

社会比较：对比效应还是同化效应？*

邢淑芬

俞国良

(北京师范大学发展心理研究所, 北京 100875) (中国人民大学心理研究所, 北京 100872)

摘要 社会比较直接影响人类的自我评价, 对其产生两种相反的效应, 即对比效应和同化效应。本文系统地回顾了社会比较的对比效应和同化效应的相关研究; 并从关注自我、关注比较目标和关注自我与比较目标之间的关系三个不同方面, 阐述了对社会比较效应产生调节作用的各种不同因素; 最后, 从一种整合和信息的视角, 阐述了产生对比效应和同化效应的心理机制——选择性通达 (SA) 模型。

关键词 社会比较, 对比效应, 同化效应。

分类号 B849:C91

我是谁? 人们如何评价自我? 如何获得认同感? 诸如此类的问题一直是哲学家和心理学家所关注的问题。但是, 人类很难直接地获得有关自我的信息, 个体对自我的知觉和评价是通过与周围参照框架 (如他人) 相比较而获得的^[1,2], 人类自我评价的效价 (valence) 和强度强烈地受到社会背景的影响^[3]。因而, 从本质上说, 人类个体的自我评价具有相对性, 人与人之间的社会比较直接影响着个体的自我评价。那么, 社会比较究竟如何影响人类个体的自我评价?

1 对比效应和同化效应

在最近几年的社会比较研究领域, 关于社会比较对个体自我评价的影响, 即比较性评价 (comparative evaluation) 的相关研究不断地涌现。综观这些研究, 我们不难发现, 社会比较对个体的自我评价主要会产生两种相反的效应, 即对比效应 (contrast effect) 和同化效应 (assimilation effect)。

1.1 对比效应

1954 年, Festinger 提出社会比较理论以来, 就有研究者开始关注社会比较的方向 (direction) 对个体自我评价的影响, 即上行比较 (与比自己优秀的人比较) 和下行比较 (与比自己差的人比较) 对个体自我评价的影响作用。他们普遍认为, 社会比

较对个体自我评价的影响与其比较方向具有一种内在的联系, 产生对比效应。

所谓对比效应是指个体面对社会比较信息时, 其自我评价水平背离 (displace away) 比较目标的现象, 即个体面对上行比较信息时会降低其自我评价水平, 或面对下行比较信息时会提升其自我评价水平^[4]。例如, 一项经典的研究发现, 当求职者面对一个衣着整洁、具有胜任力的其他求职者时, 其自我评价水平会降低; 而当面对一个邋遢且不具胜任力的求职者时, 其自我评价水平会得到提升^[3]。基于对比效应机制的存在, Wills 提出下行比较理论, 认为当个体遭遇失败、丧失等消极生活事件威胁时, 倾向于进行下行比较, 以使自己得以维持主观幸福感和积极的自我评价^[1]。因此, 下行比较可以通过降低个体自我评价的参照体系, 以维持积极的自我评价, 是压力事件和心理健康的一种应对机制, 具有很好的适应功能^[5]。1984 年, Marsh 将社会比较的对比效应引用到教育情境中, 提出了大鱼小池塘效应 (the Big-Fish-Little-Pond Effect), 认为具有相同能力的学生, 当他们与更高能力的同伴进行比较时, 就会具有较低的学业自我评价, 他们与能力较低的同伴进行比较时, 就会拥有较高的学业自我评价^[6]。

在任何社会背景和条件下, 上行比较一定会降低个体的自我评价, 而下行比较一定会提升个体的自我评价吗? 社会比较一定会产生对比效应?

