

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อเกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองของเพศชาย

นายกัณฑ์พัฒน์	เทพินทราภิรักษ์	เลขประจำตัวนิสิต	5337404838
นายพิพัฒน์	ต้นมณี	เลขประจำตัวนิสิต	5337466738
นายศุภกฤต	จันทระประทักษ์	เลขประจำตัวนิสิต	5337495938

โครงการทางจิตวิทยานี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต

สาขาวิชาจิตวิทยา

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ปีการศึกษา 2556

RELATIONSHIP BETWEEN A DRIVE FOR MUSCULARITY AND  
NARCISSISTIC PERSONALITY IN MEN

Mr. Kantapat	Tepintrpirak	5337404838
Mr. Phiphat	Tanmanee	5337466738
Mr. Supakrit	Chantrapratak	5337495938

A Senior Project in Partial Fulfillment of the Requirement  
for the Degree of Bachelor of Science in Psychology  
Faculty of Psychology  
Chulalongkorn University  
Academic Year 2013

หัวข้อโครงการทางจิตวิทยา

ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ  
กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในเพศชาย

โดย

กัณฑ์พัฒน์ เทพินทราภิรักษ์ พิพัฒน์ ตันมณี

สาขาวิชา

ศุภกฤต จันทระประทีป

จิตวิทยา

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก

ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์

นลราชสุวัจน์

คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย อนุมัติให้นับโครงการทางจิตวิทยาฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาบัณฑิต

.....คณบดีคณะจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ศัคนางค์ มณีศรี)

คณะกรรมการสอบโครงการทางจิตวิทยา

.....อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยา

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูพงศ์ ปัญจมะวัต)

.....กรรมการ

(อาจารย์ ดร.อภิษฎา ไชยวุฒิกรณ์วานิช)

นายกัณฑ์พัฒน์ เทพินทราภิรักษ์, นายพิพัฒน์ ตันมณี, นายศุภกฤต จันทระประทีภ :  
ความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อเกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองของเพศชาย (RELATIONSHIP BETWEEN A DRIVE FOR MUSCULARITY AND NARCISSISTIC PERSONALITY IN MEN)

อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก : ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์, 46 หน้า

โครงการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อเกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองของเพศชาย ผู้วิจัยพัฒนามาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อจาก Drive for muscularity Scale ของ DonMcCreary (2013) และได้นำมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเองที่พัฒนาโดยหยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) วันวิสาข์ เอกภรณ์พงษ์ (2551) ธันยธร อนันต์วิโรจน์ (2552) และภาทิพย์ ชันติพงศ์ (2552) มาดัดแปลงให้เหมาะสมกับกลุ่มตัวอย่าง จากนั้นนำมาตรวัดไปเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างเพศชายที่มีอายุระหว่าง 25-45 ปี จำนวน 160 คน

ผลการวิเคราะห์ข้อมูล พบว่าแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อสัมพันธ์และสามารถทำนายการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $\beta = .215, p = <.001, \text{หนึ่งทาง}$ )

สาขาวิชา : .....จิตวิทยา.....ลายมือชื่อนิสิต.....  
ปีการศึกษา : .....2556.....ลายมือชื่อนิสิต.....  
ลายมือชื่อนิสิต.....  
ลายมือชื่อ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการทางจิตวิทยาหลัก.....

# # 5337404838, 5337466738, 5337495938 : MAJOR PSYCHOLOGY

Kantapat Tepintrapirak, Phiphat Tanmanee, Supakrit Chantrapratak

RELATIONSHIP BETWEEN A DRIVE FOR MUSCULARITY AND NARCISSISTIC PERSONALITY IN MEN

SENIOR PROJECT ADVISOR: Assist. Prof. Dr. Kannikar Nolrajsuwat, 46 pp.

The purpose of this research was to examine the relationship between a drive for muscularity and narcissistic personality. Drive for muscularity Scale used in this study developed from Drive for muscularity Scale of DonMcCreary (2013). Narcissistic Personality scale, developed by Yokfah Issaranont (2551) Wanvisa Akekompong (2551) Tanyatorn Anantviroj (2552) and Pakatip Kuntipong (2552) was used after minimal modifying to fit the specific subjects. The data was collected from 160 men, aged 25-45 years.

The result of data analysis revealed that drive for muscularity significantly correlated and predicted narcissistic personality.

$(\beta = .215, p = <.001, \text{one-tailed})$

Field of Study : .....Psychology.....Student's Signature.....

Academic Year : .....2013.....Student's Signature.....

Student's Signature.....

Advisor's Signature .....

## กิตติกรรมประกาศ

รายงานการวิจัยฉบับนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ด้วยความกรุณา ความเอาใจใส่ และเสียสละเวลาอัน มีค่ายิ่ง ของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.กวรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ อาจารย์ที่ปรึกษาโครงการวิจัยผู้ซึ่งให้ความช่วยเหลือ ให้ความรู้ แนะนำแนวทางที่เป็นประโยชน์ด้านต่างๆ รวมถึงให้กำลังใจ และคอยตรวจสอบแก้ไขงานของกลุ่มนิสิต ผู้วิจัยด้วยความปรารถนาดีเสมอมา กลุ่มนิสิตผู้วิจัยรู้สึกซาบซึ้งในความกรุณา และขอกราบขอบพระคุณอย่างสูงไว้ ณ ที่นี้

ขอบคุณผู้ช่วยศาสตราจารย์ ชูพงศ์ ปัญจมะวัต และอาจารย์ ดร.อภิชนา ไชยวุฒิกมรณวณิช ที่ได้ให้ข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการปรับปรุงงานให้ดียิ่งขึ้นและสละเวลามาเป็นกรรมการ

ขอบคุณเพื่อนๆ พี่ๆ น้องๆ คณะจิตวิทยาทุกท่านที่ให้ความช่วยเหลือ ให้คำปรึกษาแก่กลุ่มนิสิตผู้วิจัย ขอขอบคุณผู้ที่มีส่วนให้งานวิจัยนี้สำเร็จลุล่วงลงได้ และขออภัยถึงทุกท่านที่มีได้กล่าวถึงในที่นี้

สุดท้ายนี้กลุ่มผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณ คุณพ่อ คุณแม่ของกลุ่มนิสิตผู้วิจัยที่คอยถามความคืบหน้าด้วยความห่วงใย และคอยให้กำลังใจกลุ่มผู้วิจัยเสมอมา รวมถึงญาติพี่น้องทุกคนในครอบครัวที่ให้ความช่วยเหลือในด้านต่างๆ จนทำให้รายงานการวิจัยฉบับนี้เสร็จสมบูรณ์ได้ในที่สุด กลุ่มผู้วิจัยขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูง

กนต์พัฒน์ เทพินทราภิรักษ์

พิพัฒน์ ตันมณี

ศุภกฤต จันทระประทักษ์

## สารบัญ

	หน้า
บทคัดย่อภาษาไทย.....	ง
บทคัดย่อภาษาอังกฤษ.....	จ
กิตติกรรมประกาศ.....	ฉ
สารบัญ.....	ช
สารบัญตาราง.....	ฌ
สารบัญภาพ.....	ญ
บทที่ 1 บทนำ.....	1
1.1 ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา.....	1
1.2 แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง.....	3
1.2.1 แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ.....	4
1.2.2 บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง.....	5
1.3 วัตถุประสงค์ของการวิจัย.....	8
1.4 สมมติฐานการวิจัย.....	9
1.5 ขอบเขตของการวิจัย.....	9
1.6 ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	9
1.7 คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย.....	10
1.8 ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ.....	11
บทที่ 2 วิธีดำเนินการวิจัย.....	12
2.1 กลุ่มตัวอย่าง.....	12
2.2 ลักษณะทางประชากรศาสตร์.....	12
2.3 เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย.....	13
2.4 วิธีดำเนินการวิจัย.....	18
2.5 การวิเคราะห์ข้อมูล.....	19

บทที่ 3 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล.....	20
3.1 การทดสอบสถิติเบื้องต้น.....	20
3.2 การทดสอบสมมติฐาน.....	23
บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย.....	28
บทที่ 5 สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ.....	30
ข้อเสนอแนะ.....	32
รายการอ้างอิง.....	33
ภาคผนวก.....	35
ภาคผนวก ก.....	36
ภาคผนวก ข.....	41



## สารบัญตาราง

ตารางที่	หน้า
1. จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัยจำแนกตามอายุ สถานะ และจำนวนครั้งการออกกำลังกายในรอบ 1 สัปดาห์	13
2. จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองที่ใช้กับกลุ่มตัวอย่าง..... พัฒนามาตรวัด จำแนกตามองค์ประกอบ	16
3. จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองที่ใช้กับผู้ร่วมการวิจัย.....	17
4. คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัว.....	21
5. ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย.....	22
6. ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ..... กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง	23
7. ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM)..... กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR)	24
8. ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM)..... กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR)	25
9. ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM)..... กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN)	26
10. ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM)..... กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP)	27

## สารบัญภาพ

ภาพที่	หน้า
1. อิทธิพลของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง.....	23
2. อิทธิพลของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง.....	24
ด้านการแสดงอำนาจ (AR)	
3. อิทธิพลของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง.....	25
ด้านความเหนือกว่า (SR)	
4. อิทธิพลของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง.....	26
ด้านความทะนงตน (VN)	
5. อิทธิพลของแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง.....	27
ด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP)	

