情完美主義的理論模式

而Hewitt與Flett（1990, 1991a, 1991b）的相關研究，即考量了前述「特定範疇完美主義」的概念，提出「完美主義行為完整模式（comprehensive model of perfectionistic behavior, CMPB）」。CMPB主張完美主義有三個重要面向（Hewitt et al., 2017）：（1）特質面向：稱作「完美主義特質（perfectionism trait dimensions）」，認為完美主義是一種性格特質，有這樣特質的人，會將注意力的焦點皆放在如何使自己或他人變得更完美，其內涵包括要求自己完美、要求他人完美和社會要求完美等；（2）人際面向：稱作「完美自我呈現（perfectionistic self-presentational facets）」，強調在關係範疇中界定完美主義；（3）內在／自我關係面向：稱作「完美主義自動化認知思考（automatic perfectionistic cognitions）」，強調完美主義傾向有其獨特的認知思考型態與信念，像是嚴苛的自我對話、自我鞭笞等內容。

在 CMPB 模式中，主要引用了親子依附（attachment）理論與社會認知理論（social cognitive theory）（Bandura, 1999），做為解釋完美主義傾向影響個體行為的理論依據，並考量在不同關係範疇中需界定不同的完美主義內涵。CMPB 認為，「認知歷程」是完美主義傾向影響個體行為的重要關鍵，完美主義特質會讓個體產生獨特的自動化思考內容，並採取較嚴苛的方式來看待自己與他人行為，並且會讓個體發展出獨特看待他人行為的「知覺」方式，進而影響其在關係中的感受或行為（Sherry et al., 2018）。CMPB 模式亦認為，完美主義傾向源自於早年親子依附關係經驗，照顧者本身的要求自我與要求他人之完美主義傾向，容易讓孩子經驗到與主要照顧者之間無法同步（asynchrony）的現象，進而讓孩子發展出不安全依附傾向，以及形成負向的內在運作模式（IWM）來「知覺」他人的行為表現（Hewitt et al., 2017），也是一種個體主觀詮釋的結果，不一定與實際情境相符（Beck & Freeman, 1990; Young, 1994）。而童年時期內化（internalized）出獨特的完美主義內在運作模式，也會進一步「重現」到成年後的人際或親密關係中，例如重現在愛情關係中，即為前述的「愛情完美主義」傾向。

過去關於愛情完美主義的研究，大多集中在愛情完美主義傾向對關係滿意或品質的預測，較少探討此關連中的心理歷程。故本研究期望能探討愛情完美主義傾向，是否可透過「知覺伴侶人際行為」的中介預測效果，進而預測關係滿意度。

2. 愛情完美主義傾向的測量

測量愛情完美主義傾向之工具相當多，大多依據 Hewitt 與 Flett（1990, 1991a, 1991b）提出的 CMPB 模式而來，CMPB 強調完美主義傾向雖然是一種性格特質，並有自己獨特的內在自動化思考，但在人際面向上，個人的性格特質會在不同關係屬性中，呈現不同的心理傾向與樣貌。是故，以特定範疇完美主義的方式來進行愛情完美主義傾向的測量時，可依據愛情關係與所關注的人際互動特性，設計不同的愛情完美主義的測量工具。例如，配偶完美主義量表（Spousal Perfectionism Scale, SPS）（Habke et al., 1997; Haring et al., 2003），以測量伴侶雙方的相互行為為主；伴侶近乎完美量表（Dyadic Almost Perfect Scale, DAPS）（Shea et al., 2006），以測量完美主義的信念為主。而 Matte 與 Lafontaine（2012）修訂的「愛情完美主義量表（Romantic Relationship Perfectionism Scale, RRPS），以愛情關係為主要的測量情境，符合「特定範疇」完美主義的概念，且將完美主義特質在愛情關係中的展現方式，分成自我導向與他人導向兩類，分別測量要求自我愛情完美主義（self-oriented romantic perfectionism）與要求伴侶愛情完美主義（other-oriented romantic perfectionism）等心理傾向。RRPS 的測量方式簡單，除了符合 CMPB 觀點，更能看到個體在愛情關係中，其完美主義特質在對自己要求完美（自我導向）以及對伴侶要求完美的心理傾向，故適合做為本研究的測量工具。

（二）愛情完美主義與關係滿意度之關連

在國外愛情心理學研究中，探討完美主義尚屬近年新興的研究主題，且以探討對婚姻關係的影響較多（Dimitrovsky et al., 2002; Gol et al., 2013; Habke et al., 1999; Haring et al., 2003; Hewitt et al., 1995; Kim et al., 2011; Pop & Rusu, 2015），反而較少研究探討完美主義對愛情關係的影響（Flett et al., 2001; Lopez et al., 2006; Matte & Lafontaine, 2012; Stoeber, 2012）。國內近年來亦有幾篇論文關注愛情完美主義的影響（石瀝新, 2018; 臧芷纖, 2018; 劉盈伶, 2015）。大部分的研究都支持，愛情完美主義與關係滿意度之間具有負向的預測關係。若依據 CMPB 模式來解釋該現象，則認為愛情完美主義傾向會促使個體擁有獨特的內在運作模式，其採取較嚴苛的要求標準來看待自己與伴侶，進而容易給予該段愛情關係低滿意度的評價。

「關係滿意度」是最常被拿來評估親密關係品質的變項之一（Hendrick, 1988），也被廣泛的應用在愛情心理學研究中（秦穗玫、黃馨慧, 2011; 張好玥、陸洛, 2007; 顏欣怡、卓紋君, 2013）。Glenn（1990）回顧文獻認為，關係滿意度是指個體在該段關係中，主觀知覺到的滿意或快樂感受。而「關係評估量表（Relationship Assessment Scale, RAS）」（Hendrick, 1988）是其最常見的測量工具，國內張好玥與陸洛（2007）曾翻譯該量表，適合做為本研究的測量工具。

雖然大部分的研究顯示，愛情完美主義傾向對關係滿意度具有負向預測力，然綜觀過去研究，「要求自我完美主義」與「要求伴侶完美主義」對關係滿意度的預測，依然有所差別，以下將分別論述之。

1. 要求伴侶完美主義傾向對關係滿意度的預測

大部分的研究都支持「要求伴侶完美主義」對關係滿意度具有負向預測（石瀝新，2018；臧芷纖，2018；劉盈伶，2015；Lopez et al., 2006; Matte & Lafontaine, 2012; Shea et al., 2006; Stoeber, 2012; Trub et al., 2018），Lopez 等人（2006）採取縱貫研究法，其以異性戀戀愛中的大學生為研究對象，發現「要求伴侶愛情完美主義」和「關係滿意度」在三個月後的再測結果上，仍具有穩定的負相關。要求伴侶完美主義傾向容易讓個體將自身對完美的期待，投射在伴侶身上，並以嚴厲苛刻或較高的標準去檢視對方是否達到自己的期待（Hewitt & Flett, 1990; Hill et al., 2004），要求伴侶完美主義也容易與憤怒敵意呈現正相關（Stoeber et al., 2018）。是故，可推論「要求伴侶完美主義」對「關係滿意度」可能具有負向的預測力（研究假設 1-1）。

2. 要求自我完美主義傾向對關係滿意度的預測

部分研究也主張「要求自我完美主義」與關係滿意度之間具有負相關（Dimitrovsky et al., 2002; Hewitt & Flett, 1991b; Hewitt et al., 2006; Matte & Lafontaine, 2012; Stoeber & Otto, 2006）。要求自我完美主義傾向會讓個體期待自己的表現達到完美無缺，較易以負向或批評的角度來看待自我表現（Winter, 2005），並容易將犯錯過度歸咎於自己，視自己為全然的失敗者或感到挫折（Habke et al., 1999），當個體過度在意伴侶對自己的評價，無論多努力，總隱隱覺得對方會嫌棄或拒絕自己，也無法接納真正的自己，進而有損其對關係滿意度的感受（Baucom et al., 1989; Stoeber & Otto, 2006）。

但也有部分研究顯示，「要求自我完美主義」與關係滿意度之間無顯著相關，甚至會呈現正相關（Flett et al., 2001; Habke et al., 1999; Haring et al., 2003; Hewitt et al., 1995; Kim et al., 2011; Trub et al., 2018）。主要原因可能是，這些研究在「要求自我完美主義」的測量上，仍以「特質完美主義」來進行界定，主要測量個人在工作或成就上的高標準自我要求特質，而並未考量「特定範疇完美主義」的觀點，導致與前述研究不一致的結果。是故，本研究將測量愛情關係中的要求自我完美主義傾向，探討「要求自我完美主義」對「關係滿意度」是否具有負向的預測力（研究假設 1-2）。

從上述討論可知，「要求自我完美主義」與「要求伴侶完美主義」對關係滿意度的預測中，可能具有不同的心理歷程與特徵，故本研究將把這兩種不同愛情完美主義內涵，分開進行分析。