1.2 同化效应

收稿日期: 2006-01-03

* 国家自然科学基金资助项目 (30570614)。

通讯作者: 俞国良, E-mail: yugllxl@sina.com

尽管几十年来,研究者一直都强调社会比较对个体自我评价的对比效应,然而在很多社会情境和条件下,我们也可以看到与之相反——同化效应的存在^[7]。所谓同化效应是指当个体面对社会比较信息时,其自我评价水平朝向(displace toward)比较目标的现象,即个体面对上行比较信息时会提升其自我评价水平,或面对下行比较信息时会降低其自我评价水平^[4]。例如,Lockwood和Kunda研究发现,给那些具有抱负的教师呈现优秀教师的角色模范,结果发现这些教师对自己教学技能和动机水平会拥有更高的评价^[8];此外,Vander.Zee和Oldersma等人研究也发现,癌症病人会花费更多的时间阅读其他病人的积极内容,而且阅读积极内容越多,病人积极的情绪体验就会越多,对自己病情的评价也会越好。如果病人获知其他病人的恶化信息时,反而会降低病人应对疾病的信心^[9]。

此外,研究者还发现,个体面对同一社会比较目标时,其自我评价还可能同时产生两种完全相反的效应——对比效应和同化效应。Mussweiler和Strack研究发现面对同一社会比较目标,被试对自己毒品消费(drug consumption)的判断会产生两种相反的效应:如果让被试对毒品消费进行绝对数量(absolute number)的自我判断时(每个月吸毒次数),则会产生同化效应;如果让被试对自己毒品消费进行主观判断(subjective judgment)时(你的毒品消费量是多少?进行1~7点评分),则会产生对比效应^[10]。可见,仅仅是判断的类型不同,同一社会比较目标则能够产生截然相反的效应。

由此可见,无论是上行比较还是下行比较,对个体的自我评价不仅可能产生对比效应,或是产生同化效应,还有可能同时产生两种完全相反的效应。社会比较对个体自我评价和情绪等方面的影响较少地取决于其社会比较方向,而是更多依赖于社会比较发生的具体社会情境和个体运用社会比较的方式^[11]。

2 调节变量

那么,在何种社会情境和条件下,社会比较对自我评价产生对比效应,在何种条件下又会产生同化效应呢?进一步研究发现,社会比较对个体自我评价所产生的不同效应依赖许多调节变量(moderators)的存在。根据变量的关注点不同,这些调节变量可以归为以下三个方面:(1)关注自

我(即比较者),如个体的自尊水平和自我确定性(self-certainty);(2)关注比较目标,如比较目标的特殊性或可达性;(3)自我与比较目标之间的关系,如心理亲近性和团体成员等^[3]。

2.1 关注自我(self focus)

社会比较对人类自我评价影响的灵活性和多样性,促使研究者开始思考个体差异在其间所起到的调节作用。以往研究者主要考察了以下几个个体变量:

2.1.1 快乐水平(happy)

Lyubomirsky和Ross对比考察了不同的社会比较信息对快乐的人和不开快乐的人的影响,结果发现(1)在面对下行比较信息时,快乐的个体和不开快乐的个体对社会比较信息的反应不存在群体差异,均产生对比效应。(2)但是,面对上行比较信息,不开快乐的人对此信息更加敏感,大大地降低其自我评价水平,产生明显的对比效应。相反,快乐的人依然会提升其自我评价水平,产生一种同化效应。由此可见,与不开快乐的人相比,快乐的人能够选择性、策略性地运用社会比较信息,以维护其自我评价和主观幸福感^[11]。

2.1.2 自尊水平(self-esteem)

自尊水平也调节着社会比较对人们自我评价的影响作用。Aspinwall和Taylor研究发现,高自尊者在上行比较中倾向于产生同化效应,其自我评价得到提升,因为上行比较能够产生希望;而低自尊者则在下行比较中会提升其自我评价,产生对比效应^[12]。

2.1.3 自我确定性(Self-certainty)

当个体自我具有不确定性时,为了确定自己的相对位置,会进行外显的社会比较,这时社会比较信息对个体自我评价产生对比效应。相反,如果个体自我具有确定性时,不需要确定自我的相对位置,社会比较信息对个体自我评价产生同化效应^[13]。

2.2 关注比较目标(comparison target focus)

自我与比较目标之间的相对位置是静态(static)还是灵活的(flexible),对社会比较效应也具有调节作用,影响着社会比较的同化效应还是对比效应的产生。研究者从不同的方面进行了探讨:

2.2.1 比较目标的可达性(attainable)

Lockwood和Buunk研究发现比较目标的可达

性,即个体对自己未来成就状态的知觉,调节着上行比较信息对其自我评价的影响:(1)如果个体知觉自己同样可以取得比较目标的成功时,上行比较信息会产生同化效应;(2)如果个体知觉自己尽最大努力也无法达到比较目标的成就水平,上行比较信息会使个体感到挫折感,产生对比效应^[8,14]。同样,个体对自己未来状态的知觉和预测,也调节下行比较信息对其自我评价的影响,如果个体感觉自己不会像比较目标那样不幸时,下行比较信息会产生对比效应,提高个体的自我评价;如果个体感觉自己也会像比较目标那样不幸时,这时下行比较信息就会产生同化效应^[15]。

2.2.2 比较信息的特异性 (distinctness)

Stapel和Koomen研究发现,究竟社会比较信息对个体的自我评价产生对比效应还是同化效应,是个体所知觉的社会比较信息特异性 (distinctness) 和其自我概念的可变性 (mutability) 两个变量交互作用的结果,特异性和可变性共同决定了社会比较信息在个体建构其自我评价过程中所起的效应。假如比较目标激活具有特异性的行动者-特质的社会比较信息链时 (actor-trait links), 如“斯坦利很富有”, 这时社会比较信息就会成为个体评价自我的参照标准,对比效应就会随之出现,产生“我很穷”的自我评价。假如比较目标激活非特异性特质 (indistinct trait) 信息,如“富有”, 这时个体的自我评价可能会呈现出同化效应,尤其是当个体的自我概念具有一定可变性和整合 (inclusion) 外部信息的空间时;当个体具有清晰、稳固的自我概念,不具有整合外部信息的空间时,同化效应则不会产生^[16]。

2.3 自我与比较目标之间的关系 (self -target relation)

2.3.1 心理的亲近性 (psychological closeness)

Tesser 提出了自我评价维护模型 (self-evaluation maintenance, SEM), 该模型认为,心理的亲近性会鼓励个体两种类型的评价过程,一是对比过程 (contrast process), 另一个是反射过程 (reflection process)。在对比过程中,亲近的他人被看作是个体评价自我的标准,从而产生对比效应;而在反射过程,亲近的他人不是被个体看作是评价自我的标准,而是被看作是自我的一个重要组成部分,是对自我的一种表征,从而产生同化效应。例如,当亲近的他人成为个体自我概念的重要组成

部分 (如恋人、伴侣或父母等), 这些重要他人的成功对个体产生的是同化效应,而不是对比效应^[17]。

令人不解的是,一些非常微不足道的因素 (trivial factors) 也会使个体与比较目标之间产生心理亲近性,影响着对比效应还是同化效应的产生。Brown和Novick等人研究发现,给被试呈现一张非常具有吸引力的相片,被试对相貌吸引力进行自我评价时,同化效应还是对比效应的出现,仅仅依赖于被试与比较目标之间是否在同一天出生 (the same birthday), 如果被试与比较目标拥有相同的生日,则判断自己更具有吸引力,产生同化效应;反之,则产生对比效应^[18]。

2.3.2 群体成员 (shared group membership)

自我类别理论认为可以运用社会同一性和个人同一性来描述人类自我,当个体以社会同一性为中心时,这时个体把自己看作是一个群体可以相互替换的“样例”,而不是一个独立个体。根据社会同一性和个人同一性,可以将社会比较分为人际比较 (inter-personal comparison) 和群际比较 (inter-group comparison) 两大类。Brewer和Weber研究发现当群体外成员 (out-group members) 对个体的自我评价几乎不存在影响时,人际比较会对个体的自我评价产生对比效应;当同一性从“我” (me) 转变为“我们” (us) 时,这时人际比较会产生同化效应,群际比较则会产生对比效应^[19]。我国研究者也考察了在群际情境下上行社会比较信息对个体自我评价的影响,结果发现在群际情境下,上行社会比较信息对个体自我评价的影响有赖于个体自身所从属群体的大小,大学生作为多数派群体的成员时,其群际比较会产生对比效应,而作为少数派群体的成员,群际上行比较信息对其自我评价几乎不产生影响^[20]。