## บทที่ 1 บทนำ

### ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา

บุคลิกภาพ คือสิ่งที่สะท้อนถึงความเป็นตัวตนของแต่ละบุคคล บุคลิกภาพของแต่ละบุคคลได้รับอิทธิพลมาจากปัจจัยด้านพันธุกรรม จากปัจจัยด้านประสบการณ์การเลี้ยงดูจากครอบครัว และปัจจัยทางด้านสังคม หลอมรวมกันกลายเป็นบุคลิกภาพ (ยงยุทธ เดิมศรีเจริญพร, 2550)

คู่มือการวินิจฉัยและสถิติของความผิดปกติทางจิตฉบับที่ 4 ให้คำนิยามบุคลิกภาพผิดปกติไว้ว่า หมายถึง ภาวะความผิดปกติทางจิตที่มีองค์ประกอบหลายอย่างร่วมกัน ซึ่งส่งผลและมีบทบาทต่อชีวิตคนไม่มากนักน้อย บุคลิกภาพผิดปกติมีลักษณะที่ค่อนข้างคงทนไม่เปลี่ยนแปลงแตกต่างจากความผิดปกติรูปแบบอื่น หนึ่งในบุคลิกภาพผิดปกติคือ บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (Narcissism)

ในปี 2547 ได้มีการศึกษาเกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (Narcissism) โดยพรสวรรค์ ต้นโชติศรีนนท์ ซึ่งระบุว่าในคู่มือการวินิจฉัยและสถิติของความผิดปกติทางจิตฉบับที่ 4 (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-IV) ได้นิยามความหมายของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองไว้ดังนี้ มีความรู้สึกถึงความสำคัญของตนเองอย่างเกินจริง หมกมุ่นเกี่ยวกับความพ้อฝันอย่างไม่มีขอบเขตในเรื่องของการประสบความสำเร็จ อำนาจ ความรุ่งโรจน์ ความงาม หรือความรักในอุดมคติ มีความเชื่อว่าตนเป็นคนพิเศษ ต้องการการชื่นชมจากผู้อื่นมากเกินปกติ เชื่อว่าตนสมควรได้รับมากกว่าที่เป็นอยู่ และมากกว่าผู้อื่น เห็นแก่ตัว มุ่งเอาเปรียบเพื่อให้ตนประสบความสำเร็จ ขาดอารมณ์ร่วม ความเห็นอกเห็นใจ อิจฉาผู้อื่น และคิดว่าผู้อื่นอิจฉาตน และหยิ่งยโส อดดี ถือตัว ซึ่งหากกล่าวตามนี้ จะเห็นได้ว่าบุคลิกภาพแบบหลงตนเองเป็นบุคลิกภาพผิดปกติที่มีผลกระทบอย่างมากต่อการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น รวมไปถึงในด้านการพัฒนาสัมพันธภาพ

ในขณะที่บุคลิกภาพแบบหลงตนเองในทางจิตวิทยาคลินิกนั้นให้คำนิยามไปในเชิงลบ เช่น หยิ่งยโส ทะนงตน เจ้ากี้เจ้าการ และต้องการการชื่นชมจากผู้อื่น บุคลิกภาพแบบหลงตนเองในทางจิตวิทยาบุคลิกภาพมองว่าเป็นบุคลิกภาพปกติและเอนเอียงไปในทางที่ก่อให้เกิดประโยชน์ในแง่ของการเป็นผู้นำ ลักษณะความเปิดเผย เป็นต้น (Dionne, 2012) ในแง่มุมของงานวิจัยนี้ บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง หมายถึงความผิดปกติทางด้านบุคลิกภาพซึ่งอ้างอิงในทางจิตวิทยาคลินิก

Raskin และ Hall (1979 อ้างถึงใน หยกฟ้า อิศรานนท์, 2551) ได้จำแนกบุคลิกภาพแบบหลงตนเองออกเป็น 7 องค์ประกอบ ได้แก่ การแสดงอำนาจ (authority) การชอบแสดงออก (exhibitionism) ความ

เหนือกว่า (superiority) ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (entitlement) การแสวงหาผลประโยชน์ (exploitiveness) ความสามารถในการพึ่งตนเอง (self-sufficiency) และความทะนงตน (vanity)

นอกเหนือไปจากนั้น คนที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองยังมีความสัมพันธ์ทางบวกกับตัวแปรอื่นๆที่เกี่ยวข้องกับอัตมโนทัศน์หลายๆตัว เช่น การเพิ่มคุณค่าให้กับตนเอง การนับถือตนเอง เป็นต้น (อ้างถึงในพรสวรรค์ ดันโชติศรีนนท์, 2547)

จากการพิจารณาถึงรูปแบบพฤติกรรมและแนวคิดของผู้ที่มีบุคลิกภาพผิดปกติแบบหลงตนเองนำไปสู่การศึกษาถึงความสัมพันธ์ของการส่งเสริมรูปลักษณ์ตัวตน และหนึ่งในวิธีนั้นคือการมีแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM) (Morrison, Morrison, Hopkins และ Rowan, 2004)

ในยุคปัจจุบัน สังคมตะวันตกมีการประเมินคุณค่าความสวยงามหรือความน่าดึงดูดของรูปร่างโดยใช้แนวทางการวัดแรงจูงใจในความผอมของผู้หญิง (Drive for thinness; DT) และ แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย (Drive for Muscularity; DM) ในขณะที่เรื่องของความต้องการในผู้ชายส่วนใหญ่ต่อการมีมวลกล้ามเนื้อที่เพิ่มมากขึ้นนั้นค่อนข้างจะเป็นเรื่องที่ชัดเจน (McCreary & Sasse, 2000) แต่เรื่องของการศึกษาโครงสร้างของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย (Drive for Muscularity; DM) นั้นกลับไม่กว้างขวางเท่ากับแรงจูงใจในความผอมของผู้หญิง (Drive for thinness; DT) เหตุเพราะเรื่องของการศึกษาแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชายค่อนข้างจะใหม่และเน้นหนักไปที่การวัดบุคลิกลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจประเภทนี้ มากกว่าปัจจัยที่ผลักดันให้เกิดแรงจูงใจนี้ (Davis, Karvinen, McCreary, 2005) ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้เน้นหนักไปในด้านของการวัดบุคลิกลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย (Drive for Muscularity; DM)

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย (Drive for Muscularity; DM) ในวัยรุ่นผู้ชาย มักจะมีสูงในผู้ที่มีความพึงพอใจในตนเองต่ำและมีอาการต่างๆของโรคซึมเศร้ารวมอยู่ด้วย (McCreary & Sasse, 2000) โดยงานวิจัยของ Pope และคณะ (2000) แสดงให้เห็นว่าเมื่อเปรียบเทียบมวลกล้ามเนื้อจริงกับมวลกล้ามเนื้อตนเองที่บุคคลรับรู้ บุคคลมักจะประเมินตนเองต่ำกว่ามวลกล้ามเนื้อที่ตนมีอยู่จริงๆอย่างมีนัยสำคัญ นอกเหนือไปจากนั้น สาเหตุที่การมีกล้ามเนื้อเป็นสิ่งสำคัญต่อผู้ชาย เพราะว่าการมีกล้ามเนื้อนั้นเชื่อมโยงกับการรับรู้ความเป็นชายหรือกล่าวอีกนัยหนึ่งว่า ยิ่งมีกล้ามเนื้อมากเท่าไร ยิ่งเป็นชายมากขึ้นเท่านั้น (อ้างถึงใน Grogan & Richards, 2002)

ในงานวิจัยของบริบทตะวันตก ได้ทำการศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อโดยเชื่อมโยงลักษณะทั้งสองเข้าด้วยกันจากลักษณะของความพึงพอใจในตนเองต่ำ ดังเช่นในงานวิจัยของ Davis, Karvinen และ McCreary (2005) ที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่าง

บุคลิกภาพแบบต่างๆ เช่น บุคลิกภาพแบบหัวนั้ไหว บุคลิกภาพแบบมุ่งความสมบูรณ์แบบ บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง เป็นต้น กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย โดยจากการศึกษาพบว่ารูปแบบบุคลิกภาพต่างๆมีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ ยกเว้นบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

จากงานวิจัยนี้ได้นำไปสู่การต่อยอดทางการศึกษาเพิ่มเติมขององค์ประกอบบางชนิดซึ่งเป็นองค์ประกอบย่อยของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ ซึ่งพบความสัมพันธ์ของตัวแปรทั้งสองเช่น การศึกษา ของ Morrison, Morrison, Hopkins และ Rowan (2004) เรื่องความเกี่ยวข้องกันของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM) กับความทะนงตน (Vanity) ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองตามการจำแนกของ Raskin และ Hall (1979 อ้างถึงใน หยกฟ้า อิศรานนท์, 2551) โดยจากการศึกษาดังกล่าวผลพบว่าค่าความทะนงตน (Vanity) มีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM) อย่างมีนัยสำคัญที่ .74 เป็นต้น