（三）知覺伴侶人際行為的中介預測效果

過去研究大多顯示，愛情完美主義傾向可預測負向的關係滿意度，但鮮少探討這中間發生了什麼樣的心理歷程。在目前僅有的相關研究中，大多以「因應行為」做為中介預測變項，認為愛情完美主義傾向會促發個體的不良「因應行為」，進而預測負向的關係滿意度。例如，臧芷纖（2018）以台灣成年早期男女為研究對象，發現整合與謙讓的衝突因應策略，會在要求伴侶完美主義與關係品質之間扮演部分中介預測效果。Mackinnon 等人（2012）針對異性戀約會伴侶進行間隔一個月的追蹤研究，發現愛情完美主義傾向會透過不良衝突因應行為之中介預測效果，進而預測個體的憂鬱傾向。Sherry 等人（2014）邀請約會伴侶進行 14 天的每日追蹤測量，發現社會要求完美主義傾向會促發男性在關係中表現出不良的衝突因應行為。顯示目前關於愛情完美主義對關係滿意度的預測中，中間究竟發生了什麼心理歷程，仍有相當大的探討空間。

1. 知覺伴侶人際行為的角色

依據前述 CMPB 的觀點，在探討愛情完美主義對關係滿意度的影響時，個體對伴侶人際行為的「知覺」，可能是一項重要議題，而目前幾乎沒有研究探討「知覺伴侶人際行為」的角色與影響。

從 CMPB 模式可知，個體會延伸過去親子依附關係經驗，進而內化出一套獨特的完美主義 IWM，促使個體在關係中擁有獨特的「知覺」方式，進而影響其個體在愛情關係中的行為表現與主觀感受（Hewitt et al., 2017; Sherry et al., 2018; Young, 1994）。Fincham 與 O'Leary（1983）、Holtzworth-Munroe 與 Jacobson（1985）的研究亦發現，相較於關係品質好的伴侶，關係不好的伴侶會將更多焦點放在另一半的負向行為上，顯示個體對於伴侶行為知覺的不同，可能會導致不同的關係滿意度結果。而 Ashby 等人（2008）在對未婚伴侶的研究中，亦發現個體的完美主義傾向具有扭曲（distortions）的社會認知特性，進而導致不好的關係適應結果。

這些研究都顯示，「知覺伴侶人際行為」可能扮演重要的影響角色。由童年時期親子依附關係中內化而來的完美主義 IWM，會讓個體在知覺伴侶人際行為上產生的獨特的認知歷程，例如，忽略某些正向人際行為或過度敏感某些負向人際行為，進而預測出較低的關係滿意度。可推論，在愛情完美主義與關係滿意度的關連中，「知覺伴侶人際行為」可能扮演中介預測效果（研究假設 2）。

而探討「知覺伴侶人際行為」的中介預測效果，更對伴侶諮商實務具有意義。若能瞭解愛情完美主義傾向，如何影響個案對伴侶人際行為的知覺，可促使助人者評估哪些人際行為知覺是需要被調整的，進而改善關係滿意度或關係品質。

2. 知覺伴侶人際行為的內涵

該以何種架構來探討知覺伴侶人際行為的內涵呢？Benjamin（1996a, 1996b, 1996c）所發展的社會行為結構分析模式（structure analysis of Social Behavior, SASB）之環複模式（circumplex model），可能相當適合用來探討個體知覺到的伴侶人際行為之內涵。SASB 模式主要依據精神病理學家 Harry Stack Sullivan 的人際理論，並參考 Timothy Leary 人際環複模式（interpersonal circumplex model）建構而成。Sullivan（1953）認為，嬰兒從出生就具有情緒接觸（emotional contact）的需求，嬰兒會透過與主要照顧者之間的愛（love-hate）與權力（power）等兩種人際行為動力，來滿足其情緒接觸需求。當需求不被滿足時，就會產生基本的焦慮不安的反應。一方面個體從此人際行為動力中獲得愛與被愛，另一方面卻又有互動中的權力與自我定位問題，並藉此這兩動力的交互作用，逐漸形成認識自己、他人、與世界的自我系統（self-system）（類似於內在運作模式）。

Benjamin（1996a, 1996b, 1996c）延續 Sullivan 的愛與權力兩種人際行為動力，認為人際行為可分成親和性（affiliation）與互依性（interdependence）等兩種人際行為向度。「親和性」包括愛與恨兩種相對立的行為表現，強調個體在人際行為動力中維持接近性（proximity）的需求；「互依性」包括操控與自主性兩種相對立的行為表現，強調個體渴望獲得自主性（autonomy）與自我價值的需求。這兩種需求會促使個體在人際互動歷程中，對重要他人是否提供「愛」、「自主性」等正向人際行為的訊息有所關注，以藉此維持接近性的情感連結、以及獲得自主性與自我肯定的需求；也會促使個體盡量對重要他人是否發生「恨」、「操控」等具威脅性的負向人際行為有所警覺，以避免失去接近性與自我價值。人際行為動力 SASB 並依據這兩種行為向度組成二維空間的環複模式，進而描繪出八種人際行為的內涵，包括：自由放任、肯定、主動關愛、保護、操縱控制、責備、攻擊、忽視等。SASB 模式中所描繪的人際行為，能多元且全面性的界定了人際行為的內涵，且該模式所描述的人際行為，也源自於童年親子依附關係中所形成的之自我系統（Florsheim & Benjamin, 2001; Florsheim et al., 1996），與 CMPB 的理論基礎相同，適合用以瞭解愛情完美主義傾向對知覺伴侶人際行為的影響。

國內孫頌賢（2015）依據 SASB 模式，重新編製愛情關係中「自陳式伴侶間人際行為量表」，該量表同樣依據環複模式，將八種人際行為簡化成關愛呵護、攻擊漠視、自主肯定、干涉控制等四種人際行為，並且將伴侶間人際行為的測量，分成「知覺自己人際行為」與「知覺伴侶人際行為」兩個層面。其中「自主肯定」、「干涉控制」兩種人際行為的目的在於滿足「權力」需求，這兩者在原 SASB 中被稱為「自由放任」與「操縱控制」，經改編後的「自主肯定」多了「肯定」的意涵，而「干涉控制」多了試圖「保護」對方的意涵。而「關懷呵護」、「攻擊漠視」的目的在滿足「愛」需求，這兩者在原 SASB 中被稱為「主動關愛」、「攻擊」；「攻擊漠視」多了「漠視」的隱性攻擊意涵。而關懷呵護與自主肯定偏屬較正向的人際行為類型，代表個體在關係中對於尋求連結的需求；而干涉控制與攻擊漠視則偏屬較負向的人際行為，可能代表個體為了避免失去接近性與自主性，

而會關注此類可能遭受威脅的人際行為訊息。本研究採取該人際行為測量方式，欲瞭解愛情完美主義與哪類「知覺伴侶人際行為」有關，進而可預測關係滿意度，這也是目前研究較缺乏的探討方向。

方法

本研究以 Survey Cake 網路問卷方式進行施測，並透過網路社群（Dcard、PTT、Facebook 等）公告研究訊息，以招募研究對象。在本研究中，採取統計軟體 SPSS 20 進行所有的統計分析。

（一）研究對象

本研究以正處於愛情關係中（即正在交往，且交往超過 3 個月以上）的異性戀、18 歲以上大專院校在學學生為研究對象。排除非處於正在交往，以及排除該交往關係也非異性戀性傾向者，正式樣本共計 450 份，刪除 10 份亂答和明顯反應心向之問卷後（例如，全都回答 1，或是回答 1234、4321 之類的明顯規律答案者），獲得 440 份有效問卷，廣泛分佈在全臺北、中、南、東各地 98 所不同大專院校。其中，男性 62 人（14.1%）；女性 378 人（85.9%）。平均年齡為 22.51 歲，標準差為 2.35 歲，全距為 15 歲，其中 22 歲以下共 271 人（61.6%），23 至 25 歲共 126 人（28.6%），26 歲以上共 43 人（9.8%）。年級分佈上，大學生 332 人（75.5%），碩士生 103 人（23.4%），博士生共 5 人（1.1%）。平均交往 22.8 個月，標準差為 19.9 個月，全距為 150 個月，其中以交往 1 年至 2 年的人最多，共 122 人（27.8%），其次為已交往 3 至 6 個月者，共 86 人（19.5%）。依據以上描述，說明本研究樣本以正處於愛情關係的大專院校在學學生為主，顯示本研究樣本符合原先的期待。

（二）研究工具

網路施測之問卷內容，共包括：背景變項調查、愛情完美主義量表、知覺伴侶人際行為量表、關係滿意度量表等，以下分別說明之。

1. 背景變項調查

以大專院校在學學生為研究對象，背景變項調查包括：就讀學校與學制、年級、生理性別（男／女）、出生年、與伴侶目前關係狀態（現為男女朋友／已經分手，仍是朋友會聯絡／已經分手，完全不聯絡／已經結婚／其他）、該段戀情交往時間、在這段戀情中的性傾向（異性戀、同性戀、雙性戀、其他）等，並依據此調查，確認填答者是否符合本研究對象之條件。若填答「非」處於正在交往的愛情關係，以及非異性戀之性傾向，則不納入樣本分析中。

2. 中文版愛情完美主義量表

該工具乃翻譯與修訂 Matte 與 Lafontaine（2012）所編製的「愛情完美主義量表（Romantic Relationship Perfectionism Scale, RRPS）」。本研究先邀請英語翻譯專業人員進行翻譯，然後經作者群進行討論而修訂出「中文版愛情完美主義量表」。該量表設定於愛情關係情境中進行作答，分量表包括「要求自我愛情完美主義」和「要求伴侶愛情完美主義」等，各 7 題（共 14 題），其中 4 題為反向題，填答情境皆以目前的約會伴侶為主。「要求自我愛情完美主義」指在愛情關係中對自我抱持僵化、極端或過高的期待和標準，包括在意行為表現與在意犯錯等兩種內涵，題目舉例：在跟他說話時，能把每句話都說對，對我而言很重要；在跟他說話時，我害怕自己會犯錯。「要求伴侶愛情完美主義」指在愛情關係中對伴侶抱持僵化、極端或過高的期待和標準，包括對伴侶表現失望與對伴侶期待等兩種內涵，題目舉例：他會做一些讓我失望的事；他應該要達到我的期待，才值得我的愛。原量表採 Likert 七點量尺，為避免趨中傾向的偏差，以及考量整份問卷量尺的一致性，本研究改採 Likert 六點量尺，量尺 1 為「非常不符合」，6 為「非常符合」。得分越高，代表該愛情完美主義的傾向越高。