此外,Stapel和Koomen研究进一步发现,不同的自我建构 (self-construal) 水平影响个体对社会信息的加工过程,当个人同一性被激活时,个体采用“求异” (differentiation) 的社会信息加工模式,寻找自我与他人的不同之处,产生对比效应;当社会同一性被激活时,个体采用“求同或整合” (integration) 的社会信息加工模式,以使自我隶属于某一社会单元 (social unit), 产生同化效应。因而,自我建构水平影响了个体对社会信息加工的模式,进而影响了个体自我评价的建构^[21]。

2.3.3 竞争与合作 (competition and cooperation)

Stapel和Koomen探讨了自我与比较目标之间是属于竞争关系还是属于合作关系，是否会调节社会比较对个体自我评价的影响。结果发现，以竞争为取向或处于竞争情境下的个体，倾向于产生对比效应，这源于个体关注自我与比较目标之间相异点的心理机制；以合作为取向或是处于合作情境下的个体，倾向于产生同化效应，这源于个体关注自我与比较目标之间相似点的心理机制^[22]。

3 整合视角——选择性通达 (SA) 模型

如何解释上述各种不同的观点？难道不同的调节变量之间毫无关联？社会比较过程产生对比

效应和同化效应的心理机制是什么？为了回应上述疑问，Mussweiler从信息和整合视角 (informational and integrative) 出发，提出了一个理论框架——选择性通达模型 (Selective Accessibility, SA, 见图1)。该模型最基本的假设是，要想理解社会比较过程如何影响个体的自我评价，必须考察其信息基础 (informational underpinnings) 是什么，同化效应还是对比效应的产生依赖那些在个体的判断过程所激活的目标知识 (信息) 的运用^[23]。

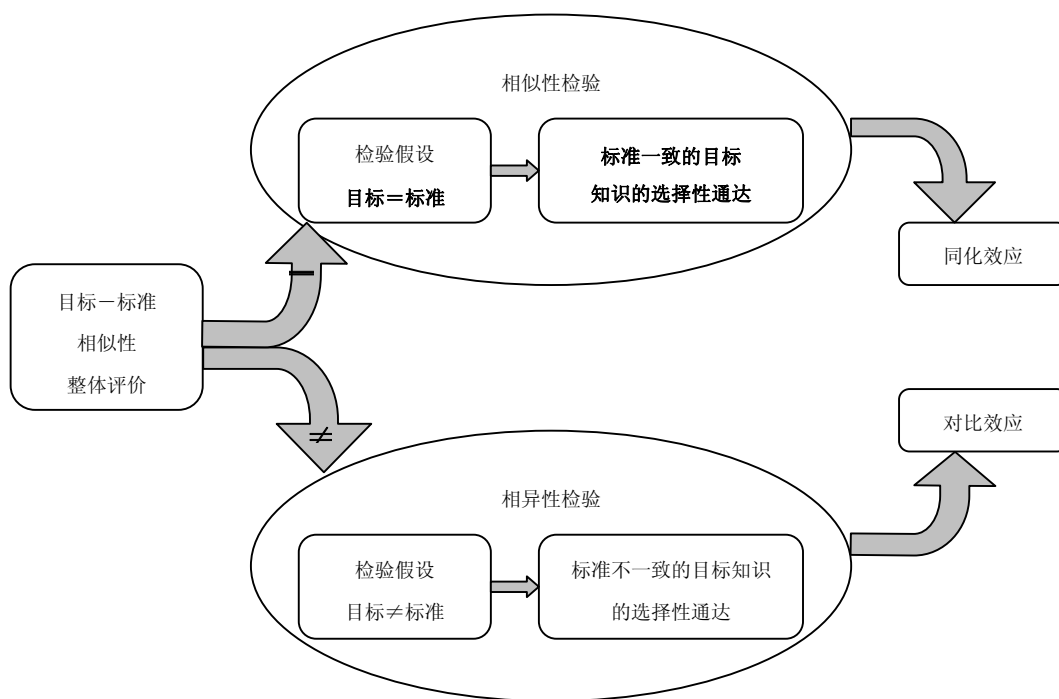


图1 选择性通达模型 (Selective Accessibility Model)