อย่างไรก็ตามงานวิจัยที่ศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อยังไม่มีในบริบทของตะวันตก ผู้วิจัยจึงสนใจว่าในบริบทสังคมตะวันตกนั้น ผู้ที่มีแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อจะมีความเกี่ยวข้องกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองเช่นเดียวกันกับในบริบทของสังคมตะวันตกหรือไม่ เนื่องจากบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง เป็นบุคลิกภาพผิดปกติที่มีผลกระทบอย่างมากต่อการใช้ชีวิตอยู่ร่วมกับผู้อื่น อีกทั้งเพื่อความชัดเจนในการสนับสนุนผลการวิจัยก่อนหน้าและเพื่อเพิ่มความเข้าใจต่อการศึกษาการวัดบุคลิกลักษณะของผู้ที่มีแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย (Drive for Muscularity; DM) เพื่อเป็นประโยชน์ต่องานวิจัยอื่นๆต่อไป

### **แนวคิด ทฤษฎี และงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง**

แนวคิดและทฤษฎีที่เกี่ยวข้องในงานวิจัยนี้ได้แก่ แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อและบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ทั้ง 8 ข้อ ได้แก่ การแสดงอำนาจ (authority) การชอบแสดงออก (exhibitionism) ความเหนือกว่า (superiority) ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (entitlement) การแสวงหาผลประโยชน์ (exploitiveness) ความสามารถในการพึ่งตนเอง (self-sufficiency) ความทะนงตน (vanity) และหัวนั้ไหวมากเกินไป (hypersensitivity)

## แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM)

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ หรือ Drive for Muscularity; DM หมายความว่า ขอบเขตความต้องการของบุคคลที่จะมีรูปร่างของกล้ามเนื้อในอุดมคติของตนและแสดงออกด้วยความตั้งใจเพื่อให้เกิดความเป็นไปได้ที่สุดในการมีกล้ามเนื้อที่เพิ่มมากขึ้น (McCreary, 2012)

นักมนุษยวิทยาได้แบ่งโครงสร้างร่างกายของคนเราเป็น 3 ประเภท คือ รูปแบบ Ectomorph Mesomorph และ Endomorph

รูปร่างแบบ Ectomorph เปรียบได้ง่ายๆ คือคนที่ผอมแห้ง คนที่มีรูปร่างลักษณะนี้จะมีระบบเผาผลาญที่ดีมาก แต่จะสร้างกล้ามเนื้อได้ยากเช่นกัน

รูปร่างแบบ Mesomorph หรือรูปแบบกล้ามเนื้อของนักกีฬา กล้ามเนื้อจะเป็นมัดๆ ได้สัดส่วน รูปร่างแข็งแรง เป็นรูปร่างของนักกีฬา

รูปร่างแบบ Endomorph เป็นรูปแบบที่มีกล้ามเนื้อแข็งแรงเช่นเดียวกัน แต่จะมีสัดส่วนของไขมันในกล้ามเนื้อที่เยอะตามไปด้วย จึงทำให้ดูอ้วนหรือหนา

รูปร่างแบบ Mesomorph จึงเป็นรูปแบบของรูปร่างในอุดมคติที่ผลักดันแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ หรือ Drive for Muscularity; DM (Davis, Karvinen, McCreary, 2005)

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย (Drive for Muscularity; DM) มักจะมีสูงในผู้ที่มีความพึงพอใจในตนต่ำ และมีอาการต่างๆ ของโรคซึมเศร้ารวมอยู่ด้วย (McCreary & Sasse, 2000) โดยงานวิจัยของ Pope และคณะ (2000) แสดงให้เห็นว่าเมื่อเปรียบเทียบมวลกล้ามเนื้อจริงกับมวลกล้ามเนื้อตนเองที่บุคคลรับรู้ บุคคลมักจะประเมินตนเองต่ำกว่ามวลกล้ามเนื้อที่ตนมีอยู่จริงอย่างมีนัยสำคัญ

โดยส่วนมากการตัดสินใจ หรือบ่งบอกว่าบุคคลใดบุคคลหนึ่งมีลักษณะบุคลิกภาพในแบบใด มักจะใช้วิธีการสังเกตสิ่งที่คนเหล่านั้นได้แสดงออกมา ไม่ว่าจะเป็นในด้านความคิด การกระทำ การพูดจา วิถีชีวิต หรือกิจกรรมความสนใจ เพราะบุคลิกภาพ เป็นลักษณะที่เฉพาะของแต่ละบุคคลที่บ่งบอกถึงความแตกต่าง (เกรียงศักดิ์ ผิวสุข, 2550) ซึ่งจากข้อมูลเหล่านี้ ก่อให้เกิดแนวความคิดว่าการที่บุคคลมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง จะส่งผลทำให้บุคคลมีแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อด้วย (Davis, Karvinen, McCreary, 2005) เนื่องจากผู้ที่มีแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ มักจะเป็นผู้ที่ให้ความใส่ใจกับรูปร่างของตนเอง และการให้ความสำคัญกับการรับรู้ภาพลักษณ์ตนเองจากบุคคลอื่น ซึ่งมีลักษณะที่สอดคล้องกับผู้ที่มิบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ได้แก่ การมีความมั่นใจในตนเองสูง การมีความลุ่มหลงในตนเอง เป็นต้น

อย่างไรก็ตาม เรื่องของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ หรือ Drive for Muscularity; DM ยังมีผู้ที่หยิบยกขึ้นมาพูดถึงหรือทำการศึกษาบ่อยอยู่ในปัจจุบัน ซึ่งงานวิจัยที่มีเป็นของชาวตะวันตกทั้งหมด อาทิ

Personality correlates of a drive for muscularity in young men. (Davis, Karvinen, McCreary, 2005)  
 The Drive for Muscularity and Masculinity: Testing the Associations Among Gender-Role Traits,  
 Behaviors, Attitudes, and Conflict. (McCreary, Saucier, Courtenay, 2005) Body image, eating  
 disorders, and the drive for muscularity in gay and heterosexual men: The influence of media  
 images (Duggan, McCreary, 2004) เป็นต้น

แต่หากกล่าวในบริบทของชาวตะวันตก ยังไม่พบงานวิจัยในเรื่องนี้ จึงเป็นเรื่องที่ต้องศึกษาและ  
 ค้นคว้าเพิ่มเติมต่อไป

### บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (Narcissism)

บุคลิกภาพแบบหลงตนเองในทางจิตวิทยาถูกจัดว่าเป็นผู้ที่มีความผิดปกติทางจิต (อ้างถึงใน ผกาทิพย์  
 ชันติพงษ์, 2552) มีความยากลำบากในการอยู่ร่วมกับผู้อื่น ด้วยเหตุนี้ การศึกษาในเรื่องบุคลิกภาพ  
 แบบหลงตนเอง มักเกิดขึ้นในทางการแพทย์หรือในทางจิตวิทยาคลินิกเป็นส่วนมาก โดยสมาคมจิตแพทย์  
 อเมริกัน (American Psychiatric Association, 1994 อ้างถึงใน ผกาทิพย์ ชันติพงษ์, 2552) ระบุเรื่องความ  
 ผิดปกติทางจิตด้านบุคลิกภาพแบบหลงตนเองจากคู่มือการวินิจฉัยและสถิติของความผิดปกติทางจิตฉบับที่ 4  
 (The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM-IV) ไว้ 9 ประการ ดังนี้

1. รู้สึกว่าตนสำคัญเกินความเป็นจริง คิดว่าตนเหนือกว่าผู้อื่น
2. ถูกครอบงำในสิ่งเพื่อตนอย่างไม่มีที่สิ้นสุดในด้านความสำเร็จ ด้านอำนาจ ความฉลาด ความ  
 สวยงาม ความรัก

3. มีความคิดว่าตนพิเศษต่างจากผู้อื่น
4. ต้องการคำชมมากเกินขอบเขต
5. รู้สึกถึงสิทธิประโยชน์ที่ตนควรได้รับมากเกินพอดี
6. หวังประโยชน์จากผู้อื่น
7. ไม่มีความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น
8. อิจฉาริษยาผู้อื่นและคิดว่าผู้อื่นมีความคิดต่อตนเช่นกัน
9. มีพฤติกรรมและเจตคติเย่อหยิ่ง

บุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสาเหตุอย่างหนึ่งมาจากการขาดความรักความอบอุ่นจากครอบครัวใน  
 วัยเด็ก จึงมุ่งเน้นความสำคัญให้แก่ตนเองมาก เพื่อให้ตนเองรู้สึกถึงคุณค่าของตน ด้วยเหตุนี้ บุคคลที่มี

บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง มักเป็นคนที่ให้ความสำคัญกับอัตมโนทัศน์ต่อตนเองมากเกินไปจนจริง ชอบได้รับการเอาใจ มักไม่ใส่ใจความรู้สึกผู้อื่น ต้องการการชื่นชม และขาดความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมาก

(Campbell 1999 อ้างถึงใน พรสวรรค์ ดันโชติศรีนนท์, 2547)

เด็กเช่นเดียวกับ Kenberg (1974 อ้างถึงใน พรสวรรค์ ดันโชติศรีนนท์, 2547) ซึ่งเสนอไว้ว่า บุคคลที่ไม่ได้รับความรักจากพ่อแม่หรือผู้เลี้ยงดูที่พอเพียงก่อนอายุ 3 ขวบ ส่งผลให้บุคคลนั้นมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองเพื่อเป็นกลไกการป้องกันตนจากความรู้สึกของการถูกทอดทิ้งและปกปิดความโกรธแค้นจากความรู้สึกนั้น โดยกลไกของการป้องกันตนจากความรู้สึกของการถูกทอดทิ้งและปกปิดความโกรธแค้นจากความรู้สึกนั้น