本研究先針對該量表進行預試研究，共收集 155 份有效樣本，並依據因素分析之因素負荷量、平均數、標準差、刪除後 Cronbach's α 進行試題分析。因素分析採主軸法 Equamax 轉軸進行之，並將 14 題共同納入分析並設定為二因素。預試研究的因素分析結果 $KMO = .72$ ($p < .01$)，在二因素結構下，因素總解釋變異量為 32.16%，顯示該量表具有可接受的效度表現。經刪題後，「要求自我愛情完美主義」分量表共保存 4 題 (Cronbach's $\alpha = .80$)，「要求伴侶愛情完美主義」分量表共保存 6 題 (Cronbach's $\alpha = .74$)，全量表共計 10 題做為正式研究之用。

在有效樣本 440 人的正式研究之信度分析中，「要求自我」與「要求伴侶」愛情完美主義分量表，各自 Cronbach's α 表現為 .79、.77，顯示愛情完美主義量表具有可接受的信度表現。

3. 知覺伴侶人際行為量表

本研究採孫頌賢 (2015) 所編製的「自陳式伴侶間人際行為量表」中的「知覺伴侶人際行為量表」進行施測，共計 47 題，以目前的約會伴侶為填答情境，主要詢問個體對伴侶表現出的人際行為之知覺。該量表共有四個因素，包括：「知覺伴侶關懷呵護」是指在該段約會關係中，個體知覺到伴侶表現出主動關心包容、喜歡與自己相處、留意自己的需求、呵護照顧自己，共有 9 題。「知覺伴侶攻擊漠視」是指個體知覺到伴侶表現出攻擊責備自己，甚至是破壞性的人際行為，例如批評、動手攻擊、指責、表達不滿、刻意忽略或冷漠對待、拒絕等，共有 15 題。「知覺伴侶自主肯定」是指個體知覺到伴侶給予自己自主自由、能尊重自己的決定、能肯定與欣賞自己等行為，共有 13 題；「知覺伴侶干涉控制」是指個體知覺到伴侶試圖影響或主導自己的決定與想法、會苛責或擔心自己吃虧而有干涉自己的行為，共有 10 題。該量表採 Likert 六點量尺，量尺 1 為「非常不符合」，6 為「非常符合」，得分越高代表表現該人際行為傾向越高。

在孫頌賢 (2015) 採因素分析獲得良好效度表現 (四因素總解釋量是 46.79%)，以及採取多元量尺檢證該量表具有二維環複空間之效度 ($S\text{-Stress} = .03$ ，解釋量 = .99)。在信度方面，孫頌賢 (2015) 檢證該量表的關愛呵護、攻擊漠視、自主肯定、干涉控制等四因素，Cronbach's α 值依序為 .90、.91、.93、.82；在本研究有效樣本 440 人的正式研究中，四個因素的 Cronbach's α 值依序為 .91、.92、.93、.81，顯示該量表在本研究具有良好的信度表現。

4. 關係滿意度量表

本研究採張好珩與陸洛 (2007) 所修訂的「關係滿意度量表」，該量表乃翻譯自 Hendrick (1988) 所編製之「關係評估量表 (Relationship Assessment Scale, RAS)」，全量表共有 7 題，其中兩題為反向題，目的在測量個體對該段愛情關係主觀上的滿意程度。該量表同樣採 Likert 六點量尺，量尺 1 為「非常不符合」，6 為「非常符合」，得分越高代表關係滿意度越高。

在效度方面，Hendrick (1988) 以因素分析萃取出 RAS 單一因素結構，因素解釋變異量為 57%，顯示該量表具良好之構念效度；該研究亦採追蹤研究，顯示 RAS 可正確預測仍在一起及分手的伴侶之機率分別為 91% 和 86%，表示 RAS 具良好的預測效度。在本研究 440 人的正式研究中，亦分析其信度 Chronbach's α 值為 .91，顯示該量表具有良好的信度表現。

結果

本研究研究欲探討愛情關係中，愛情完美主義、知覺伴侶人際行為與關係滿意度之關連，並檢證愛情完美主義對關係滿意度的預測中，知覺伴侶人際行為是否具有中介預測效果。故在研究結果部分，以正式研究中的 440 有效樣本為分析對象，分別呈現相關分析、愛情完美主義對關係滿意度的迴歸預測分析、以及知覺伴侶人際行為的中介迴歸預測效果等研究結果。另外，本研究以正處於愛情關係交往狀態的個體為研究對象，但所收集兩性人數有所差異，且年齡、交往時間的變異較大，故在進行迴歸分析時，將考量性別、年齡、交往時間為控制變項，以排除這些變項的干擾。而依據之前的文獻探討，考量愛情完美主義中，要求自我完美主義與要求伴侶完美主義具有不同的心理特徵與意義，故在進行迴歸分析時，將把這兩種愛情完美主義傾向，分開進行分析。

(一) 相關分析

本研究進行各變項之間的 Pearson 相關分析，並同時呈現平均數與標準差，結果如表 1 所示。從研究結果可知，關係滿意度與性別、年齡、交往時間，皆無相關，顯示該研究結果可能較不受到這三類控制變項的影響。

從表 1 可知，要求自我與要求伴侶完美主義傾向之間具有低度的顯著相關，顯示兩個分量表應屬於同一個構念。然原先 Matte 與 Lafontaine (2012) 所建構 RRPS 中，要求伴侶與要求自我完美主義之間偏屬中度相關 ($r = .42^{**}$)，與本研究結果有所不同，這可能反映出要求伴侶與要求自我完美主義所代表的心理意涵仍有所差異。本研究對象正處於大學在學階段的約會伴侶，依據胡芳綺 (2012) 的研究，此階段個體正在學習如何調適理想伴侶意象與現實伴侶知覺之間的差異，在親密關係中學習調適的歷程，影響理想伴侶意象形成的相關因子，包括：家庭經驗、自我意象、過去感情經驗，以及社會網絡與社會文化。故可能本研究所測量到的「要求伴侶」完美主義之內涵，可能與個體面臨理想與現實伴侶之間的意象落差有關，可能受到過去經驗與該段愛情關係特性的影響，致使「要求伴侶」的內涵異於「要求自己」的內涵。而本研究採「特定範疇」來進行愛情完美主義之測量，其中「要求自己」可能更傾向於展現出個體原先的性格特質，而「要求伴侶」則可能受到該段愛情關係特性的影響，而仍有異於「要求自己」之內涵。

在愛情完美主義與關係滿意度的關連上，要求自我與要求伴侶完美主義皆與關係滿意度有顯著相關 ($r = -.155^{**}$ 、 $-.558^{**}$)，顯示在愛情關係中，個體的愛情完美主義傾向越高，對關係滿意度越低。

在知覺伴侶人際行為與關係滿意度的關連上，自主肯定、關愛呵護、攻擊漠視皆與關係滿意度有顯著相關 ($r = .574^{**}$ 、 $.710^{**}$ 、 $-.550^{**}$)，而干涉控制則與關係滿意度無相關。顯示在愛情關係中，個體越多主觀知覺到伴侶表現的自主肯定與關愛呵護、越少主觀知覺到伴侶的攻擊漠視時，對關係滿意度越高。

在愛情完美主義與知覺伴侶人際行為的關連上，要求自我完美主義與自主肯定、干涉控制、關愛呵護、攻擊漠視皆達顯著相關 ($r = -.164^{**}$ 、 $.195^{**}$ 、 $-.150^{**}$ 、 $.236^{**}$)，要求伴侶完美主義與自主肯定、干涉控制、關愛呵護、攻擊漠視也皆達顯著相關 ($r = -.330^{**}$ 、 $.125^{**}$ 、 $-.382^{**}$ 、 $.410^{**}$)。顯示愛情完美主義與知覺伴侶人際行為之間具有關連，且要求自我或要求伴侶完美主義傾向越高，個體越少主觀知覺到伴侶表現的自主肯定與關愛呵護，個體越多主觀知覺到伴侶表現的干涉控制與攻擊漠視。

表 1
愛情完美主義、伴侶間人際行為知覺與關係滿意度之平均數、標準差及相關係數 ($N = 440$)

變項	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
控制變項												
1. 性別	1.86	0.35	-									
2. 年齡	22.51	2.35	-.034	-								
3. 交往時間	22.82	19.95	-.037	.380**								
獨變項												
愛情完美主義												
4. 要求自己愛情完美	3.22	1.08	-.104*	-.133**	-.112*	-						
5. 要求伴侶愛情完美	3.38	0.84	.187**	-.031	.04	.233**						
中介變項												
伴侶間人際行為知覺												
6. 知覺伴侶自主肯定	4.91	0.76	.106*	-.095*	-.098*	-.164**	-.330**	-				

(續下頁)

