

# 夫妻相真的存在吗

最近，一对来自广东东莞的夫妇在社交媒体上引发关注，他们因极为相似的长相，被网友戏称为“复制粘贴”的夫妻。难道这就是传说中的夫妻相吗？两个人在一起久了真的会长得越来越像吗？

长见识

## 夫妻生活久了会越来越像吗？

实际上，心理学中很早就有夫妻相这个说法了。在1907年，法国学者伊格纳茨·瓦伊鲍姆提出了一个情绪外导理论，认为习惯性地使用特定面部肌肉可能会永久性地影响面部特征。如果两个人长期生活在一起，他们会无意识地模仿对方的表情，久而久之，双方的面部肌肉运动形成的纹路和形态就会趋于一致，从而导致外表相似度增加。

后来，逐渐有一些研究证明了“夫妻的长相往往会比较相似”的观点。最为经典的是心理学家罗伯特·扎荣茨及其同事在1987年所做的研究，他们征集了12对种族、地域和年龄都比较相似的夫妻照片，将这些照片分成了2组，分别是结婚第1年和第25年拍摄的，每组24张（夫妻各12张）。

然后，研究者让74名大学生观察这些照片，并分别进行相似度判断（判断某张照片与哪一位异性最相似）和婚姻可能性判断（判断某张照片与哪一位异性最有可能是夫妻）。

结果发现，新婚夫妻在相似度和婚姻可能性上都与随机水平差不多（注：随机水平相当于大街上随便拉几十个路人，他们与你的平均相似程度）。而在25年后的照片里，他们在这两项指标上都显著超过了随机水平，说明这些夫妻相处时间久了，长相变得越来越像。

但是，这项研究不仅年代久远，样本量太少，而且完全依赖于个人的主观判断，因此后来也有心理学家对此提出了质疑。比如评判者会不会受到照片中夫妻的表情、发型等因素的影响，而不是纯粹的面部特征？

所以，2020年斯坦福大学的一项研究采用了更加科学的方式来探究“夫妻相”的真相。研究者收集了517对夫妻的面部照片，每对夫妻有一张结婚2年内和20年-69年后的照片，并用著名的面部识别软件Face++来处理这些照片，确保它们只展示一个人的面部特征。

接着，研究者采用了两种评判方式，一种是让153名参与者在6张照片中按照与目标照片的相似度和婚姻可能性进行排序，另

一种是采用一个叫做VGFace2的面部识别算法来进行同样的照片排序。

人工和算法评判的结果几乎一致地发现，所谓的夫妻相确实存在，无论是新婚时期还是结婚多年后，夫妻的面部特征都比随机水平更加相似。但是，这些夫妻在结婚几十年后的相似度，还是与新婚时差不多，甚至有些夫妻的面部相似性在多年后还有轻微的下降。

实际上，现在越来越多的心理学家也逐渐认为，一个人的面部特征也许会随着年龄而改变，但不会太会因为长期与某个人生活在一起而趋于相似，而夫妻之间长得比较像的原因，是因为他们在择偶的时候就在无意识地寻求这种相似性。换句话说，这种夫妻相其实在两个人刚在一起的时候就有了，而不是后来才转变的。

## 会选一个与自己相似的伴侣？

自古以来，追求所谓的“门当户对、郎才女貌”，是很多人在选择结婚对象时的一个重要标准。其实，追求某种匹配性可以说是人类近乎本能的习惯性，这在心理学中被称为选型婚配，指的是我们并非随机选择伴侣，而是基于某些特质进行筛选和匹配。

一项针对近千名参与者的调查研究发现，无论对于男性或女性，在选择与某个对象建立亲密关系时，最看重的并不是外貌和物质条件，而是对方身上有没有那些与自己相似的品质。也就是说，“相似相吸”是一个非常普遍的择偶原则，这从现实角度来看也很好理解，选择一个在生活方式和价值观等方面更相似的伴侣，两个人往往会相处得更融洽，吵架频率更少，关系自然也会更稳定。

