

仁人理想人格的心理学测量及其应用

杨倩, 张莹*

贵州中医药大学人文与管理学院, 贵州 贵阳

收稿日期: 2025年6月29日; 录用日期: 2025年7月26日; 发布日期: 2025年8月6日

摘要

通过经典文本的理论分析与心理测量的实证分析相结合的方法, 选取《论语》中孔子对仁的论述编制初测条目, 通过探索性和验证性因素分析、效度分析等实证研究方法(总有效样本量 = 1263), 结果发现孔子思想中的仁人理想人格包含4个维度: 爱人行善、自省为仁、克己复礼、忠恕之道。多个样本的数据提供的证据表明: 1) 仁人理想人格有别于其他基于中国经典文化提出的人格概念; 2) 健康者的仁人理想人格胜于心身疾病患者的仁人理想人格。文章最后讨论了本研究的理论意义和对心理康养的实践意义。

关键词

仁人理想人格, 本土心理学, 问卷, 《论语》, 心理康养

Development and Application of Benevolence Ideal Personality

Qian Yang, Ying Zhang*

College of Humanities and Management, Guizhou University of Chinese Medicine, Guiyang Guizhou

Received: Jun. 29th, 2025; accepted: Jul. 26th, 2025; published: Aug. 6th, 2025

Abstract

This article combines theoretical analysis of classic texts with empirical analysis of psychological measurement, selects Confucius' discourse on benevolence in the "Analects of Confucius" to develop preliminary test items, and conducts empirical research methods such as exploratory and confirmatory factor analysis, validity analysis, etc. (total effective sample size = 1263). It has been discovered that the ideal personality of benevolent people in Confucius' thought includes four dimensions: loving others and doing good, introspecting oneself for benevolence, self-restraint and the path of loyalty and forgiveness. The evidence provided by multiple sample data indicates that: 1) The ideal

*通讯作者。

personality of benevolent people is different from other personality concepts based on Chinese classical culture; 2) The ideal personality of benevolent individuals in healthy individuals is better than that of patients with psychosomatic diseases. The article concludes by discussing the theoretical significance and practical significance of this study for health.

Keywords

Benevolent Ideal Personality, Native Psychology, Questionnaire, “*Analects of Confucius*”, Psychological Health

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

健康是一种智慧。孔子思想的仁是君子的第一品性和人生的最高境界(冯友兰, 1989), 充分体现了中华文化的智慧。而智慧是需要点拨和学习的。“仁”是孔子价值观的中心, 将追求至善至美的人格作为个体发展的最高目标, 对每个人具有“善”和“方向”的价值学导向。人格是理解健康的核心关切(Ferguson, 2013)。人格是广义文化的产物(周波, 2015)。孔子在《论语》中提出“仁者寿”、“仁者无忧”的论断, 这引发了我们对于仁人理想人格的追求是否是健康的保护因子的思考。对于中国本土文化智慧, 尤其是“仁”, 运用实证测量方法进行研究的还较少。已有的一项实证研究以大学生为研究对象, 初步提出了“仁”的基本结构, 包括“爱”、“忠与恕”、“义”、“礼”和“智与自强”(王立皓, 汪凤炎, 2010)。本研究拟构建孔子思想中的仁人理想人格问卷, 为后续临床和科学研究提供实用的测评工具。

2. 对象和方法

2.1. 经典文本的理论分析

“仁”在《论语》中共出现了百余次, 但孔子并未对“仁”作出确切的、概念性的解释, 而是以实际生活中的具体行动揭示仁的内涵(郑杭生, 胡翼鹏, 2009)。这体现在孔子对于不同弟子关于仁的提问所做的不同回答上。比如, 颜回问仁, 子曰: “克己复礼。”对樊迟, 子曰: “爱人。”而对仲弓, 子曰: “己所不欲, 勿施于人。”可见, 孔子之仁本质上是一种行动的理论(陈明, 2010)。一个人的人格可以通过行为和交往中的表现来展现。目前, 通过对中国知网上以“仁”、“孔子思想”和“儒家”为关键词的近 20 年国内主要期刊中的文献进行检索、可视化分析和主题分析, 发现爱人、为仁由己、忠恕之道、孝、克己复礼、人际关系、万物一体等在全类理论中出现次数较多。“仁”可以帮助中国人形成健全人格, 对于孔子和儒家来说, 成为一个人就是成为一个仁人(彭富春, 2009)。