表 1

愛情完美主義、伴侶間人際行為知覺與關係滿意度之平均數、標準差及相關係數 ($N = 440$) (續)

變項	<i>M</i>	<i>SD</i>	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
7. 知覺伴侶干涉控制	3.62	0.80	-.058	.008	.027	.195**	.125**	-.321**	-			
8. 知覺伴侶關懷呵護	5.00	0.85	.023	-.014	.047	-.150**	-.382**	.565**	.077	-		
9. 知覺伴侶攻擊漠視	2.34	0.93	-.226**	.041	.136**	.236**	.410**	-.642**	.466**	-.510**	-	
結果變項												
10. 關係滿意度	4.90	0.91	.005	-.042	-.023	-.155**	-.558**	.574**	-.086	.710**	-.550**	-

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

(二) 愛情完美主義對關係滿意度的預測

依據前述文獻探討，愛情完美主義中的要求自我與要求伴侶完美主義，應具有不同的心理意義與特徵，故在探討愛情完美主義對關係滿意度的預測時，將把要求自我與要求伴侶完美主義分開分析，投入的變項皆為各量表或分量表的平均數，並將性別（虛擬變項，0 為女性，1 為男性）、年齡、交往時間做為控制變項，採階層迴歸分析，本研究亦採取拔靴法（bootstrapping）（設定 $N = 5000$ ）進行分析，結果如表 2 所示。

表 2

愛情完美主義對關係滿意度之階層迴歸分析 ($N = 440$)

	關係滿意度	關係滿意度
控制變項		
性別	.00	.00
年齡	-.74	-.04
交往時間	-.16	-.01
(ΔR^2)	(.00)	(.00)
要求自我愛情完美主義	-.17**	
(ΔR^2)	(.03)**	
要求伴侶愛情完美主義		-.58***
(ΔR^2)		(.33)***
合計 R^2	.03	.33
調整後 R^2	.02	.33
自由度	4,435	4,435
<i>F</i> 值	3.18*	53.06***

註：無括弧之數值為標準化迴歸係數。

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

從分析結果可知，要求自我完美主義與要求伴侶完美主義皆可預測關係滿意度，當個體在愛情關係中，「要求自我」或「要求伴侶」完美主義傾向越高，關係滿意度越低（標準化迴歸係數分別為 -.17**、-.58***，解釋量 ΔR^2 分別為 .03**、.33**），研究假設 1-1 與 1-2 皆獲得驗證，且顯示要求伴侶完美主義對關係滿意度預測解釋量較高。

在要求伴侶完美主義的分析結果中，與過去研究結果相符，都支持「要求伴侶完美主義」對關

係滿意度具有負向預測力（石瀝新，2018；臧芷纖，2018；劉盈伶，2015；Lopez et al., 2006; Matte & Lafontaine, 2012; Shea et al., 2006; Stoeber, 2012; Trub et al., 2018）。在愛情關係中，完美主義特質讓個體對伴侶有較嚴格的期待與要求時，容易預測其有較低的關係滿意度。而在要求自我完美主義對關係滿意度的分析結果中，過去研究有相當多不一致的地方，有些研究顯示要求自我完美主義與關係滿意度具有負相關（Dimitrovsky et al., 2002; Hewitt & Flett, 1991b; Hewitt et al., 2006; Matte & Lafontaine, 2012; Stoeber & Otto, 2006），部分非以愛情情境進行完美主義測量的研究，卻顯示「要求自我完美主義」與親密關係滿意度之間無顯著相關，甚至會呈現正相關（Flett et al., 2001; Habke et al., 1999; Haring et al., 2003; Hewitt et al., 1995; Kim et al., 2011; Trub et al., 2018）。這顯示，當本研究將要求自我完美主義的測量情境設定在愛情關係中，仍可看到要求自我完美主義傾向越高，可預測較低的關係滿意度；但相較於要求伴侶完美主義，顯示「要求伴侶完美主義」對關係滿意度的影響，可能是更為重要的預測因素。

（三）知覺伴侶人際行為的中介預測效果

此部分分析，愛情完美主義對關係滿意度的預測中，知覺伴侶人際行為是否具有中介預測效果，同樣採取階層迴歸分析方式，以及採取拔靴法（bootstrapping）（設定 $N = 5000$ ）進行分析，並將要求自我與要求伴侶完美主義分開分析，投入的變項皆為各量表或分量表的平均數，並結合前面表 1 與表 2 的分析結果進行間接效果的解讀，分析結果如表 3、表 4 所示。

從分析結果可知，在要求伴侶完美主義對關係滿意度的預測中，知覺伴侶自主肯定、知覺伴侶關愛呵護、知覺伴侶攻擊漠視等人際行為，具有顯著的中介預測效果，效果值分別為 $-.156$ 、 $-.240$ 、 $-.432$ 。參考前述表 1 的相關分析與表 2 的迴歸分析，顯示在愛情關係中，個體的要求伴侶完美主義傾向越高，越不容易知覺到伴侶表現的「自主肯定」與「關愛呵護」之人際行為，也更容易知覺到伴侶表現的「攻擊漠視」之人際行為，進而可預測其有較低的關係滿意度。有趣的是，「知覺伴侶干涉控制」尚未在要求伴侶完美主義傾向對關係滿意度的預測中，看到中介預測效果。

在要求自己完美主義對關係滿意度的預測中，亦有相同的分析結果，知覺伴侶自主肯定與知覺伴侶關愛呵護等人際行為，具有顯著的中介預測效果，效果值分別為 $-.078$ 、 $-.089$ 。顯示在愛情關係中，個體的要求自我完美主義傾向越高，越不容易知覺到伴侶表現的「自主肯定」與「關愛呵護」之人際行為，進而可預測其有較低的關係滿意度。然而，「知覺伴侶干涉控制」與「知覺伴侶攻擊漠視」尚未在要求自己完美主義傾向對關係滿意度的預測中，看到中介預測效果。

表 3
知覺伴侶人際行為在要求伴侶與關係滿意度間的中介預測效果（ $N = 440$ ）

	中介變項	效果值	標準誤	95% CI
間接效果	知覺伴侶自主肯定	$-.156$	0.027	$[-0.210, -0.105]^*$
	知覺伴侶干涉控制	$-.002$	0.007	$[-0.017, 0.010]$
	知覺伴侶關懷呵護	$-.240$	0.034	$[-0.310, -0.175]^*$
	知覺伴侶攻擊漠視	$-.432$	0.043	$[-0.516, -0.349]^*$

註：* 表示 95% 信賴區間皆未包括 0（間接效果達顯著）。「效果值」數值為 axb 、 $aixbi$ 的非標準化迴歸係數。

表 4
知覺伴侶人際行為在要求自我與關係滿意度間的中介預測效果（ $N = 440$ ）

	中介變項	效果值	標準誤	95% CI
間接效果	知覺伴侶自主肯定	$-.078$	0.024	$[-0.126, -0.030]^*$
	知覺伴侶干涉控制	$-.010$	0.010	$[0.031, 0.008]$
	知覺伴侶關懷呵護	$-.089$	0.031	$[-0.151, -0.0292]^*$
	知覺伴侶攻擊漠視	$-.108$	0.023	$[-0.153, -0.064]$

註：* 表示 95% 信賴區間皆未包括 0（間接效果達顯著）。「效果值」數值為 axb 、 $aixbi$ 的非標準化迴歸係數。

此結果亦顯示研究假設 2 獲得支持，不管是要求伴侶或自己完美主義傾向對關係滿意度的預測中，共同可發現正向的「自主肯定」與「關愛呵護」之人際行為知覺，具有中介預測效果。CMPB 模式認為（Hewitt & Flett, 1990, 1991a, 1991b），從過去親子依附關係經驗中，內化而來的獨特完美主義認知歷程與內在運作模式，可能會影響個體對伴侶人際行為的「知覺」方式，進而影響對關係品質的看法，評價出較低的關係滿意度（Hewitt et al., 2017; Sherry et al., 2018; Young, 1994），再搭配前述的相關與迴歸分析，更可看到愛情完美主義傾向（包括要求伴侶與要求自己），可能讓個體更容易降低對伴侶表現正向人際行為的知覺，包括自主肯定與關愛呵護，進而預測較低的關係滿意度，展現出完美主義傾向可能會讓個體產生獨特性的內在運作模式之特性。

此研究結果似乎也補充了 CMPB 對愛情完美主義的看法，從親子依附理論的觀點，嚴苛或不當的親子依附關係，可能讓個體更難從親子依附中，發生對「正向」人際行為知覺的敏感度。依據前述 Sullivan（1953）人際行為動力觀點，這些正向人際行為都與自我系統具有尋求接近性或渴望獲得自主性有關。這似乎突顯出，愛情完美主義傾向在愛情關係中具有特殊的心理功能，可能讓個體發生類似「正向人際行為的知覺缺乏」現象，讓個體較不容易看到對方的「好」，或是較少知覺到對方提供關愛呵護與自主肯定等人際行為訊息，該特質也讓個體在愛情中「苦」了自己。