Campbell, Bosson, Goheen, Lakey, และ Kernis (2007 อ้างถึงใน หยกฟ้า อิศรานนท์, 2551) ให้คำนิยามบุคลิกภาพแบบหลงตนเองไว้ว่า การมีอัตมโนทัศน์ที่เกินความเป็นจริงและขาดความใกล้ชิดในความสัมพันธ์กับบุคคลอื่นๆ โดยขณะที่ Wallace และ Baumeister (2002 อ้างถึงใน หยกฟ้า อิศรานนท์, 2551) กล่าวว่า ผู้ที่มีบุคลิกภาพหลงตนเองมักให้ความสำคัญกับตนเองและเอกลักษณ์จำเพาะตนเองสูงเกินความเป็นจริง หยิ่งยโส ต้องการสิ่งต่างๆ มากเกินสิ่งที่ควรได้รับ ขาดความเห็นอกเห็นใจผู้อื่น และต้องการคำสรรเสริญเยินยอจากผู้อื่น

Bushman & Baumeister (1998 อ้างถึงใน ผกาทิพย์ ชันติพงศ์, 2552) กล่าวถึงลักษณะสำคัญของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองว่า เป็นบุคคลที่มีแนวโน้มที่จะรักตนเองมากเกินไป มีการเห็นคุณค่าในตนเองที่ไม่มั่นคง ไม่เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาตนเองเป็นศูนย์กลางในความสนใจและความรัก รวมไปถึงรู้สึกว่าจะควรจะได้รับคำชมจากผู้อื่น

Freud (1914 อ้างถึงใน พิมพ์พลอย อึ้ง, 2551) เสนอทฤษฎีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองว่าเกิดจากสัญชาตญาณทางเพศและอิทธิพลจากพ่อแม่ Freud ได้จำแนกคนออกเป็น 2 ประเภท ดังนี้

#### 1. ประเภทที่มีความผูกพันกับผู้อื่น (anaclitic type individuals)

มักแสดงความรักต่อผู้อื่น

#### 2. ประเภทที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (narcissistic type individuals)

มักแสดงความรักต่อตนเอง โดยคนที่เป็นที่รักของคนประเภทนี้เป็นแค่เครื่องหมายของการแสดงว่า

- 1) ตัวเขาเองเป็นใคร
- 2) ตัวเขาเองเคยเป็นใคร
- 3) ตัวเขาเองอยากเป็นใคร
- 4) บุคคลอันเป็นที่รักคือใครบางคนที่เคยเป็นส่วนหนึ่งของเขา

ทั้งหมดนี้แสดงให้เห็นถึงการมุ่งแต่ตนเองและไม่อยากผูกมัดกับผู้อื่น



Raskin และ Hall (1979 อ้างถึงใน หยกฟ้า อิศรานนท์, 2551) ได้พัฒนาเครื่องมือวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง โดยแบ่งออกเป็น 7 องค์ประกอบ ได้แก่

1. การแสดงอำนาจ (authority)
2. การชอบแสดงออก (exhibitionism)
3. ความเหนือกว่า (superiority)
4. ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (entitlement)
5. การแสวงหาผลประโยชน์ (exploitiveness)
6. ความสามารถในการพึ่งตนเอง (self-sufficiency)
7. ความทะนงตน (vanity)

สรุปได้ว่า ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง คือ ผู้ที่ชอบแสดงอำนาจ ชอบที่จะแสดงออก มีความต้องการเหนือกว่าผู้อื่นเสมอ ไม่พอใจสิ่งที่มีอยู่หรือต้องการได้สิ่งต่าง ๆ มากกว่าที่ตนได้รับ แสวงหาผลประโยชน์จากผู้อื่น ไม่คิดพึ่งพาใครเพราะคิดว่าสามารถทำทุกสิ่งได้ด้วยตนเอง และหยิ่งทะนงตน

เป็นที่น่าสังเกตว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 7 องค์ประกอบที่กล่าวไปนั้น แสดงให้เห็นถึงการมุ่งตนและเห็นแก่ประโยชน์ของตนอย่างชัดเจน แต่มีได้อ้างอิงถึงความรู้สึกอ่อนไหวทางอารมณ์ที่มากเกินไป (Hypersensitivity) แต่อย่างไรก็ตาม ซึ่งความรู้สึกอ่อนไหวทางอารมณ์ที่มากเกินไปถือได้ว่าเป็นลักษณะสำคัญที่ชัดเจนอีกประการของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

โดย Wink (1991 อ้างถึงใน หยกฟ้า อิศรานนท์, 2551) ได้เรียกลักษณะของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 7 องค์ประกอบที่กล่าวไปนั้นว่าเป็น บุคลิกภาพแบบหลงตนเองแบบเปิดเผย (overt narcissism) ซึ่งลักษณะสำคัญของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองแบบเปิดเผยนั้น ได้แก่ การมีความมั่นใจสูง ก้าวร้าวและต้องการคำชมจากผู้อื่นอยู่ตลอดเวลา

บุคลิกภาพที่กล่าวไปข้างต้น มิได้อ้างอิงบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านที่ 8 คือ การหวั่นไหวมากเกินไป (hypersensitivity) ซึ่งเป็นลักษณะสำคัญอีกประการ เราเรียกองค์ประกอบข้อนี้ว่า บุคลิกภาพหลงตนเองแบบปิด (covert narcissism) ซึ่งบุคลิกภาพทั้งสองแบบนี้มีความแตกต่างกัน กล่าวคือ บุคลิกภาพแบบหลงตนเองแบบเปิดเผย (overt narcissism) มักจะเปิดเผย (extraversion) ชอบแสดงออกถึงอำนาจ อิศระ เชื้อมั่น มักจะมีความก้าวร้าว ชอบเป็นจุดสนใจ ยึดตนเป็นศูนย์กลาง ในขณะที่บุคลิกภาพหลงตนเองแบบปิด (covert narcissism) มักปิดตัวจากการใช้ชีวิตเชิงสังคม (introversion) ปกป้องตนเอง อ่อนไหว ขาดความมั่นใจ รู้สึกไม่พึงพอใจในตนเอง โดยที่ผู้ที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองแบบเปิดเผย (overt narcissism) จะเห็นคุณค่าในตนสูงและมีสุขภาวะทางจิตที่ดีกว่า (Rose, 2002 อ้างถึงใน สุธาสินี ใจสมิทธิ์, 2553)

## ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบหลงตนเองกับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ

บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง คือ บุคลิกภาพของบุคคลที่ชอบแสดงอำนาจ ชอบแสดงออก มีความต้องการเหนือกว่าผู้อื่น ไม่พอใจสิ่งที่มีอยู่หรือต้องการได้สิ่งต่าง ๆ มากกว่าที่ตนได้รับ แสวงหาผลประโยชน์จากผู้อื่น อิจฉาริษยา ไม่คิดพึ่งพาใครเพราะคิดว่าสามารถทำทุกสิ่งได้ด้วยตนเอง และหยิ่งทะนงตน นอกเหนือไปจากนั้นแล้วยังเป็นผู้ที่มักไม่เห็นคุณค่าในตนอย่างแท้จริง

ในความคล้ายคลึงกัน แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย (Drive for Muscularity; DM) มักจะมีสูงในผู้ที่มีความพึงพอใจในตนเองต่ำและมีอาการต่างๆของโรคซึมเศร้ารวมอยู่ด้วย (McCreary & Sasse, 2000)

งานวิจัยของ Morrison, Morrison, Hopkins และ Rowan (2004) เรื่องความเกี่ยวข้องกันของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM) กับความทะนงตน (Vanity) ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ได้ตั้งสมมติฐานถึงความเป็นไปได้ที่องค์ประกอบทั้งสองจะมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญในเรื่องของความพึงพอใจในตนเองต่ำและมีอาการต่างๆของโรคซึมเศร้า

นอกเหนือไปจากงานวิจัยข้างต้นแล้ว ยังมีงานวิจัยของ Davis, Karvinen, McCreary, 2005 ได้ยกเรื่องเกี่ยวกับความเกี่ยวข้องกันของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบต่างๆ เช่น บุคลิกภาพแบบขี้กังวล บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ให้นำเสนอว่าน่าจะมีการเชื่อมโยงกันในเรื่องของความพึงพอใจในตนเองเช่นกัน

## วัตถุประสงค์ของการวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ และ บุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 8 องค์ประกอบ

### สมมติฐานการวิจัย

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ มีความสัมพันธ์แบบมีนัยสำคัญกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ตามองค์ประกอบทั้ง 8 ข้อโดยรวม อันประกอบไปด้วย

1. การแสดงอำนาจ (authority)
2. การชอบแสดงออก (exhibitionism)
3. ความเหนือกว่า (superiority)
4. ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (entitlement)
5. การแสวงหาผลประโยชน์ (exploitiveness)
6. ความสามารถในการพึ่งตนเอง (self-sufficiency)
7. ความทะนงตน (vanity)
8. หวุ่นไหว่มากเกินกว่าปกติ (hypersensitivity)