所谓“仁人”就是将亲缘之间的关系逐渐扩大到人与人之间的关系, 以合理的秩序(礼)为基础, 维系人际之间的良性互动关系, 建立人道之顶峰, 从而实现理想的完美人格(陈西, 2009)。成为仁者是儒家理想人格的最高追求(耿成成, 2023)。本文将中国孔子思想中的理想的、价值整合的人格特质定义为仁人理想人格。这也是其与其他人格之间的根本差异。在现代心理学研究中, 多数是从还原论的角度上对人格的有限成分及其性质展开分析。本研究是以孔子思想的“仁”的概念为焦点, 主要从整体论的视角出发, 对心理及其行为的“方向正确性”问题进行综合。

2.2. 心理测量的实证分析

《孔子思想中的仁人理想人格问卷》的初测条目全部来源于《论语》，为了让被试能准确、便捷地理解问卷条目，所有条目都根据原文使用白话文进行编写。第一步，将《论语》全书提及“仁”的所有章句摘出。第二步，剔除不是对仁人理想人格特质进行描述的语句(如子曰：“志于道，据于德，依于仁。”《述而》、“仁者静；仁者寿。”《雍也》等)。第三步，编制白话文条目，释义主要以杨伯峻《论语译注》和傅佩荣《解读论语》为参考。最终形成 62 个条目的初测问卷。本研究通过归纳和演绎相结合的方法(Tskhay et al., 2018)，对条目的数理分析来检验理论假设的科学性。

2.2.1. 被试

探索性因素分析的样本：2023 年 4 月，采用方便取样的方法，通过网络调查平台，在某大学城招募被试，他们来自高校各个院系，共收集 795 份问卷。施测时在题目中加入 4 项陷阱题目，如：我在认真阅读，这道题选“完全不符合”。没有通过陷阱题目测试的被试，其答题结果将被标记为无效作答。剩余有效样本 600 份。其中，男性 142 名，女性 458 名。女性占 76.3%。被试年龄范围在 17 到 28 岁之间，平均年龄为 21.77 岁($SD = 2.38$)。

验证性因子分析的样本：2023 年 5 月，邀请社区居民参与问卷填写，共回收 326 个样本，其中有效样本 309 个。在本次调查中，女性占 47.2%，年龄在 18~65 岁之间($M = 42.46, SD = 11.82$)，最高学历涵盖专科(11.3%)、本科(9.1%)、研究生(5.2%)和其他(74.4%)，自我报告身体健康状况非常好(187 人，占比 60.5%)、较好(88 人，28.5%)、一般(34 人，11%)。

相关的样本：通过问卷星平台发放问卷，从后台导出数据并设置回收标准，将过滤题和探测题答错、填写时间太短和太长(填写时间小于 400 秒、超过 6000 秒)、年龄填为 2 的极值的问卷予以剔除，有效回收问卷 285 份。其中，女性占 75.1%，年龄在 17~60 岁之间($M = 28.33, SD = 10.83$)，本科及以上学历占 76.5%。相关分析的目标样本量是在数据收集之前通过 G*Power 来决定的(Faul et al., 2009)。为满足相关分析的中等效应量 $\rho = 0.30$ 和 $\text{power} = 0.95$ 的要求，需要的最小样本量为 176 人。本次研究满足了该目标。

效标参照效度：问卷数据来自两部分，健康组的数据选自验证性因子分析样本中的自我报告身体健康状况为“非常好”的被试，共 187 人，其中男 105 人，女 82 人，年龄 18~65 岁，平均年龄(42.01 ± 12.36)岁，最高学历涵盖专科(9.1%)、本科(9.6%)、研究生(5.9%)和其他(75.4%)。病人组的数据在 2023 年 6~8 月采用方便抽样法选取贵阳市 3 所医院共 69 名心身疾病慢性病人，其中男 18 人，女 51 人，年龄 28~69 岁，平均年龄(51.28 ± 10.68)岁，最高学历涵盖专科(14.5%)、本科(15.9%)、研究生(4.3%)和其他(65.2%)。所有被调查患者及其主诊医师均知情同意。