然而，要求伴侶完美主義與要求自己完美主義傾向的內在心理歷程與心理功能可能是不同的：要求伴侶完美主義傾向對愛情關係滿意度的預測中，從表 3 的分析結果，可看見「攻擊漠視」也同時具有中介預測效果，但要求自己完美主義的預測中卻尚未發現此現象。要求伴侶完美主義的內在心理歷程，似乎傾向將自身對愛情完美的期待，投射到伴侶身上（Hewitt & Flett, 1990; Hill et al., 2004），可能促使個體對於「攻擊漠視」的人際行為知覺較為敏感。而要求自己完美主義的內在心理歷程，可能促使個體採取較為嚴苛或負向批評的角度來對待自己（Winter, 2005），總覺得自己做的不好，無法獲得到伴侶的肯定與關注（Baucom et al., 1989; Stoeber & Otto, 2006），也促使個體較不容易知覺到伴侶的關愛呵護與自主肯定等人際行為。

依據前述 Sullivan（1953）的人際行為動力觀點，認為個體的自我系統天生具有尋求接近性與自主性的需求，而關注「正向」或「負向」的人際行為訊息，各自具有不同的功能。如同本研究發現，要求自己完美主義傾向可能會促使個體以關注伴侶是否提供關愛呵護與自主肯定等正向的人際行為為焦點。而要求伴侶完美主義傾向的功能就可能有所不同，要求伴侶為完美主義的心理功能，除了也具有關注關係是否提供維持接近性與尋求自我價值的功能，還多了要關注是否遭受攻擊漠視的負向人際行為之心理功能，以避免遭受威脅或受傷害。這似乎在說，在愛情關係中，要求自己完美主義的功能，會讓個體在意自己是否「被愛」，而要求伴侶完美主義的功能，卻同時會讓個體忙碌於在意自己是否「被愛」與「受傷害」。

此研究結果對伴侶諮商實務具有意義性，尤其，Johnson（2004, 2007）所發展的情緒取向伴侶諮商（emotionally focused couple therapy, EFT）認為，在協助伴侶理解關係中發生的負向互動循環時，能協助伴侶擴大與修正對彼此人際行為的知覺，是相當重要的介入歷程，也是降低負向互動循環的重要關鍵。本研究結果呼應了該觀點，若能在伴侶諮商中，偵測與評估到伴侶的愛情完美主義傾向，如何影響其對伴侶人際行為的知覺，並能改善彼此對對方人際行為知覺的內涵，可能是改善伴侶關係的方式之一。且本研究更顯示，在伴侶諮商中，尤其是針對伴侶間正向人際行為知覺，若能增加或擴大對彼此自主肯定與關愛呵護等人際行為知覺的敏感度與解讀方式，可能也是改善伴侶關係的重要任務之一。而若個體在愛情關係中，傾向於較高的要求伴侶完美主義傾向，則可加評估其對攻擊漠視人際行為的知覺，以瞭解是否有過度解讀或過度警覺的現象。

討論與建議

本研究可獲得以下研究結果，包括：第一，愛情完美主義傾向（包括要求伴侶與要求自己）與關係滿意度之間具負相關；第二，愛情完美主義與知覺伴侶人際行為具有相關，其中，愛情完美主義（包括要求伴侶與要求自己）與知覺伴侶自主肯定、知覺伴侶關愛呵護之間具有負相關；愛情完美主義（包括要求伴侶與要求自己）與知覺伴侶干涉控制、知覺伴侶攻擊漠視之間具有正相關。第三，知覺伴侶人際行為與關係滿意度之間具有關連，其中，知覺伴侶自主肯定、關愛呵護與關係滿

意度之間具有正相關，知覺伴侶攻擊漠視與關係滿意度之間具有負相關。第四，在愛情完美主義傾向（包括要求伴侶與要求自我）對關係滿意度的預測中，知覺伴侶自主肯定與關愛呵護等人際行為，具有中介預測效果。綜合以上研究結果與討論，進行以下研究結論的論述。

（一）在愛情完美主義對愛情關係的影響中，知覺伴侶人際行為具中介預測效果

從前述研究結果可知，知覺伴侶自主肯定與關愛呵護，具有中介預測效果，也顯示個體在愛情關係中，要求伴侶完美主義與要求自我完美主義傾向，可能促使個體更不容易知覺到伴侶表現的自主肯定與關愛呵護等人際行為，進而給予該段關係滿意度較低的評價。呼應 CMPB 模式的觀點（Hewitt & Flett, 1990, 1991a, 1991b），認為愛情完美主義所建構出獨特的內在運作模式，包括獨特的人際行為知覺方式，會影響其對關係滿意度的評價。此研究結果也彰顯出愛情完美主義在影響關係滿意度時的內隱心理歷程，知覺伴侶間人際行為應具有重要的中介預測效果。尤其，本研究更發現，不管要求伴侶或要求自我愛情完美主義傾向，共通性是可能促使個體更不容易解讀到伴侶表現出較具「正向」的人際行為，在愛情關係中對於是否被愛、對方是否提供情感連結與自主性等人際行為訊息較為在意。而這些研究結果，也補足了過去較少探討愛情完美主義對關係產生影響時的心理歷程之內涵，也為本研究重要貢獻之一。

（二）在愛情關係中，研究人際行為知覺具重要性

而過去關於愛情關係的研究中，也較少研究探討人際行為知覺的影響或意義，孫頌賢（2015）依據 SASB 模式編製了伴侶間人際行為量表，開啟了相關研究，而本研究更凸顯出知覺伴侶行為對愛情關係的可能影響與重要性。如同前述 EFT 對伴侶諮商實務的建議，認為擴展伴侶間對彼此人際行為的知覺與解讀方式，是促進改善關係品質與降低負向互動循環的重要方式（Johnson, 2004, 2007）。EFT 主張，在伴侶諮商歷程中，伴侶治療師將伴侶雙方在關係中原先具破壞性的人際行為，以同理反映技巧，重新指出這些人際行為背後的心理需求與正向意義時，可促使伴侶間產生較為善意的人際行為知覺解讀方式，進而改善關係品質。從本研究結果也可知，愛情完美主義傾向可能讓個體發生「正向人際行為的知覺缺乏」現象（包括自主肯定與關愛呵護），要求伴侶完美傾向更可能讓個體發生較高的攻擊漠視之人際行為知覺，是故，在進行伴侶諮商實務時，評估伴侶間如何知覺對方的人際行為，可能是相當重要實務工作。然而過去卻鮮少研究探究伴侶間人際行為知覺的影響，而本研究也展現出該因素的重要性。

（三）要求伴侶與要求自我愛情完美主義傾向可能具有不同的人際行為知覺

Hewitt 與其同儕所提出的 CMPB 模式，主要依據社會認知理論與親子依附理論而建構，認為愛情完美主義傾向是從童年親子依附關係中內化而來的內在運作模式（Hewitt & Flett, 1990, 1991a, 1991b）。雖然 Hewitt 與其同儕進行一系列的研究，檢證 CMPB 模式的存在，但卻缺乏研究證實愛情完美主義擁有獨特的內在運作模式之觀點。而本研究結果顯示不管是要求伴侶或要求自我完美主義傾向，可能讓個體在愛情關係中擁有獨特的人際行為知覺，像是不容易知覺伴侶表現的自主肯定與關愛呵護，進而預測較低的關係滿意度。

要求伴侶愛情完美主義傾向可能與要求自我的心理功能有所差異，本研究顯示，要求伴侶愛情完美主義傾向，更可能讓個體對於攻擊漠視的人際行為知覺有所警覺，進而預測其有較低的關係滿意度。這似乎顯示，在愛情關係中，要求自我愛情完美主義傾向的心理功能，會促使個體在意是否「被愛」，而要求伴侶愛情完美主義傾向的心理功能，除了促使個體在意是否被愛，也在意是否「受傷害」。

（四）要求伴侶完美主義傾向對愛情關係的影響可能更具重要性

過去研究愛情完美主義時，大部分的研究都支持要求伴侶完美主義傾向與關係滿意度／關係品

質之間具有負相關，此結果與過去研究結果相呼應。而本研究也發現，要求自我完美主義傾向與關係滿意度之間具有低度的負相關，並顯示在迴歸預測的解釋量上，要求伴侶完美主義可能比要求自我完美主義更為重要，這可能跟完美主義傾向的測量方式有關。

而本研究依據前述「特定範疇完美主義」的界定方式（Matte & Lafontaine, 2012; Shea et al., 2006; Stoeber, 2012; Stoeber et al., 2013），測量愛情關係中的完美主義傾向，研究結果也顯示要求伴侶愛情完美主義傾向對關係滿意度的預測，可能更勝於要求自我愛情完美主義的預測力。如同前述表 1 的相關分析結果中，要求伴侶與要求自我完美主義之間具有顯著的低度相關，並顯示出要求伴侶完美主義更可能反映出個體知覺到的該段愛情關係特性，是故，要求伴侶完美主義也因此更能預測關係滿意度。

而在過去要求自我完美主義對愛情關係的影響之相關研究中，常發生研究結果不一致的現象。有些研究顯示，要求自我完美主義與關係品質或關係滿意度之間具有負相關（Dimitrovsky et al., 2002; Hewitt & Flett, 1991b; Hewitt et al., 2006; Matte & Lafontaine, 2012; Stoeber & Otto, 2006），有些研究則顯示，要求自我完美主義與關係品質或滿意度之間無顯著相關，甚至有正相關的現象（Flett et al., 2001; Habke et al., 1999; Haring et al., 2003; Hewitt et al., 1995; Kim et al., 2011; Trub et al., 2018）。最可能原因，即在於過去研究未採取特定範疇完美主義的界定方式，大多沒有以愛情關係為測量情境，以及未能採取特定範疇完美主義的觀點來探討要求自我完美主義對關係滿意度的預測。本研究顯示，以關係特定範疇來測量「要求自我」完美主義時，其對關係滿意度的影響力，可能不及「要求伴侶」完美主義的心理功能，也顯示出「要求伴侶」完美可能對關係的影響更具有重要性。