### ขอบเขตของการวิจัย

1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัยครั้งนี้เป็นผู้ชายที่ออกกำลังกายในฟิตเนส อายุ 25-45 ปี จำนวน 160 คน
2. งานวิจัยนี้เป็นงานวิจัยเชิงสำรวจ

### ตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

1. บุคลิกภาพแบบหลงตนเองเป็นตัวแปรต้น
2. แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อเป็นตัวแปรตาม

## คำจำกัดความที่ใช้ในการวิจัย

### แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM)

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ คือ ความต้องการหรือการมีแรงจูงใจ ซึ่งโดยปกติพบมากในเพศชายที่มีรูปร่างแบบ Mesomorph หรือการมีรูปร่างของร่างกายที่มีลักษณะโครงสร้างกระดูกที่ใหญ่ลำสัน มีรูปร่างแบบนักกีฬาโดยกำเนิด เป็นโครงสร้างร่างกายที่ดีที่สุดสำหรับการเพาะกาย ในงานวิจัยนี้หมายถึงคะแนนที่ได้จากมาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อที่ผู้วิจัยได้พัฒนาขึ้นจาก Drive for Muscularity Scale (DonMcCreary, 2013)

### บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (Narcissistic Personality)

บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง หมายถึงบุคลิกภาพที่มีแนวโน้มที่จะรักตนเองมากเกินไป มีการเห็นคุณค่าในตนเองที่ไม่มั่นคง ไม่เห็นอกเห็นใจผู้อื่น เอาตนเองเป็นศูนย์กลางในความสนใจและความรัก รวมไปถึงรู้สึกว่าจะได้รับคำชมจากผู้อื่น บุคลิกภาพแบบหลงตนเองจำแนกเป็นองค์ประกอบต่อไปนี้

1. การแสดงอำนาจ (authority)
2. การชอบแสดงออก (exhibitionism)
3. ความเหนือกว่า (superiority)
4. ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (entitlement)
5. การแสวงหาผลประโยชน์ (exploitativeness)
6. ความสามารถในการพึ่งตนเอง (self-sufficiency)
7. ความทะนงตน (vanity)
8. หวั่นไหวมากเกินไป (hypersensitivity)

ในการวิจัยนี้หมายถึงคะแนนที่ได้จากการตอบมาตราวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองที่พัฒนาโดยหยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) วันวิสาข์ เอกภรณ์พงษ์ (2551) ธันยธร ชนันต์วิโรจน์ (2552) และภกาทิพย์ ชันติพงศ์ (2552)

### ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ

1. ได้ทราบถึงผลของความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 8 องค์ประกอบ
2. ได้พัฒนามาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM) และมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเองให้มีประสิทธิภาพและสอดคล้องกัน เพื่อเป็นประโยชน์ต่อการศึกษาวิจัยในอนาคต

## บทที่ 2

### วิธีดำเนินการวิจัย

การวิจัยนี้ เป็นการวิจัยเชิงสหสัมพันธ์ (Correlational study) โดยมีจุดมุ่งหมายเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างการมีแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในเพศชาย ซึ่งมีวิธีการดำเนินการศึกษาดังนี้

#### กลุ่มตัวอย่าง

ผู้วิจัยได้แบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็น 2 กลุ่ม ดังนี้

##### 1. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนามาตรวัด

คณะผู้วิจัยทำการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างจากการแจกแบบสอบถามให้แก่บุคคลที่ออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อในสถานออกกำลังกายแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร เพศชาย อายุระหว่าง 25-45 ปี จำนวน 75 คน

##### 2. กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย

กลุ่มตัวอย่างประกอบด้วย บุคคลที่มาออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อในสถานออกกำลังกายในสถานออกกำลังกายแห่งหนึ่งในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นประชากรเพศชาย อายุระหว่าง 25-45 ปี ที่ไม่ใช่กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในการพัฒนามาตรวัด จำนวน 160 คน

#### ลักษณะทางประชากรศาสตร์

ผู้ร่วมการวิจัยจำนวน 160 คน ซึ่งทั้งหมดเป็นเพศชาย และมีอายุเฉลี่ย 30 ปี และมีส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของอายุเฉลี่ยเท่ากับ 4.3 ปี ผู้ร่วมการวิจัยส่วนใหญ่มีจำนวนครั้งการออกกำลังกายในรอบ 1 สัปดาห์ 1-2 ครั้ง จำนวน 104 คน คิดเป็นร้อยละ 65 รองลงมา มีการออกกำลังกาย 3-4 ครั้งต่อสัปดาห์ จำนวน 52 คน คิดเป็นร้อยละ 32.5 และที่เหลือมีการออกกำลังกาย 5 ครั้งขึ้นไปต่อสัปดาห์ จำนวน 4 คน คิดเป็นร้อยละ 2.5

## ตารางที่ 1

จำนวนและร้อยละของตัวอย่างที่ใช้ในการวิจัย จำแนกตามอายุ สถานะ และจำนวนครั้งการออกกำลังกายใน  
รอบ 1 สัปดาห์ (n=160)

รายการ		จำนวน	ร้อยละ
อายุ	25-30 ปี	108	67.5
	31-35 ปี	36	22.4
	36-40 ปี	12	7.6
	41-45 ปี	4	2.5
สถานภาพ	โสด	128	80
	สมรส	32	20
จำนวนครั้งใน	1-2 ครั้งต่อสัปดาห์	104	65
การออกกำลังกาย	3-4 ครั้งต่อสัปดาห์	52	32.5
กาย	5 ครั้งขึ้นไปต่อสัปดาห์	4	2.5

## เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัยครั้งนี้ แบ่งเป็น 3 ส่วน ได้แก่  
 ส่วนที่ 1 แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป  
 ส่วนที่ 2 มาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ  
 ส่วนที่ 3 มาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

## ขั้นตอนการสร้างเครื่องมือ

### 1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

เป็นเครื่องมือที่ใช้แสดงข้อมูลทั่วไปที่ตรงกับความเป็นจริงของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 3 ส่วน ได้แก่ อายุ อาชีพ และจำนวนครั้งที่ออกกำลังกายในรอบ 1 สัปดาห์

### 2. มาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ

มาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อที่คณะผู้วิจัยใช้ในการวิจัยครั้งนี้พัฒนามาจาก Drive for Muscularity Scale (DonMcCreary, 2013) ซึ่งเป็นมาตรวัดความต้องการเสริมสร้างกล้ามเนื้อโดยมาตรวัดนี้เป็นมาตรแบบประเมินค่า (Likert Scale) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 15 ข้อ และมีการแบ่งระดับการให้คำตอบ 6 ระดับ ได้แก่

- ระดับ 1 = ไม่เคยมีพฤติกรรมหรือความคิดนี้เลย
- ระดับ 2 = แทบจะไม่มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้
- ระดับ 3 = มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้ในบางครั้ง
- ระดับ 4 = มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้ค่อนข้างบ่อยครั้ง
- ระดับ 5 = มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้บ่อยครั้ง
- ระดับ 6 = มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้อย่างสม่ำเสมอ

ในการวิจัยครั้งนี้คณะผู้วิจัยมีความเห็นว่าเป็นงานวิจัยที่ทำการสำรวจกับประชากรชาวไทย จึงได้ดำเนินการปรับปรุงมาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้มีความชัดเจน และความเหมาะสมกับบริบทสังคมไทยเพิ่มมากขึ้น โดยคณะผู้วิจัยได้จัดทำมาตรขึ้นใหม่ โดยทำการแปลมาตรวัด Drive for Muscularity Scale จากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย จากนั้นได้นำมาตรวัดที่ทำการแปลภาษาแล้วไปให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ 2 ท่าน ได้แก่ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร.กรรณิการ์ นลราชสุวัจน์ และอาจารย์ ดร. อภิชนา ไชยวุฒิกรรณวานิช ทำการพิจารณาความตรงตามเนื้อหา หลังจากได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว คณะผู้วิจัยจึงนำมาตรวัดนี้ไปใช้ในการเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างบุคคลที่ออกกำลังกายแบบเสริมสร้างกล้ามเนื้อ อายุ 25-45 ปี เพศชาย จำนวน 75 คน โดยมาตรนี้มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .89



### 3. มาตรการวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

มาตรการวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีหลากหลายมาตร แต่มาตรที่ผู้วิจัยนำมาใช้นั้นริเริ่มพัฒนาโครงสร้างมาจากมาตรวัดของ The Narcissistic Personality Inventory (NPI) ของ Raskin และ Terry (1988) โดยมีทั้งหมด 7 องค์ประกอบ ได้แก่ การแสดงอำนาจ การชอบแสดงออก ความเหนือกว่า ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ การแสวงหาผลประโยชน์ ความสามารถในการพึ่งตนเอง และความทะนงตน โดยอยู่ภายใต้การดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์มงคล มณีศรี ที่คอยตรวจสอบดูแลความถูกต้องทางเนื้อหาและภาษา มาโดยตลอด จากนั้นพรสวรรค์ ต้นโชติศรีนนท์และคณะในปี 2547 ได้ปรับข้อคำถามเป็นภาษาไทย และสร้างข้อกระทงเพิ่มเติม ในปีต่อมาได้พัฒนามาตรการวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเองอย่างต่อเนื่อง จนมาถึงในปี 2550 ประพิมพา จรัลรัตนกุลและคณะได้เพิ่มองค์ประกอบที่ 8 คือการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (hypersensitivity) ด้วยเหตุผลอ้างอิงทางด้านวัฒนธรรมและความแตกต่างของลักษณะความหลงตนเองในบริบทของสังคมไทยและต่างประเทศได้ข้อกระทงทั้งหมดจำนวน 45 ข้อ