2.2.2. 程序

探索性因素分析：被试阅读指导语后填写 62 个关于仁人理想人格的条目及性别、年龄、是否有宗教信仰等人口学基本信息。采用自评式 7 点李克特量表，请所有被试评定这些描述与自己相符合的程度，1 = 完全不符合，7 = 完全符合。通过探索性因素分析，初步揭示仁人理想人格的结构。

验证性因子分析：采用在探索性因子分析中编制的 22 个条目，作为仁人理想人格问卷，对被试进行施测。问卷采用李克特 7 点计分，由被试根据描述性语句符合自己的程度进行打分，“1”表示完全不相符，“7”表示完全相符。

相关分析：采用君子人格(葛泉语等, 2021)和善人格(焦丽颖等, 2019)作为仁人理想人格的校标，其中，君子人格包含 5 个因子：智仁勇、恭而有礼、喻义怀德、有所不为、持己无争；善人格包含 4 个因子：尽责诚信、利他奉献、仁爱友善、包容大度。

效标群体的参照效度分析：由资深心理治疗师、医学博士作为访谈人员向受访者说明访谈的目的，

在获得受访者同意后, 通过开放式访谈确认病人组被试的心理社会因素在其躯体疾病的演变中是否占一定比重, 对符合心身疾病特点的被试发放纸质版问卷指导被试填写。心身疾病的范围, 从理论上说, 几乎每种躯体疾病都可能与心理因素相关(徐冬雪, 2019), 本研究中的躯体疾病着重关注人体的神经系统、内分泌系统、心血管系统、呼吸系统、消化系统、泌尿系统。访谈提纲包括: 请描述您身体不适是否与心理压力或情绪变化有关? 是否有特定的心理因素让您感到身体不适或症状加重? 访谈时间控制在 10 分钟。最后, 将健康组与病人组的被试的仁人理想人格得分进行对比。

3. 结果

3.1. 探索性因素分析

Table 1. Items and their indicators retained after exploratory factor analysis

表 1. 探索性因素分析后保留的条目及其指标

施测条目	爱人行善	自省为仁	克己复礼	忠恕之道	共同度
1. 我时刻坚守行善之心。	0.91				0.88
2. 我会自觉的选择去行善。	0.88				0.89
3. 我是一位坚定的行善者。	0.88				0.88
4. 我认为人应该修德行善。	0.85				0.83
5. 我立志行善, 内心纯粹。	0.84				0.80
1. 我能真诚的思考问题并自省		0.90			0.79
2. 我有好学、不断学习的精神。		0.85			0.71
3. 通过不断学习, 我可以在行善的路上更好的做价值判断。		0.84			0.75
4. 我的身心一直在向圆满的方向变化。		0.81			0.66
5. 我喜欢与聪明、有品德的人保持联系并相互学习。		0.78			0.63
1. 我时刻要求自己的言行举止要得体、要恰到好处。			0.79		0.63
2. 我在做出某种行为前会仔细思考自己的行为是否符合道德标准。			0.72		0.63
3. 我做事不计较个人得失。			0.67		0.43
4. 我主动做该做的事, 而不计较利害关系。			0.65		0.49
5. 我在与人交往时能约束自己的行为, 遵守社会礼仪规范。			0.64		0.59
6. 我说话谨慎、不轻易说话。			0.57		0.40
1. 我在与别人相处时, 能够做到宽以待人、将心比心。				-0.91	0.87
2. 我与人沟通时说话谨慎。				-0.88	0.72
3. 我对待人和事宽容大度。				-0.85	0.80
4. 我相信人性是向善的。				-0.75	0.67
5. 与人交往时, 我奉行“己所不欲勿施于人”的观念, 即自己不喜欢的不强加于人。				-0.65	0.53
6. 我尊重并能够遵守父母、兄长等亲属的合理要求或期望。				-0.61	0.48
旋转后的特征值	7.49	4.39	1.75	1.41	
方差贡献率%	34.06	19.96	7.97	6.43	68.42
内部一致性信度	0.97	0.92	0.85	0.92	0.90