此研究結果對伴侶諮商或情感教育實務上，可能具有意義，在檢視與評估伴侶間愛情完美主義傾向對關係的影響時，檢視或調整個體對伴侶可能表現出過度嚴苛的完美主義要求或期待，可能更有機會協助伴侶發展出更好的親密關係互動方式。

而本研究也具有些許研究限制，依據這些限制，提出對未來研究的建議。第一，本研究採橫斷式相關研究，僅依據前述完美主義的相關理論與研究，推論與假設愛情完美主義、知覺伴侶人際行為、關係滿意度之間的預測方向，但在因果關係的方向性推論上，仍嫌薄弱。愛情完美主義雖屬於「特定範疇完美主義」，是一種在愛情關係情境中展現的個人特質傾向，但可能在愛情關係中，需要一段時間的觀察，才更能看到其個人特質傾向對關係的影響，故可能更適合採用追蹤與縱貫研究的方式，更可窺探愛情完美主義對愛情關係的影響歷程，例如 Mackinnon 等人（2012）與 Sherry 等人（2014）研究完美主義對親密關係的影響時，即採取間隔一個月或進行 14 天的每日追蹤研究，更能看到愛情完美主義對關係影響的方向性，進而強化該因果關係的論證，建議未來研究可採用之。

第二，本研究採取網路問卷施測，並以正在約會關係中的受試者為研究對象，雖然有效樣本可收集到 440 人，但在性別的分配比例上，仍顯示出女多男少的樣本結構，交往時間長短、年齡等變項亦呈現變異性較大的情況。雖然本研究在迴歸分析時，將性別、年齡、交往時間設定為控制變項，以排除其影響，但未來研究可在針對樣本結構進行設計，甚至可以比較兩性或是不同交往時間長短在愛情完美主義影響上的差異，更能獲得更豐富的研究結果。

第三，本研究使用的愛情完美主義量表，雖然獲得可接受的信效度表現，但在信度上仍屬偏低，主因可能是原先 RRPS 量表題數就偏少（原先的要求伴侶、要求自我分量表題目，各自為 7 題），而經過翻譯與修訂後的中文版愛情完美主義量表，刪題後僅剩 10 題（要求伴侶 6 題，要求自我 4 題），可能影響了該量表的信度表現。且該量表乃直接翻譯國外 RRPS 之內容，是否符合華人文化下愛情完美主義的內涵，則有待商議。建議未來研究，可針對華人文化下愛情關係中的完美主義特質，進行更具本土化的研究（例如以質性研究重新探討愛情完美主義的內涵），進而編製更適切的愛情完美主義測量工具。

本研究發現了知覺伴侶人際行為在愛情關係中的重要性，且看到了愛情完美主義的內在運作模式的特性，彰顯出愛情完美主義傾向可能影響了個體如何看待伴侶人際行為的「知覺」，個體過度的期待與要求，可能促使個體看不到對方的正向人際行為，個體看待關係的基礎，可能限制了對對方行為的解讀，進而在愛情中苦了自己。期望未來可以有更多研究，探究愛情完美主義與知覺伴侶人際行為對愛情關係影響。

參考文獻

- 方紫薇（2011）：〈雙向度完美主義與正負向情感、學習困擾關係之研究：以反芻及因應策略為中介〉。《中華輔導與諮商學報》，31，33–60。[Fang, T.-W. (2011). The effect of bi-dimensional perfectionism on positive emotion, negative emotion and learning difficulties: Examination of rumination and coping strategies as mediators. *Chinese Journal of Guidance and Counseling*, 31, 33–60.] <https://doi.org/10.7082/CJGC.201112.0034>
- 方紫薇（2012）：〈完美主義與學習困擾、正負向情感之關係：反芻思考之中介效果〉。《教育心理學報》，43，735–762。[Fang, T.-W. (2012). The relations among perfectionism, learning problem, and positive and negative affect: The mediating effect of rumination. *Bulletin of Educational Psychology*, 43, 735–762.] <https://doi.org/10.6251/BEP.20110302>
- 石瀝新（2018）：《大學生伴侶關係間的依附特質、伴侶完美主義與愛情關係適應之相關研究》（未出版碩士論文），國立臺灣師範大學。[Shih, L.-H. (2018). *The association among romantic attachment, dyadic perfectionism, and relationship adjustment of college couples* (Unpublished master's thesis). National Taiwan Normal University.]
- 杜琪峯、韋家輝（2003）：《百年好合》〔DVD〕。中國星集團。[Johnnie To, K.-F., & Wai, K.-F. (2003). *Love for all seasons* [DVD]. China Star Entertainment Limited.]
- 胡芳綺（2012）：《理想伴侶意象與現實伴侶知覺差異之親密關係調適歷程研究》（未出版碩士論文），國立臺灣師範大學。[Hu, F.-C. (2012). *A study on the adjustment process of intimate relationship of individuals being aware of the discrepancy between the image of an ideal partner and the perception of the real partner* (Unpublished master's thesis). National Taiwan Normal University master's thesis.]
- 孫頌賢（2015）：〈建立愛情關係中伴侶間人際行為測量工具之研究〉。《教育與心理研究》，38（1），93–124。[Sun, S.-H. (2015). To develop the measurement of couples' interpersonal behaviors in romantic relationships. *Research Educational and Psychology*, 38(1), 93–124.] <https://doi.org/10.3966/102498852015033801004>
- 秦穗玟、黃馨慧（2011）：〈青少年愛情關係滿意度之研究：以台北縣市高中職學生為例〉。《應用心理研究》，49，219–251。[Chin, S.-W., & Huang, S.-H. (2011). Romantic relationship satisfaction in adolescence: A study of senior high and vocational students in Taipei, Taiwan. *Research in Applied psychology*, 49, 219–251.]
- 陳正嘉、柯慧貞、林旻沛、周鈺翔、陳廣圻（2011）：〈中文版多向度完美主義量表之心理計量分析〉。《中華心理衛生學刊》，24，61–96。[Chen, C.-C., Ko, H.-C., Lin, M.-P., Chou, C.-H., & Chen, K.-C. (2011). Psychometric analyses of the Chinese version of the multidimensional perfectionism scale (CMPS): Reliability and validity. *Formosa Journal of Mental Health*, 24, 61–96.] [https://doi.org/10.30074/FJMH.201103_24\(1\).0003](https://doi.org/10.30074/FJMH.201103_24(1).0003)
- 張好玥、陸洛（2007）：〈愛情關係中對方衝突管理方式與自身關係滿意度之關連〉。《中華心理衛生學刊》，20，155–178。[Chang, Y.-Y., & Lu, L. (2007). The impact of partner's conflict

- management on one's own satisfaction in a love relationship. *Formosa Journal of Mental Health*, 20, 155–178.] [https://doi.org/10.30074/FJMH.200706_20\(2\).0003](https://doi.org/10.30074/FJMH.200706_20(2).0003)
- 張映芬（2019）：〈四向度完美主義之建構暨其與成就目標、學習倦怠之關係〉。《教育心理學報》，50，611–635。[Chang, Y.-F. (2019). Construction of 4-dimensional perfectionism and its relationship with achievement goals and burnout. *Bulletin of Educational Psychology*, 50, 611–635.] [https://doi.org/10.6251/BEP.201906_50\(4\).0003](https://doi.org/10.6251/BEP.201906_50(4).0003)
- 張映芬（2021）：〈國中生完美主義組型暨其與父母期望／苛責、學業情緒、動機涉入之關係〉。《教育科學研究期刊》，66（1），203–230。[Chang, Y.-F. (2021). Perfectionism profiles and their relationship with parental expectations/criticism, achievement emotions, and motivational engagement. *Journal of Research in Education Sciences*, 66(1), 203–230.] [https://doi.org/10.6209/JORIES.202103_66\(1\).0007](https://doi.org/10.6209/JORIES.202103_66(1).0007)
- 許庭韶、許維素、李俊仁（2019）：〈完美主義的領域特定性：端視於個體特性及檢視的領域〉。《教育心理學報》，51，257–273。[Hsu, T.-S., Hsu, W.-S., & Lee, J.-R. (2019). Domain specificity of perfectionism: Depends on whom and what the domains being examined. *Bulletin of Educational Psychology*, 51, 257–273.] [https://doi.org/10.6251/BEP.201912_51\(2\).0004](https://doi.org/10.6251/BEP.201912_51(2).0004)
- 臧芷纖（2018）：《要求伴侶完美主義與關係滿意度之關聯：衝突因應方式的中介效果》（未出版碩士論文），國立陽明交通大學。[Tsang, C.-H. (2018). *The relationships between partner-oriented perfectionism and relationship satisfaction: The mediating effect of conflict coping style* (Unpublished master's thesis). National Yang Ming Chiao Tung University.]
- 劉盈伶（2015）：《異性戀大學生情侶伴侶完美主義、犧牲意願與行為、愛情關係適應之相關研究》（未出版碩士論文），國立臺灣師範大學。[Liu, Y.-L. (2015). *The relationships among dyadic perfectionism, willingness and behavior of sacrifice, and love relationship adjustment of heterosexual college couples* (Unpublished master's thesis). National Taiwan Normal University.]
- 顏欣怡、卓紋君（2013）：〈大學生情侶之愛情風格、溝通姿態、關係滿意度及關係承諾度之探討－對偶分析研究〉。《中華心理衛生學刊》，26，443–485。[Yen, H.-Y., & Cho, W.-C. (2013). A dyadic analysis of love styles, communication stances, satisfaction, and commitment among college dating couples. *Formosa Journal of Mental Health*, 26, 443–485.] [https://doi.org/10.30074/FJMH.201309_26\(3\).0005](https://doi.org/10.30074/FJMH.201309_26(3).0005)
- Adler, A. (1933). *What life should mean to you* [ABBYY FineReader 11 version]. Internet Archive. <https://archive.org/details/in.ernet.dli.2015.218500/page/n7>
- Ashby, J. S., Rice, K. G., & Kutchins, C. B. (2008). Matches and mismatches: Partners, perfectionism, and premarital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 55, 125–132. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.55.1.125>
- Bandura, A. (1999). A social cognitive theory of personality. In L. Pervin & O. John (Eds.), *Handbook of personality* (2nd ed., pp. 154–196). Guilford Press.
- Baucom, D. H., Epstein, N., Sayers, S. L., & Sher, T. G. (1989). The role of cognitions in marital relationships: Definitional, methodological, and conceptual issues. *Journal of Consulting and*