因此，从这个视角出发，理解个体在比较过程中所激活和通达的自我知识，是理解社会比较对自我评价产生同化效应还是对比效应的关键所在。SA模型认为，信息比较的效应是假设检验过程 (hypothesis-testing process) 的结果，在这一过程中包含两个选择性的假设，即相似性检验和相异性检验，相似性检验是指检验目标与标准之间一致性假设的过程，相异性检验是指检验目标与标准之间

不一致假设的过程。在信息比较过程中，个体会集中注意那些与假设检验具有一致性的信息或自我知识，因此，这两个选择性的比较机制包含两个寻求和激活不同自我知识的过程。也就是说，在相似性检验过程中，个体会选择性地注意目标与标准之间存在一致性的信息内容；而在相异性检验过程中，个体会选择性地注意目标与标准之间存在不一致性的信息内容，这些通达的不同信息使得个体的

自我评价产生了两种相反的结果,即相似性检验产生同化效应,相异性检验产生对比效应。后来,Mussweiler等人进一步证实了上述理论模型^[24]。

4 结束语

在本质上,人类的自我评价具有相对性,强烈地受到个体与他人之间比较过程的影响。从以往文献中,我们发现社会比较对个体自我评价的影响和塑造是非常复杂和多面的(multifaceted),同化效应还是对比效应的产生与其社会比较方向之间并不存在简单的一一对应关系。为了深入探讨同化效应和对比效应各自产生的条件,国外研究者发现了很多不同调节变量,如自尊、目标可达性和心理亲近性等,Mussweiler等人从整合的视角提出了选择性通达(SA)模型,深入探讨了社会比较效应产生的心理机制,并把各种不同的调节变量通过相似性检验和相异性检验两种不同的心理机制关联在一起,开辟了社会比较效应研究的新途径,然而仍存在一些问题的需要进一步探讨:

(1) 不同研究所采用的社会比较研究范式不同,即激活被试进行社会比较的方式不同(如社会比较信息启动、回溯等),是否也会影响到同化效应或对比效应的产生?

(2) SA模型的相似性检验和相异性检验假说揭示了社会比较影响个体自我评价的心理机制,这一模型是否同样适合于解释社会比较影响人类行为和情绪等其他方面的心理机制?需要实证研究的进一步考察。