ต่อมา หยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) วันวิสาข์ เอกภรณ์พงษ์ (2551) ธันยธร อนันต์วิโรจน์ (2552) และ ผกาทิพย์ ชันติพงษ์ (2552) ภายใต้ความดูแลของผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ศักดิ์มงคล มณีศรี ได้เขียนข้อกระทงเพิ่มเติมรวม 115 ข้อ ได้ทำการพัฒนามาตรเพิ่มเติมอีก 2 ครั้งและคัดข้อกระทงตามความเหมาะสมจึงได้ข้อกระทงที่นำไปใช้จริงรวม 48 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบแอลฟาของครอนบาคเท่ากับ .93 แยกรายด้าน

3.1 คณะผู้วิจัยได้ทำการพัฒนาข้อกระทงจากมาตรการวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ที่มีลักษณะการตอบแบบมาตรประมาณค่า (Likert Scale) โดยมีข้อกระทงจำนวน 48 ข้อ ซึ่งเป็นข้อกระทงทางบวก ประกอบด้วยการประเมินบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง มีระดับการให้คำตอบ 5 ระดับ ได้แก่

- 1 คะแนนเมื่อตอบ “ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง”
- 2 คะแนนเมื่อตอบ “ค่อนข้างไม่เห็นด้วย”
- 3 คะแนนเมื่อตอบ “เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆกัน”
- 4 คะแนนเมื่อตอบ “ค่อนข้างเห็นด้วย”
- 5 คะแนนเมื่อตอบ “เห็นด้วยอย่างยิ่ง”

โดยแบ่งเป็นองค์ประกอบ 8 องค์ประกอบ จำนวนองค์ประกอบละ 6 ข้อดังนี้

1. การแสดงอำนาจ (authority)
2. การชอบแสดงออก (exhibitionism)
3. ความเหนือกว่า (superiority)

4. ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (entitlement)
5. การแสวงหาผลประโยชน์ (exploitativeness)
6. ความสามารถในการพึ่งตนเอง (self-sufficiency)
7. ความทะนงตน (vanity)
8. การหวั่นไหวมากกว่าปกติ (Hypersensitivity)

3.2 คณะผู้วิจัยคิดข้อกระทงเพิ่มเติมอีกจำนวน 16 ข้อ เพื่อให้ตรงกับวัตถุประสงค์ที่ต้องการจะวัดมากยิ่งขึ้น ซึ่งแบ่งเป็นองค์ประกอบละ 2 ข้อ รวมทั้งสิ้นจำนวน 64 ข้อ

ตารางที่ 2

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเองที่ใช้กับกลุ่มตัวอย่างพัฒนามาตรวัด จำแนกตามองค์ประกอบ

องค์ประกอบ	ข้อกระทง	ข้อกระทงเพิ่มเติม	รวม
การแสดงอำนาจ	6	2	9
การชอบแสดงออก	6	2	9
ความเหนือกว่า	6	2	9
ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่	6	2	9
การแสวงหาผลประโยชน์	6	2	9
ความสามารถในการพึ่งตนเอง	6	2	9
ความทะนงตน	6	2	9
การหวั่นไหวมากกว่าปกติ	6	2	9
รวม	48	16	64

3.3 นำข้อกระทง จำนวน 64 ข้อ มาสร้างมาตรประมาณค่าแบบลิเคิร์ต (Likert scale) 5 ช่วงโดยแบ่งการตอบไว้ 5 ระดับ ได้แก่

- |                                       |                 |
|---------------------------------------|-----------------|
| ระดับ 1 ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง          | คิดเป็น 1 คะแนน |
| ระดับ 2 ค่อนข้างไม่เห็นด้วย           | คิดเป็น 2 คะแนน |
| ระดับ 3 เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน | คิดเป็น 3 คะแนน |
| ระดับ 4 ค่อนข้างเห็นด้วย              | คิดเป็น 4 คะแนน |
| ระดับ 5 เห็นด้วยอย่างยิ่ง             | คิดเป็น 5 คะแนน |

3.4 นำมาตรวจวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง จำนวน 64 ข้อ ไปเก็บข้อมูลกับบุคคลที่ออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ เพศชาย อายุระหว่าง 25-45 ปี จำนวน 75 คน

3.5 นำข้อมูลที่ได้มาประมวลผลด้วยโปรแกรม SPSS for Windows เพื่อวิเคราะห์หาค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC)

3.6 คณะผู้วิจัยได้ทำการคัดเลือกข้อกระทง เพื่อให้ข้อกระทงมีความตรงตามเนื้อหามากขึ้น โดยทำการพิจารณาคัดเลือกข้อกระทงที่มีค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตร (Corrected Item-Total Correlation หรือ CITC) ที่มีค่าน้อยที่สุด และนำไปให้อาจารย์ที่ปรึกษาพิจารณา ทำให้มีการตัดข้อกระทงออกไปจำนวนทั้งสิ้น 3 ข้อ แบ่งเป็นข้อกระทงเดิมของหยกฟ้า อิศรานนท์ (2551) วันวิสาข์ เอกกรณ์พงษ์ (2551) ธันธร อนันต์ วิโรจน์ (2552) และผกาทิพย์ ชันติพงษ์ (2552) จำนวน 2 ข้อ และข้อกระทงที่คิดเพิ่มเติมจำนวน 1 ข้อ มาตรวจวัดนี้จึงมีข้อกระทงที่ผ่านเกณฑ์ทั้งหมด 61 ข้อ (ตาราง ข 1)

### ตารางที่ 3

จำนวนข้อกระทงของมาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเองที่ใช้กับผู้ร่วมการวิจัย

องค์ประกอบ	ข้อกระทง	ข้อกระทงที่	ข้อกระทงที่	รวม
	เดิม	สร้างเพิ่ม	ไม่ผ่าน เกณฑ์	
การแสดงอำนาจ	6	2	-	8
การชอบแสดงออก	6	2	-	8
ความเหนือกว่า	6	2	-	8
ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่	6	2	1	7
การแสวงหาผลประโยชน์	6	2	-	8
ความสามารถในการพึ่งตนเอง	6	2	-	8
ความทะนงตน	6	2	-	8
การหวั่นไหวมากกว่าปกติ	6	2	2	6
รวม	48	16	3	61

## คุณภาพเครื่องมือของมาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

### ความเที่ยง (Reliability)

มาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง จำนวน 64 ข้อ มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .963 จากกลุ่มตัวอย่างบุคคลที่ออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อในสถานออกกำลังกายปียรมย์สปอร์ตคลับ เพศชาย อายุระหว่าง 25-45 ปี จำนวน 75 คน

### ความตรง (Validity)

มาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ศุภางค์ รังสีสมบัติศิริ (2550) นุชารัตน์ มุงคุณ (2550) ปฏิภาณครอด (2550) และประพิมพา จรัลรัตนกุล (2550) ได้ตรวจสอบความตรงด้วยการวิเคราะห์องค์ประกอบ (factor analysis) โดยใช้การวิเคราะห์ส่วนประกอบหลักสำคัญ (principal component analysis) เพื่อหาความตรงของมาตร พบว่าค่าสถิติดัชนีไคเซอร์-ไมเยอร์-ออลคิน (Kaiser-Meyer-Olkin measure of sampling adequacy หรือ KMO) มีค่าเท่ากับ .88 ซึ่งมากกว่า .5 จึงเหมาะสมในการวิเคราะห์องค์ประกอบ โดยผลการหมุนแกนด้วยวิธีแวนิแมกซ์ (Varimax) และพิจารณาหน้าหน้าองค์ประกอบพบว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเองสามารถสกัดองค์ประกอบได้ 8 องค์ประกอบ

### วิธีดำเนินการวิจัย

ในการวิจัยครั้งนี้ คณะผู้วิจัยได้นำมาตรวัด 3 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามทั่วไป มาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ และมาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ไปเก็บข้อมูลกับ ประชากรเพศชาย ที่มีอายุระหว่าง 25-45 ปี ในสถานออกกำลังกาย จำนวน 160 คน โดยคณะผู้วิจัยได้ทำการแจกแบบสอบถามทั้งแบบรายบุคคล และแบบตอบผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์พร้อมทั้งทำการอธิบายถึงวัตถุประสงค์ของงานวิจัย และระบุว่าข้อมูลเหล่านี้จะถูกเก็บเป็นความลับ เมื่อรวบรวมคำตอบครบถ้วนสมบูรณ์ก็จะนำมาทำการวิเคราะห์ทางด้านสถิติต่อไป

## การวิเคราะห์ข้อมูล

ในการศึกษาวิจัยครั้งนี้ ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ และ บุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 8 องค์ประกอบ โดยวิเคราะห์ข้อมูลผ่านโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows เพื่อนำมาวิเคราะห์คำนวณข้อมูล ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกระทงกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในมาตร (Corrected Item-Total Correlation) ค่าสหสัมพันธ์ และการวิเคราะห์การถดถอยพหุคูณ (Multiple regressions analysis)