注: 因子提取方法: 主轴因子分析法; 旋转法: 具有 Kaiser 标准化的倾斜旋转法。

使用 SPSS20.0 软件对数据进行统计分析。首先, 通过描述性分析, 发现大部分条目之间的相关系数大于 0.3, 说明适合做因子分析。KMO 的值为 0.93, 大于 0.5, Bartlett's 球形检验结果是显著的(近似 $\chi^2 = 28116.99$, $df = 1891$, $p < 0.001$), 表明各条目之间可能共享潜在因素, 该问卷的项目适合做探索性因素分析。

第一次探索性因子分析, 采用主轴因子分解法(Principal axis factoring analysis)和斜交旋转法(Oblimin), 基于特征根大于 1 的方法抽取原则和碎石图确定因素数为 5 个。逐步剔除 4 种类型的题目: 共同度小于 0.30; 同一个题项不能在 2 个或 2 个以上的因子上负荷值高于 0.30; 在所有因子上负荷值都小于 0.45; 旋转后特征根的值小于 1。经多次旋转, 在剔除 40 个题目之后, 得到含有 22 个题目、分布在 4 个因子上的《孔子思想中仁人理想人格问卷》, 4 个因子的累积贡献率为 68.41%。各个因子的命名及统计指标如表 1 所示。(各个因子的内涵请参见讨论。)

3.2. 验证性因素分析

信度分析: 仁人理想人格的整体及各个因子(爱人行善、自省为仁、克己复礼、忠恕之道)的内部一致性信度 α 分别为 0.84、0.92、0.94、0.91、0.94。信度指标满足情况良好。

结构效度: 样本的四因素结构均具有较好的拟合结果(结构方程拟合指标见表 2)。各个条目在相应因素上都具有较高载荷量(标准化载荷量在 0.74~0.91 之间, p 值均小于 0.001), 测量条目均有效。

区分效度: 我们还尝试了缩减因素数量, 并与四因素模型进行对比。如表 2 所示, 四因素模型的拟合结果优于其它因素模型。综上, 四因素模型在描述仁人理想人格的内在结构方面更具优势。

Table 2. Comparison of the results of confirmatory factor analysis

表 2. 验证性因素分析结果的对比

测量模型	χ^2	df	χ^2/df	RMSEA	GFI	RMR	CFI	NFI	TLI	IFI
四因子模型	423.69***	203	2.09	0.06	0.89	0.05	0.96	0.93	0.95	0.96
三因子模型(1 + 2)	1811.78***	206	8.80	0.16	0.59	0.25	0.71	0.68	0.67	0.71
单因子模型	3958.89***	209	18.94	0.24	0.38	0.47	0.31	0.31	0.24	0.31

注: *** $p < 0.001$ 。三因素模型是指在四因素模型的基础上合并爱人行善、自省为仁。

聚合效度与区分效度分析: 样本的各因子的平均方差萃取 AVE 值分别为 0.71、0.77、0.63、0.73, 均大于 0.50, 聚合效度较好。样本的 4 个因素分别对应的 AVE 平方根值均大于因素间的相关系数(见表 3), 区分效度良好。

Table 3. Correlation coefficients of the factors of Ren

表 3. 仁的各个因子的相关系数

变量	M	SD	AVE 平方根值	1	2	3	4
1. 爱人行善	15.83	5.85	0.84				
2. 自省为仁	15.28	5.61	0.88	0.15**			
3. 克己复礼	23.25	7.23	0.79	0.04	0.06		
4. 忠恕之道	19.50	5.26	0.86	-0.20	0.28**	-0.01	
5. 仁人理想人格(总分)	73.86	13.32		0.51**	0.63**	0.58**	0.50**

注: ** $p < 0.01$ 。

3.3. 相关分析

仁人理想人格整体及各个因子(爱人行善、自省为仁、克己复礼、忠恕之道)的内部一致性信度 α 为 0.89~0.96, 信度指标满足情况良好。君子人格及其 5 个因子(智仁勇、恭而有礼、喻义怀德、有所不为、持己无争)的内部一致性信度 α 为 0.70~0.96。善人格及其 4 个因子(尽责诚信、利他奉献、仁爱友善、包容大度)的内部一致性信度 α 为 0.90~0.96。信度指标满足情况良好。相关分析结果 ICC 在 0.35~0.81 之间, 均 $p < 0.01$ 。仁人理想人格各个因子均与君子人格、善人格显著正相关。