(3) 上述研究结果基本上是在西方文化背景下进行考察的,在我国文化背景下社会比较对个体自我评价效应的文化普适性,尚需要我国学者进一步思考和验证。

参考文献

- [1] Suls J M & Wheeler L. Handbook of social comparison: theory and research. New York: Plenum press, 2000
- [2] 邢淑芬, 俞国良. 社会比较研究的现状与发展趋势. 心理科学进展, 2005, 13(1): 78~84
- [3] Stapel D A., Suls J. Method matters: effects of explicit versus implicit social comparisons on activation, behavior, and self-views. Journal of Personality and Social Psychology, 2004, 87(6): 860~875
- [4] Blanton H. Evaluating the self in the context of another: The three-selves model of social comparison assimilation and contrast. In: G Moskowitz (Ed.), Cognitive social psychology: The Princeton Symposium and the legacy and future of social cognition. Mahwah, NJ: Erlbaum, 2001. 75~88
- [5] Buunk B P, Oldersma. Enhancing satisfaction through downward comparison: the role of relational discontent and individual differences in social comparison orientation. Journal of Experimental Social Psychology, 2001, 37(3): 452~467
- [6] Marsh H W, Hau K T. Big-Fish-Little-Pond Effect on academic self-concept. American Psychologist, 2003, 58 (5): 364~372
- [7] Collins R L. For better or worse: the impact of upward social comparison on self-evaluations. Psychological Bulletin, 1996, 119 (1): 51~69
- [8] Lockwood P, Kunda Z. Superstars and me: predicting the impact of role models on the self. Journal of Personality and Social Psychology, 1997, 73 (1): 91~103
- [9] Vander zee K, Oldersma F, Buunk B P, Bos D. Social comparison preferences among cancer patients as related to neuroticism and social comparison orientation. Journal of Personality and Social Psychology, 1998, 75(3): 801~810
- [10] Mussweiler T, Strack F. The "relative self": informational and judgmental consequences of comparative self-evaluation. Journal of Personality and Social Psychology, 2000, 79 (1): 23~38
- [11] Lyubomirsky S, Ross L. Hedonic consequences of social comparison: a contrast of happy and unhappy people. Journal of Personality and Social Psychology, 1997, 73(6): 1141~1158
- [12] Aspinwall L G, Taylor S E. Effects of social comparison direction, threat, and self-esteem on affect, self-evaluation, and expected success. Journal of Personality and Social Psychology, 1993, 64 (5): 708~722
- [13] Pelham B W., Wachsmuth J O. The waxing and waning of the social self: assimilation and contrast in social comparison. Journal of Personality and Social Psychology, 1995, 69 (5): 825~838
- [14] Lockwood P, Kunda Z. Increasing the salience of one's best selves can undermine inspiration by outstanding role models. Journal of Personality and Social Psychology, 1999, 76(1): 214~228
- [15] Lockwood P. Could it happen to you? the impact of downward comparison on the self. Journal of Personality and Social Psychology, 2002, 82(2): 343~358
- [16] Stapel D A, Koomen W. Distinctness of others, mutability of selves: their impact on self-evaluations. Journal of Personality and Social Psychology, 2000, 79(6): 1068~1087

- [17] Tesser A, Millar M, Moore J. Some affective consequences of social comparison and reflection processes: the pain and pleasure of being close. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1988, 54 (1): 49~61
- [18] Brown J D, Novick N J, Lord K A. When Gulliver travels: social context, psychological closeness, and self-appraisals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1992, 62(4): 717~727
- [19] Brewer M B, Weber J G. Self-evaluation effects of interpersonal versus intergroup social comparison. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1994, 66 (2): 268~275
- [20] 付宗国, 张承芬. 群际情境下向上社会比较信息对自我评价的影响. *心理科学*, 2004, 27 (1) : 84~87
- [21] Stapel D A, Koomen W. I, we, and the effects of others on me: how self-construal level moderates social comparison effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2001, 80(5): 766~781
- [22] Stapel D A, Koomen W. Competition, cooperation, and the effects of others on me. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2005, 88 (6): 1029~1032
- [23] Mussweiler T. Comparison processes in social judgment: mechanism and consequences. *Psychological Review*, 2003, 110(3): 472~489
- [24] Mussweiler T, Ruter K, Epstude K. The ups and downs of social comparison: mechanisms of assimilation and contrast. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2004, 87 (6): 832~844

Social Comparison: Contrast Effect or Assimilation Effect?

Xing Shufen

(*Institute of Developmental Psychology, Beijing Normal University, Beijing 100875, China*)

Yu Guoliang

(*Institute of Psychology, Renmin University of China, Beijing 100872, China*)

Abstract: Social comparisons influence self-evaluations in multiple ways. Sometimes self-evaluations are assimilated toward a given standard. At other times, they are contrasted away from the standard. The paper systematically reviewed the researches on the contrast and assimilation effect of social comparisons. At the same time, we expatiated the moderators of the social comparison effects. Finally, from an integrative perspective we expatiated the psychological mechanism of contrast and assimilation effect—selective accessibility model.

Key words: social comparison, contrast effect, assimilation effect.