### บทที่ 3

#### ผลการวิเคราะห์ข้อมูล

การวิเคราะห์ข้อมูลในงานวิจัยนี้แบ่งออกเป็น 2 ตอน ได้แก่ การทดสอบสถิติเบื้องต้น และการทดสอบสมมติฐาน

#### 1. การทดสอบสถิติเบื้องต้น

ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย

ค่าสถิติพื้นฐานของตัวแปรที่ศึกษาในการวิจัยครั้งนี้ ประกอบด้วย คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร ดังตารางที่ 4

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนตัวแปรในการวิจัย

DM	หมายถึง	แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ
NR	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองรวม 8 องค์ประกอบ
AR	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ
EX	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการชอบแสดงออก
SR	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า
EM	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่
EP	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสวงหาผลประโยชน์
SC	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความสามารถในการพึ่งตนเอง
VN	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน
HP	หมายถึง	บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ

สัญลักษณ์ที่ใช้แทนค่าสถิติการวิจัย

$M$	หมายถึง	ค่ามัชฌิมเลขคณิต
$Max$	หมายถึง	คะแนนสูงสุด
$Min$	หมายถึง	คะแนนต่ำสุด
$SD$	หมายถึง	ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน
$r$	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์
$R^2$	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์การทำนาย

$\beta$	หมายถึง	ค่าสัมประสิทธิ์การถดถอย
SE	หมายถึง	ความคลาดเคลื่อนมาตรฐาน

เมื่อพิจารณาค่าเฉลี่ยของทั้ง 2 ตัวแปรพบว่า แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM) มีค่าเฉลี่ยคะแนน ( $M = 44.86$ ,  $SD = 13.64$ ) และ บุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (NR) มีค่าเฉลี่ยคะแนน ( $M = 148.65$ ,  $SD = 38.9$ ) เมื่อพิจารณาองค์ประกอบของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 8 องค์ประกอบนั้น พบว่า บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR) ( $M = 21.68$ ,  $SD = 6.39$ ) บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการชอบแสดงออก (EX) ( $M = 17.64$ ,  $SD = 6.42$ ) บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR) ( $M = 20.96$ ,  $SD = 6.5$ ) บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (EM) ( $M = 16.38$ ,  $SD = 5.83$ ) บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสวงหาผลประโยชน์ (EP) ( $M = 17.11$ ,  $SD = 5.76$ ) บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความสามารถในการพึ่งตนเอง (SC) ( $M = 20.3$ ,  $SD = 7.38$ ) บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN) ( $M = 21.07$ ,  $SD = 6.5$ ) และบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหัวนไหวมากกว่าปกติ (HP) ( $M = 14.95$ ,  $SD = 4.64$ ) ดังตารางที่ 4

#### ตารางที่ 4

คะแนนต่ำสุด คะแนนสูงสุด ค่ามัชฌิมเลขคณิต และส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐานของตัวแปร ( $n=160$ )

ตัวแปร	Min	Max	M	SD
DM	15.00	77.00	44.86	13.64
NR	63.00	255.00	148.65	38.9
AR	8.00	39.00	21.68	6.39
EX	7.00	32.00	17.64	6.42
SR	8.00	39.00	20.96	6.5
EM	7.00	31.00	16.38	5.83
EP	8.00	31.00	17.11	5.76
SC	8.00	40.00	20.3	7.38
VN	8.00	37.00	21.07	6.5
HP	6.00	27.00	14.95	4.64

ผลการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการวิจัยพบว่า แรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM) มีความสัมพันธ์ทางบวกกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (NR) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 ดังตารางที่ 5

แรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM) มีสหสัมพันธ์ทางบวกกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง (NR) ในองค์ประกอบด้านต่างๆ ดังนี้ บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR) และบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR) และ บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP) อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ดังตารางที่ 5

ตารางที่ 5

ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างตัวแปรที่ใช้ในการวิจัย ( $n=160$ )

	DM	NR	AR	SR	SC	EP	EM	EX	VN	HP
DM		.215**	.224**	.191*	.055	.132	.134	.132	.320**	.193*
NR	.215**		.877**	.896**	.642**	.700**	.871**	.783**	.831**	.883**
AR	.224**	.877**		.801**	.388**	.532**	.818**	.707**	.751**	.961**
SR	.191*	.896**	.801**		.547**	.532**	.740**	.700**	.771**	.778**
SC	.055	.642**	.388**	.547**		.462**	.474**	.315**	.381**	.420**
EP	.132	.700**	.532**	.532**	.462**		.606**	.345**	.390**	.570**
EM	.134	.871**	.818**	.740**	.474**	.606**		.653**	.664**	.815**
EX	.132	.783**	.707**	.700**	.315**	.345**	.653**		.742**	.682**
VN	.320**	.831**	.751**	.771**	.381**	.390**	.664**	.742**		.719**
HP	.193*	.883**	.961**	.778**	.420**	.570**	.815**	.682**	.719**	

\* $p < .05$ , หนึ่งหาง

\*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง



## 2. การทดสอบสมมติฐาน

การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์การถดถอยทำนายเพื่อทดสอบสมมติฐานใช้การวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างตัวแปรแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

**สมมติฐานข้อที่ 1** แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ มีความสัมพันธ์แบบมีนัยสำคัญกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองตามองค์ประกอบทั้ง 8 ข้อโดยรวม

เมื่อวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองตามองค์ประกอบทั้ง 8 ข้อโดยรวม พบว่าแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .215$ ,  $\beta = .215$ ,  $p < .001$ , หนึ่งหาง) ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ ( $R^2 = .04$ ) สรุปได้ว่า ผลงานวิจัยสนับสนุนสมมติฐานข้อที่ 1 ดังแสดงในตาราง 6

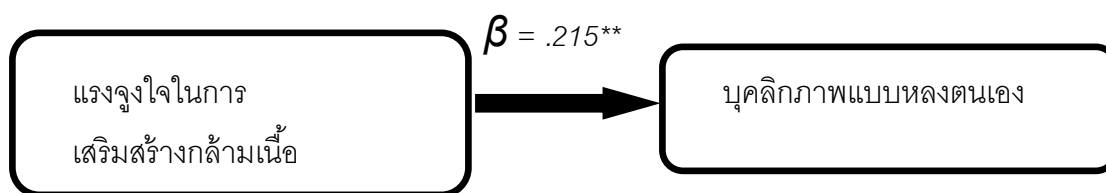
ตารางที่ 6

ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ( $n = 160$ )

ตัวแปร	$r$	$b$	$SE$	$\beta$	$R^2$
DM	.215	0.61	0.22	.215	.04**
ค่าคงที่		121.14	10.41		

\*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง

ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ได้ดังนี้



ภาพที่ 1 อิทธิพลของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

การวิเคราะห์สัมประสิทธิ์การทำนายเพื่อทดสอบสมมติฐานว่าการวิเคราะห์การถดถอยอย่างง่ายระหว่างตัวแปรแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองโดยแยกองค์ประกอบเพื่อดูว่าแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในองค์ประกอบด้านใดได้บ้าง โดยเลือกวิเคราะห์การทำนายเฉพาะตัวแปรที่มีสหสัมพันธ์ทางบวกอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ซึ่งได้แก่ตัวแปรบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR) บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR) บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN) และ บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหัวนั้ใหม่มากกว่าปกติ (HP) ดังนี้

โดยพบว่าแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในองค์ประกอบบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .224$ ,  $\beta = .224$ ,  $p < .01$ , หนึ่งหาง) ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ ( $R^2 = .05$ ) ดังแสดงในตาราง 7

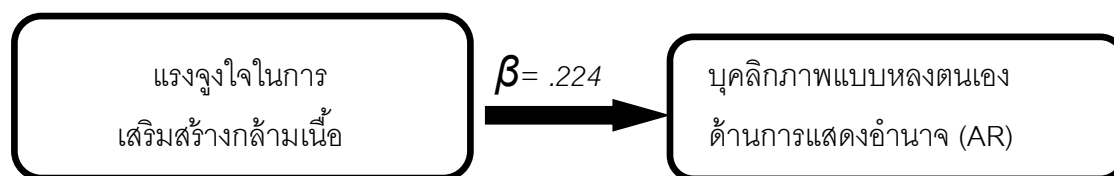
ตารางที่ 7

ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM) กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR) ( $n = 160$ )

ตัวแปร	$r$	$b$	SE	$\beta$	$R^2$
DM	.224	0.47	0.16	.224	.05**
ค่าคงที่		34.49	3.74		

\*\* $p < .01$ , หนึ่งหาง

ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR) ได้ดังนี้



ภาพที่ 2 อิทธิพลของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR)

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในองค์ประกอบบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .191$ ,  $\beta = .191$ ,  $p < .05$ , หนึ่งหาง) ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ ( $R^2 = .03$ ) ดังแสดงในตาราง 8

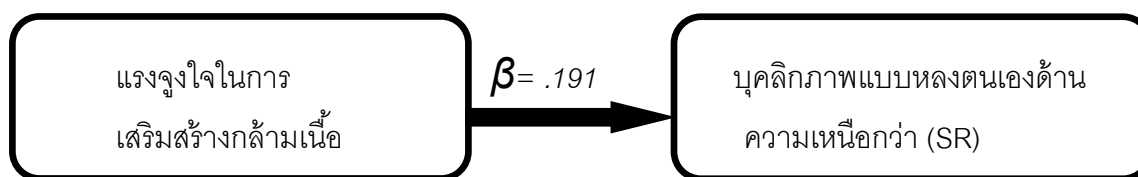
ตารางที่ 8

ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM) กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR) ( $n = 160$ )