但是，为什么这种“相似相吸”原则会体现在长相上呢？抛开其他因素不谈，伴侣长得越好看不是越好吗？实际上，心理学家们对这个问题的答案也众说纷纭，尚未有统一认可的答案，比较常见的解释有以下三种：

### 匹配假说

该理论认为个体会找一个外貌与自己相似的伴侣，是一种现实主义的策略。因为找一个远比自己好看的人，首先是很容易被拒绝，其次是即使在一起了，也会在潜意识中认为自己是“高攀”的，可能会让人没有安全感，导致关系不稳定。

但是，如果找一个不如自己好看的人，又会有另一种“低就”的感觉，同样不利于维持长久稳定的关系。自然而然，大部分人还是会下意识地去找一个与自己长得差不多的人当对象。

### 竞争假说

该理论认为找对象类似于“市场竞争”，每个人都想找到一个最佳伴侣，但是每个人自身都有一定的“择偶价值”，比如长得好不好看、经济条件好不好等，条价值越高的人往往会有更强的竞争力和选择权，同样也会吸引那些与之相似的对象，而那些价值没那么高的人要是想“高攀”就很可能竞争失败，最终只能找到一个与自己条件相当的对象。

所以，这个理论其实与匹配假说类似，只不过它更加强调整这是一

种择偶市场竞争下的被动结果，而不是人们“想”找一个这样的对象。

### 自我寻求相似假说

这是一个近些年来更被人们所接受的理论，它认为我们天生就喜欢那些在价值观、生活经历和外表特征与自己比较相似的人，在潜意识层面，我们会觉得那些面部特征与自己有某种相似之处的人更有吸引力，也更值得信任。这种冥冥之中的倾向性在引导着我们选择一个长相相似的伴侣。

总而言之，从心理学来说，两个人能相互选择通常是双方在某些方面比较契合或相似，也许是体现在三观上，也许是体现在长相上，无论是出于什么原因，至少这种选择本身是合理的。

## 夫妻相，最重要的并非长相

如果我们细看短视频里所谓的“粘贴复制脸”，就会发现他们其实在很多面部特征上不一样。就算前面我们提到的研究证明了夫妻之间的相似性高于随机水平，但也只是比路人像一点而已，还远远达不到“复制粘贴”的程度。

那为什么我们还是会觉得那对夫妻很像、很有夫妻相呢？

实际上，只要两个人脸型胖瘦差不多，挡住发型，再摆出同样的表情，乍一看都会感觉挺像的。因为我们在看一个人的外貌时，面部的细节特征往往需要仔细观察才能分辨，所以我们第一眼看见的其实是一种整体印象，包含了轮廓、表情、动作和说话方式等一系列复杂的特征。

所以，我们形容“两个人很有夫妻相”，说到底并不是他们长得有多么像，而是他们的举手投足之间有一种奇妙的“默契感”，这种现象在心理学中叫作趋同，指的是在亲密关系中，两个人的情绪反应、性格等特质，会随着时间的推移变得越来越相似。

有研究发现，那些在恋爱初期就有比较相似的情感反应的情侣，不仅会在半年后情感反应变得更相似，而且更不容易分手，关系满意度也更高。这个结论同样也适用于已婚夫妻，从新婚到婚后一年之间，他们在性格和情感反应上都会趋于相似，并且这种趋同性通常还伴随着关系满意度的提高。也就是说，两个人在相处过程中总会逐渐趋于相似，而且这能提升两个人的关系质量。

这就要归功于我们大脑中的镜像神经元，它不仅会让我们在无意识中模仿对方的动作、表情和语气，还能让大脑模拟对方的心理状态，从而产生一种感同身受的共情体验。这个过程几乎是自动化的，不需要任何思考，我们就能明白对方为什么高兴或难过。而一对长年生活在一起的夫妻，这种同步和共情几乎每天都在发生，久而久之两个人就会变得越来越有默契，很多时候根本不需要说话，一个眼神、一个微小的动作，两个人就能心领神会。这种在长相厮守中培养出来的默契感，不就是最棒的“夫妻相”吗？

据科普中国