- Clinical Psychology*, 57, 31–38. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.57.1.31>
- Beck, A. T., & Freeman, A. M. (1990). *Cognitive therapy of personality disorders*. Guilford Press.
- Benjamin, L. S. (1996a). A clinician-friendly version of the interpersonal circumplex: Structural analysis of social behavior (SASB). *Journal of Personality Assessment*, 66, 248–266. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6602_5
- Benjamin, L. S. (1996b). *Interpersonal diagnosis and treatment of personality disorders* (2nd ed.). Guilford Press.
- Benjamin, L. S. (1996c). Introduction to the special section on structural analysis of social behavior. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64, 1203–1212. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.6.1203>
- Cox, B. J., & Enns, M. W. (2003). Relative stability of dimensions of perfectionism in depression. *Canadian Journal of Behavioural Science*, 35, 124–132. <https://doi.org/10.1037/h0087194>
- Dimitrovsky, L., Levy-Shiff, R., & Schattner-Zanany, I. (2002). Dimensions of depression and perfectionism in pregnant and nonpregnant women: Their levels and interrelationships and their relationship to marital satisfaction. *The Journal of Psychology*, 136, 631–646. <https://doi.org/10.1080/00223980209604824>
- Fincham, F., & O’Leary, K. D. (1983). Causal inferences for spouse behavior in maritally distressed and nondistressed couples. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 1, 42–57. <https://doi.org/10.1521/jscp.1983.1.1.42>
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., Shapiro, B., & Rayman, J. (2001). Perfectionism, beliefs, and adjustment in dating relationships. *Current Psychology: A Journal for Diverse Perspectives on Diverse Psychological Issues*, 20, 289–311. <https://doi.org/10.1007/s12144-001-1013-4>
- Florsheim, P., & Benjamin, L. S. (2001). The structural analysis of social behavior observational coding scheme. In P. K. Kerig & K. M. Lindahl (Eds.), *Family observational coding systems: Resources for systemic research* (pp. 127–150). Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Florsheim, P., Henry, W. P., & Benjamin, L. S. (1996). Integrating individual and interpersonal approaches to diagnosis: The structural analysis of social behavior and attachment theory. In F. W. Kaslow (Ed), *Handbook of relational diagnosis and dysfunctional family patterns* (pp. 81–101). John Wiley & Sons.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14, 119–126. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(93\)90181-2](https://doi.org/10.1016/0191-8869(93)90181-2)
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14, 449–468. <https://doi.org/10.1007/BF01172967>
- Furman, C. R., Luo, S., & Jr. Pond, R. S. (2017). A perfect blame: Conflict-promoting attributions mediate the association between perfectionism and forgiveness in romantic relationships. *Personality and Individual Differences*, 111, 178–186. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.01.052>

- Glenn, N. D. (1990). Quantitative research on marital quality in the 1980s: A critical review. *Journal of Marriage and Family*, 52, 818–831. <https://doi.org/10.2307/353304>
- Gol, H. C., Rostami, A. M., & Goudarzi, M. (2013). Prediction of marital satisfaction based on perfectionism. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 89, 567–571. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.08.896>
- Habke, A. M., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1999). Perfectionism and sexual satisfaction in intimate relationships. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 21, 307–322. <https://doi.org/10.1023/A:1022168715349>
- Habke, A. M., Hewitt, P. L., Fehr, B., Callander, L., & Flett, G. L. (1997). *Perfectionism and behavior in marital interaction* [Paper presentation]. The 1997 Canadian Psychological Association Convention, Toronto, Canada.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15, 27–33.
- Haring, M., Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2003). Perfectionism, coping, and quality of intimate relationships. *Journal of Marriage & Family*, 65, 143–158. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2003.00143.x>
- Hendrick, S. S. (1988). A generic measure of relationship satisfaction. *Journal of Marriage and Family*, 50, 93–98. <https://doi.org/10.2307/352430>
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior and Personality*, 5, 423–438.
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991a). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 98–101. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.100.1.98>
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991b). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 456–470. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456>
- Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (2004). *Multidimensional perfectionism scale (MPS): Technical manual*. Multi-Health Systems.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Mikail, S. F. (1995). Perfectionism and relationship adjustment in pain patients and their spouses. *Journal of Family Psychology*, 9, 335–347. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.9.3.335>
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Mikail, S. F. (2017). *Perfectionism: A relational approach to conceptualization, assessment, and treatment*. Guilford Press.
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., & Caelian, C. (2006). Trait perfectionism dimensions and suicidal behavior. In T. E. Ellis (Ed.), *Cognition and suicide: Theory, research, and therapy* (pp. 215–235). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/11377-010>
- Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B. B., & Kennedy, C. (2004). A new measure of perfectionism: The perfectionism inventory. *Journal of Personality Assessment*, 82, 80–91. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa8201_13

- Hollender, M. H. (1965). Perfectionism. *Comprehensive Psychiatry*, 6, 94–103. [https://doi.org/10.1016/S0010-440X\(65\)80016-5](https://doi.org/10.1016/S0010-440X(65)80016-5)
- Holtzworth-Munroe, A., & Jacobson, N. S. (1985). Causal attributions of married couples: When do they search for causes? What do they conclude when they do? *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1398–1412. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.48.6.1398>
- Horney, K. (1951). *Neurosis and human growth: The struggle toward self-realization*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315010526>
- Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection* (2nd ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203843871>
- Johnson, S. M. (2007). A new era for couple therapy: Theory, research, and practice in concert. *Journal of Systemic Therapies*, 26(4), 5–16. <https://doi.org/10.1521/jsyt.2007.26.4.5>
- Kim, L. M., Johnson, J. L., & Ripley, J. (2011). A "perfect" storm: Perfectionism, forgiveness, and marital satisfaction. *Individual Differences Research*, 9, 199–209.
- Limburg, K., Watson, H. J., Hagger, M. S., & Egan, S. J. (2017). The Relationship between perfectionism and psychopathology: A meta-analysis. *Journal of Clinical Psychology*, 73, 1301–1326. <https://doi.org/10.1002/jclp.22435>
- Lopez, F. G., Fons-Scheyd, A., Bush-King, I., & McDermott, R. C. (2011). A latent class analysis of dyadic perfectionism in a college sample. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 44, 32–51. <https://doi.org/10.1177/0748175610391610>
- Lopez, F. G., Fons-Scheyd, A., Morúa, W., & Chaliman, R. (2006). Dyadic perfectionism as a predictor of relationship continuity and distress among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 53, 543–549. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.4.543>
- Mackinnon, S. P., Sherry, S. B., Antony, M. M., Stewart, S. H., Sherry, D. L., & Hartling, N. (2012). Caught in a bad romance: Perfectionism, conflict, and depression in romantic relationships. *Journal of Family Psychology*, 26, 215–225. <https://doi.org/10.1037/a0027402>
- Martin, J. L., & Ashby, J. S. (2004). Perfectionism and fear of intimacy: Implications for relationships. *The Family Journal*, 12, 368–374. <https://doi.org/10.1177/1066480704267279>
- Matte, M., & Lafontaine, M.-F. (2012). Assessment of romantic perfectionism: Psychometric properties of the romantic relationship perfectionism scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 45, 113–132. <https://doi.org/10.1177/0748175611429303>
- Pop, M. V., & Rusu, A. S. (2015). Satisfaction and communication in couples of parents and potential parents—psychological predictors and implications for sexuality education of children. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 209, 402–410. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.11.211>
- Shea, A. J., Slaney, R. B., & Rice, K. G. (2006). Perfectionism in intimate relationships: The dyadic almost perfect scale. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 39, 107–125. <https://doi.org/10.1080/07481756.2006.11909793>
- Sherry, S. B., Mackinnon, S. P., & Nealis, L. J. (2018). Perfectionism and interpersonal problems:

- Narcissistic and self-critical perfectionism. In J. Stoeber (Ed.), *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications* (pp. 177–199). Routledge.
- Sherry, S. B., Sherry, D. L., Macneil, M. A., Smith, M. M., Mackinnon, S. P., Stewart, S. H., & Antony, M. M. (2014). Does socially prescribed perfectionism predict daily conflict? A 14-day daily diary study of romantic couples using self- and partner-reports. *Personality & Individual Differences*, 61–62, 24–27. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.12.028>
- Stoeber, J. (2012). Dyadic perfectionism in romantic relationships: Predicting relationship satisfaction and longterm commitment. *Personality & Individual Differences*, 53, 300–305. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.04.002>
- Stoeber, J., Corr, P. J., Smith, M. M., & Saklofske, D. H. (2018). Perfectionism and personality. In J. Stoeber (Ed.), *The psychology of perfectionism: Theory, research, applications* (pp. 68–88). Routledge.
- Stoeber, J., Hoyle, A., & Last, F. (2013). The consequences of perfectionism scale: Factorial structure and relationships with perfectionism, performance perfectionism, affect, and depressive symptoms. *Measurement and Evaluation in Counseling and Development*, 46, 178–191. <https://doi.org/10.1177/0748175613481981>
- Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295–319. https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1004_2
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. Norton.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D., & Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18, 663–668. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(94\)00192-U](https://doi.org/10.1016/0191-8869(94)00192-U)
- Trub, L., Powell, J., Biscardi, K., & Rosenthal, L. (2018). The “good enough” parent: Perfectionism and relationship satisfaction among parents and nonparents. *Journal of Family Issues*, 39, 2862–2882. <https://doi.org/10.1177/0192513X18763226>
- Winter, R. (2005). *Perfecting ourselves to death: The pursuit of excellence and the perils of perfectionism*. InterVarsity Press.
- Young, J. E. (1994). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach* (3rd ed.). Professional Resource Press.

收稿日期：2020 年 10 月 27 日

一稿修訂日期：2021 年 06 月 30 日

二稿修訂日期：2021 年 07 月 31 日

三稿修訂日期：2021 年 08 月 04 日

接受刊登日期：2021 年 08 月 04 日

Bulletin of Educational Psychology, 2022, 53(3), 745–766
National Taiwan Normal University, Taipei, Taiwan, R. O. C.

Suffering Yourself in Love: Mediating Predictive Effect of Partners' Perceived Interpersonal Behavior on the Relationship between Romantic Perfectionism and Relationship Satisfaction

Ying-Ying Chang

Taipei Municipal Kuangfu,
Elementary School

Sung-Chun Tsai

Department of Psychology and Counseling,
National Taipei University of Education

Sung-Hsien Sun

Numerous studies have observed that self-oriented and other-oriented romantic perfectionism are negatively correlated with relationship satisfaction. Self-oriented perfectionism and other-oriented romantic perfectionism refer to the tendencies (in a romantic relationship) to set excessively high standards for oneself and one's partner, respectively. The psychological process underlying these two types of perfectionism and the effect of those processes on the individual warrant consideration. Romantic perfectionism tends to provide individuals with a unique internal working model (IWM) and cognitive process that may affect their perception of external situational information. Consideration of whether romantic perfectionism affects a couple's perceptions of interpersonal behavior, thereby predicting relationship satisfaction, is also necessary. On the basis of past research, perfectionism can be divided into two types, namely a general perfectionist trait and a domain-specific perfectionism. Discussions on the general trait of perfectionism have emphasized that perfectionism is a universal personal trait that exists across contexts. Domain-specific perfectionism refers to a perfectionism that is focused on a particular domain, such as romantic relationships. Domain-specific perfectionism is a demonstration of personal traits in relational interaction and context. In summary, when measuring perfectionism, the distinct relationship and situation must be considered, presenting various connotations for the measurement. In the domain of a romantic relationship, the term "dyadic perfectionism" or "romantic perfectionism" is discussed. Each partner's perceived interpersonal behavior may exert a crucial role in determining the effect of romantic perfectionism on relationship quality. The IWM of perfectionism acquired from the parent-child attachment relationship during childhood provides the individual with a unique cognitive process with which to perceive the couple's interpersonal behavior. This study uses the Structural Analysis of Social Behavior (SASB) model to assess perceptions of partners' interpersonal behavior in romantic relationships, including affirmations of autonomy, care for the affiliation, ignorance of personal attacks, and assuming control. The SASB model holds that interpersonal behavior can be divided into two dimensions: affiliation and interdependence. Affiliation refers to the two opposing behaviors of love and hate and emphasizes the need for individuals to maintain proximity in the dynamics of interpersonal behavior. Interdependence refers to the two opposing behaviors of control and autonomy, emphasizing the individual's desire for autonomy and self-worth.

The purpose of this study was to explore whether the perceptions of a partner's interpersonal behavior have a mediating effect on the association between romantic perfectionism and relationship satisfaction. To do so, we developed the following hypotheses.

Hypothesis 1-1 : Other-oriented perfectionism would have a negative association with relationship satisfaction.

Hypothesis 1-2: Self-oriented perfectionism would have a negative association with relationship satisfaction.

Hypothesis 2: Perception of a partner's interpersonal behavior would have a mediating effect on the correlation between romantic perfectionism and relationship satisfaction.

The research objects were heterosexual college students in Taiwan who reported being in a romantic relationship. A total of 440 valid questionnaires were collected from 62 men (14.1%) and 378 women (85.9%); the average age of the participants was 22.51 years and the average relationship duration was 22.8 months. In the questionnaire issued to the participants, the Romantic Relationship Perfectionism Scale (Chinese version), Perception of Partner's Interpersonal Behavior Scale, and Relationship Assessment Scale were applied.

The following four research conclusions were drawn. First, in the association of relationship satisfaction with romantic perfectionism, perception of partner's interpersonal behaviors, such as affirmations of autonomy and care for the affiliation, had mediating effects. The results also revealed that in the cases of both self-oriented or other-oriented perfectionism, individuals who perceive less interpersonal behaviors such as affirmations of autonomy and care for the affiliation in their partner experience less satisfaction in the romantic relationship. Both self-oriented or partner-oriented romantic perfectionism makes perceiving positive interpersonal behaviors in a partner more difficult. However, romantic perfectionism may make individuals more sensitive to interpersonal behaviors such as whether they are loved and whether the partner provides them with autonomy and an emotional connection.

Second, in romantic relationships, investigating the perception of interpersonal behavior is crucial. Such perceptions may be influenced by romantic perfectionism, which can cause individuals to overlook positive interpersonal behaviors. Specifically, other-oriented perfectionism can make individuals more sensitive to the partner's personal attacks. The evaluation of how partners perceive each other's interpersonal behavior may be crucial in couples therapy.

Third, self-oriented and other-oriented perfectionism may differ in their effects on perceptions of interpersonal behavior. Both types of perfectionism can make individuals less likely to perceive their partner's affirmations of autonomy and care for the affiliation and are associated with lower relationship satisfaction. Other-oriented perfectionism is also associated with lower relationship satisfaction, and perceptions of partners' interpersonal behavior (e.g., ignoring personal attacks) have a mediating effect on the association between romantic perfectionism and relationship satisfaction. Both other-oriented and self-oriented perfectionism can promote unique perceptions of partners' interpersonal behavior among individuals involved in romantic relationships. However, the psychological function of other-oriented perfectionism may differ from that of self-oriented perfectionism. Other-oriented romantic perfectionism is more likely to make an individual more sensitive to personal attacks from the partner, which is associated with lower relationship satisfaction. This suggests that the psychological function of self-oriented romantic perfectionism prompts individuals to care more about whether they are loved. By contrast, the psychological function of other-oriented perfectionism in romantic relationships prompts individuals to care about not only whether they are loved but also whether they are being harmed.

Finally, other-oriented romantic perfectionism may have a more noteworthy influence on romantic relationships.

This study has several limitations that warrant discussion. Most previous studies on romantic perfectionism have reported that other-oriented perfectionism is negatively correlated with relationship satisfaction or quality, and the results of the present study support this. However, in the present study, we discovered a minor negative correlation between self-oriented perfectionism and relationship satisfaction. We also demonstrated that compared with self-oriented perfectionism, other-oriented perfectionism may have a stronger association with relationship satisfaction.

Previous studies on the influence of perfectionism on romantic relationships have often reported inconsistent results. Some studies have demonstrated a negative correlation between self-oriented perfectionism and relationship quality or relationship satisfaction, whereas other studies have indicated no significant correlation, or even a positive correlation, between self-oriented perfectionism and relationship quality or satisfaction. The most likely reason for these inconsistencies is that these studies did not investigate a domain-specific perfectionism and seldom used romantic relationships as the measurement context. When self-oriented perfectionism is measured in domain-specific perfectionism, its influence on relationship satisfaction may be less than that of other-oriented perfectionism. This also indicates that other-oriented perfectionism may have a more notable influence on relationships generally.

The results of this research may be useful in couples therapy or emotional education. Assessment of the influence of

perfectionism on partners engaged in a romantic relationship suggests that individuals with excessively strict perfectionism requirements or expectations for their partners must undergo an adjustment that can help them develop a more intimate relationship. Romantic perfectionism has a unique IWM, with such perfectionism affecting how individuals perceive their partners' interpersonal behavior. Excessive expectations and requirements of a partner may make an individual overlook the partner's positive interpersonal behaviors and focus on their negative behaviors. Thus, such individuals cause their own suffering while in love. We hope that more studies exploring the influence of romantic perfectionism and partners' perceived interpersonal behavior in romantic relationships will be conducted in the future.

Keywords: model of structural analysis of social behavior (SASB), perception of partner's interpersonal behavior, relationship satisfaction, romantic perfectionism, romantic relationship