3.4. 校标群体的参照效度

独立样本 t 检验结果显示, 相较于病人组, 健康组展现出了更高水平的仁人理想人格水平($t [254] = 12.15, p < 0.001$)。对比健康组与病人组被试在仁人理想人格量表各因子得分上均存在显著差异($t [254] = 3.43\sim 8.44, p < 0.001$)。

4. 讨论

4.1. 理论意义

通过探索性和验证性因素分析, 探明并验证了孔子思想中的仁人理想人格包含 4 个因子: 爱人行善、自省为仁、克己复礼、忠恕之道。

首先, “爱人行善”这一因子代表着仁人安身立命、行为处事的基本准则, 描述的是一个人具备仁爱天下万物的情感, 并能将这种情感付诸实践的特质。孔子的学生樊迟问仁时, 孔子斩钉截铁地回答道: 爱人(《论语·颜渊》)。这句简洁而深刻的回应, 这种由仁而亲, 从友爱亲人扩展到友爱社会、友爱他人的人格力量, 贯穿了整个孔子思想体系。子曰: 力行近乎仁(《中庸》), 努力行善就接近仁了(王文锦, 2022)。孔子提及的仁、德皆为善。从善行善, 爱人、爱民、爱物, 追求达到施民济众的至善、就是儒家的成己之道、内圣外王之道。“自省为仁”这一因子代表着个体自觉自动地修养身心, 从而形成良好的个性品质。孔子倡导“为仁由己”, 以个体修养为出发点, 强调个体内在德性的激发(陈二林, 2014), 实现个体内心和谐的同时为社会和谐贡献自己的力量。“克己复礼”这一因子代表着克制自己、遵循礼仪的特质。“仁”是“礼”的内核, 孔子明确指出: “人而不仁, 如礼何?”(《论语·八佾》)另一方面, “礼”是“仁”的外在表现形式。孔子说: “克己复礼为仁。一日克己复礼, 天下归仁焉。”这表明克己是实现仁行的第一步, 必须首先战胜内心的欲望, 才能开始按照“礼”来行事。最后, “忠恕之道”这一因子描述的是个体承担社会责任、践行忠恕的特质。“忠恕”是孔子“一以贯之”的仁学思想, 具有深刻的哲学内涵, 是处理人与人之间关系的基本原则, 作为儒家的一种道德规范, 忠恕之道也是成仁(人)的方法和途径(田明杰, 2022)。孔子的“忠恕”思想中包含着一种普遍性的取向(沈晓阳, 2010), 就是肯定人与人之间的平等性以及人之为人的共同性、普遍性。推己及人、追求仁人、仁者的理想境界, 这正是“忠恕之道”的目标。

综上所述, 孔子思想中的仁人理想人格深刻而丰富, 对仁人理想人格的理念的提炼, 是初步的理论探索。这些因素蕴含了儒家文化尤其是孔子思想对人格塑造、道德实践和社会互动的深刻理解, 为当代文化心理研究提供了丰富的思想资源。

4.2. 实践意义

随着人类疾病谱改变, 弘扬与传承民族康养文化正受到高度重视。实践证明, 心态与疾病和健康密切相关, 善念与宽容是康养的第一良药, 有助于气血通畅和增强机体免疫力。好的人格品质是良好生活的基础(江畅, 2021)。“仁者寿”是《论语》中阐述的论断, 给我们后人以深刻的启发。寿命不仅仅代表

长短,更重要的是强调安享天年。

仁人理想人格是在实践“仁”的过程中提升人的心灵境界,增强机体自然力,其实质上也是一种精神层面的养生。现代心身医学研究提示,个体的心理状态对其躯体健康具有直接影响。所谓心身疾病,其根源是心理因素,是在心理因素作用下导致的情绪紊乱所致。心理-躯体之间存在着明确的心身互动关系,然而临床中对患者心理的重视程度还有很大的不足(徐冬雪,2019),在少数心身关系研究中,主要关注心理因素如抑郁、焦虑,较少人格尤其是理想人格方面的研究(何裕民,2010;宋传颖等,2020)。本研究编制的仁人理想人格问卷能为临床医务工作者评估、诊疗心身疾病患者提供新思路、新工具,具有实践意义。其结果表明,理想人格的测量对于临床诊疗是有参考价值的。

中国传统医学的形成和发展一直受在中国传统文化中占统治地位的儒家思想的影响。随着现代医学发展,心理学研究也逐渐走进医学研究领域,临床医学与心理医学的有机整合将成为现代医学发展的重要课题。本文采用多个样本的实证研究,确定了仁人理想人格的结构内涵并开发了测量工具。以此为基础,进一步检验了人格与健康的心身互动关系。仁人理想人格概念的提出是基于孔子《论语》中的论述,希望这一基于中国传统文化提出的仁人理想人格能够帮助中国人更好地修炼品性,解决心身健康问题。文化-心理的视角未来发展任重而道远,希望有更多的研究者参与,将疾病治疗学科与人文社会土壤进行连接,让慢性病康养落置于更广袤的文化心理土地之上,共同探讨理想人格的实践路径。

基金项目

贵州省高校人文社会科学研究基地项目(23GZGXRWJD203)。

参考文献

- 陈二林(2014). 孔子“为仁由己”道德主体学说及其启示. *江苏师范大学学报(哲学社会科学版)*, 40(4), 97-102.
- 陈明(2010). 孔孟仁说异同论. *文史哲*, (3), 107-113.
- 陈西(2009). 《理想国》“正义”观念和《论语》“仁人”思想之比较. *西北农林科技大学学报(社会科学版)*, 9(2), 88-90, 94.
- 冯友兰(1989). 对于孔子所讲的仁的进一步理解和体会. *孔子研究*, (3), 3-4.
- 葛泉语, 李小明, 侯玉波(2021). 孔子思想中的君子人格: 心理学测量的探索. *心理学报*, 53(12), 1321-1334.
- 耿成成(2023). “以仁成人”何以可能——以儒家经典为中心进行考析. *今古文创*, (28), 85-87.
- 何裕民(2010). *中医心理学临床研究*. 人民卫生出版社.
- 江畅(2021). 好人格与好生活. *求索*, (5), 56-64.
- 焦丽颖, 杨颖, 许燕, 高树青, 张和云(2019). 中国人的善与恶: 人格结构与内涵. *心理学报*, 51(10), 1128-1142.
- 彭富春(2009). 孔子的仁爱之道. *武汉大学学报(人文科学版)*, 62(5), 540-545.
- 沈晓阳(2010). 孔子仁学思想的正义论意蕴. *齐鲁学刊*, (2), 5-10.
- 宋传颖, 秦启文, 潘孝富, 李志强(2020). 大学生生活力量表的编制. *中国心理卫生杂志*, 34(3), 212-218.
- 田明杰(2022). 浅析孔子的忠恕之道及其当代价值. *今古文创*, (45), 57-59.
- 王立皓, 汪凤炎(2010). 大学生“仁”观结构研究. *西南大学学报(社会科学版)*, 36(3), 7-12.
- 王文锦(2022). *大学中庸译注(18本)*. 中华书局.
- 徐冬雪(2019). 中医临床心身治疗模式的构建. *中华中医药杂志*, 34(6), 2350-2354.
- 郑杭生, 胡翼鹏(2009). 道之以德, 齐之以礼: 社会运行的理性规范——春秋战国时期儒家社会思想研究. *文史哲*, (2), 70-76.
- 周波(2015). 中西方人格思想的文化比较. *山东师范大学学报(人文社会科学版)*, 60(5), 27-39.
- Faul, F., Erdfelder, E., Buchner, A., & Lang, A. (2009). Statistical Power Analyses Using G*power 3.1: Tests for Correlation and Regression Analyses. *Behavior Research Methods*, 41, 1149-1160. <https://doi.org/10.3758/brm.41.4.1149>

- Ferguson, E. (2013). Personality Is of Central Concern to Understand Health: Towards a Theoretical Model for Health Psychology. *Health Psychology Review, 7*, S32-S70. <https://doi.org/10.1080/17437199.2010.547985>
- Tskhay, K. O., Zhu, R., Zou, C., & Rule, N. O. (2018). Charisma in Everyday Life: Conceptualization and Validation of the General Charisma Inventory. *Journal of Personality and Social Psychology, 114*, 131-152. <https://doi.org/10.1037/pspp0000159>