ตัวแปร	$r$	$b$	SE	$\beta$	$R^2$
DM	.191	0.4	0.16	.191	.03*
ค่าคงที่		36.47	3.6		

\* $p < .05$ , หนึ่งหาง

ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR) ได้ดังนี้



ภาพที่ 3 อิทธิพลของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR)

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในองค์ประกอบบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .320$ ,  $\beta = .320$ ,  $p < .01$ , หนึ่งหาง) ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ ( $R^2 = .1$ ) ดังแสดงในตาราง 9

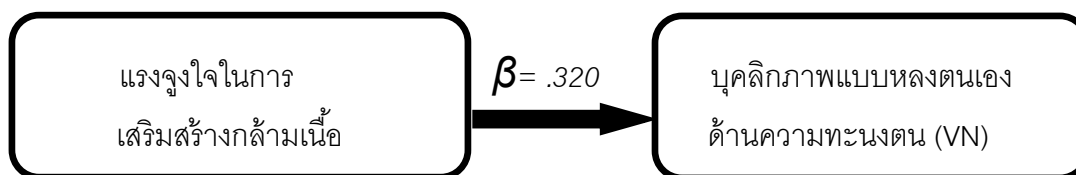
ตารางที่ 9

ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM) กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN) ( $n = 160$ )

ตัวแปร	$r$	$b$	SE	$\beta$	$R^2$
DM	.320	0.67	0.15	.320	.1***
ค่าคงที่		30.71	3.49		

\*\*\* $p < .001$ , หนึ่งหาง

ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN) ได้ดังนี้



ภาพที่ 4 อิทธิพลของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN)

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในองค์ประกอบบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP) ได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .193$ ,  $\beta = .193$ ,  $p < .05$ , หนึ่งหาง) ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ ( $R^2 = .03$ ) ดังแสดงในตาราง 10

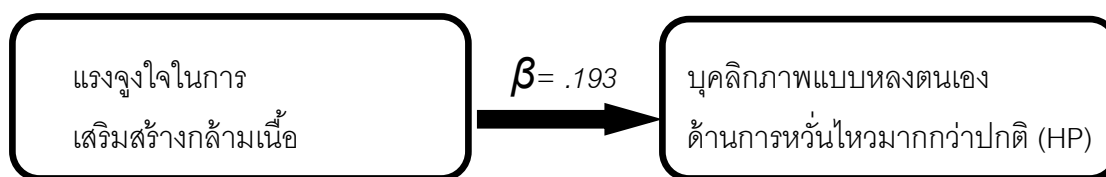
ตารางที่ 10

ผลการวิเคราะห์ความถดถอยของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (DM) กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP) ( $n = 160$ )

ตัวแปร	$r$	$b$	SE	$\beta$	$R^2$
DM	.193	0.56	0.23	.193	.03*
ค่าคงที่		36.36	3.59		

\* $p < .05$ , หนึ่งหาง

ซึ่งสามารถแสดงแผนภาพแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP) ได้ดังนี้



ภาพที่ 5 อิทธิพลของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP)

#### บทที่ 4 อภิปรายผลการวิจัย

โครงการการวิจัยนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง โดยผู้วิจัยขออภิปรายผลการวิเคราะห์ตามสมมติฐานที่ว่า

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ มีความสัมพันธ์แบบมีนัยสำคัญกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ตามองค์ประกอบทั้ง 8 ข้อโดยรวม

ผลการทดสอบสมมติฐาน พบว่า แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีความสัมพันธ์กัน ดังนั้นผลการวิจัยจึงสนับสนุนสมมติฐาน

ผลการวิจัยแสดงให้เห็นว่า แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ มีสหสัมพันธ์และสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .215$ ,  $\beta = .215$ ,  $p = <.001$ , หนึ่งทาง) ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ ( $R^2 = .04$ ) อธิบายได้ว่า แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ กับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีความสัมพันธ์กัน ซึ่งสอดคล้องกับงานวิจัย ของ Morrison, Morrison, Hopkins และ Rowan (2004) เรื่องความเกี่ยวข้องกันของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM) กับความทะนงตน (Vanity) ซึ่งเป็นองค์ประกอบหนึ่งของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง โดยจากการศึกษาดังกล่าวผลพบว่าค่าความทะนงตน (Vanity) มีความสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM) อย่างมีนัยสำคัญที่ .74

ข้อค้นพบข้างต้นอาจเป็นผลมาจาก แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชาย และบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสาเหตุอย่างหนึ่งที่คล้ายกันคือการมีความพึงพอใจในตนเองต่ำ ซึ่งแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อในเพศชายมักจะมีสูงในผู้ที่มีความพึงพอใจในตนเองต่ำ (McCreary & Sasse, 2000) โดยงานวิจัยของ Pope และคณะ (2000) แสดงให้เห็นว่าเมื่อเปรียบเทียบมวลกล้ามเนื้อจริงกับมวลกล้ามเนื้อตนเองที่บุคคลรับรู้ บุคคลมักจะประเมินตนเองต่ำกว่ามวลกล้ามเนื้อที่ตนมีอยู่จริงอย่างมีนัยสำคัญ และบุคลิกภาพแบบหลงตนเองมีสาเหตุอย่างหนึ่งมาจากการขาดความรักความอบอุ่นจากครอบครัวในวัยเด็ก บุคคลที่มีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง มักเป็นคนที่ให้ความสำคัญกับอัตมโนทัศน์ต่อตนเองมากเกินไป มุ่งเน้นความสำคัญให้แก่ตนเองมาก เพื่อให้ตนเองรู้สึกถึงคุณค่าของตน ชอบได้รับการเอาใจ มักไม่ใส่ใจความรู้สึกผู้อื่น ต้องการการชื่นชม และขาดความเห็นอกเห็นใจต่อผู้อื่นมาก (Campbell 1999 อ้างถึงใน พรสวรรค์ ดันโชติศรีนันท์, 2547) ดังนั้นคนที่มีแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อจึงมีแนวโน้มที่จะมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

### การวิเคราะห์เพิ่มเติม

จากการวิเคราะห์ความถดถอยอย่างง่ายระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองตามองค์ประกอบทั้ง 8 ข้อ พบว่าแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ ( $r = .215$ ,  $\beta = .215$ ,  $p = <.001$ , หนึ่งทาง) ซึ่งสามารถอธิบายความแปรปรวนได้ร้อยละ ( $R^2 = .04$ )

ในงานวิจัยนี้ใช้มาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 8 องค์ประกอบ ได้แก่ ด้านการแสดงอำนาจ (AR) ด้านการชอบแสดงออก (EX) ด้านความเหนือกว่า (SR) ด้านความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (EM) ด้านการแสวงหาผลประโยชน์ (EP) ด้านความสามารถในการพึ่งตนเอง (SC) ด้านความทะนงตน (VN) และด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP) จากการวิเคราะห์ค่าสหสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 8 องค์ประกอบ พบสหสัมพันธ์อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติทั้งหมด 4 องค์ประกอบ ดังนี้

บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP) มีสหสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้ออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 ซึ่งลักษณะดังกล่าวเป็นบุคลิกภาพหลงตนเองแบบปกปิด (covert narcissism) ในงานวิจัยนี้ผู้วิจัยได้นำตัวแปรบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการหวั่นไหวมากกว่าปกติ (HP) มาวิเคราะห์เพิ่มเติม เพื่อศึกษาความแตกต่างของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองในบริบทสังคมไทยและต่างประเทศ

บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความทะนงตน (VN) ซึ่งเป็นบุคลิกภาพแบบหลงตนเองแบบเปิดเผย (overt narcissism) มีสหสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้ออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01 สอดคล้องกับงานวิจัยของ Morrison, Morrison, Hopkins และ Rowan (2004) เรื่องความเกี่ยวข้องกันของแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity; DM) กับความทะนงตน (Vanity) ซึ่งมีความสัมพันธ์กันอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการแสดงอำนาจ (AR) ซึ่งเป็นบุคลิกภาพแบบหลงตนเองแบบเปิดเผย (overt narcissism) มีสหสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้ออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

บุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านความเหนือกว่า (SR) ซึ่งเป็นบุคลิกภาพแบบหลงตนเองแบบเปิดเผย (overt narcissism) มีสหสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้ออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05

สำหรับบุคลิกภาพแบบหลงตนเองด้านการชอบแสดงออก ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ การแสวงหาผลประโยชน์ ความสามารถในการพึ่งตนเอง นั้นไม่พบว่ามีสหสัมพันธ์กับแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้ออย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

## บทที่ 5

### สรุปผลการวิจัย และข้อเสนอแนะ

#### วัตถุประสงค์งานวิจัย

เพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อกับบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ในเพศชาย ทั้ง 8 องค์ประกอบ ได้แก่ การแสดงอำนาจ การชอบแสดงออก ความเหนือกว่า ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ การแสวงหาผลประโยชน์ ความสามารถในการพึ่งตนเอง ความทะนงตน ความหวั่นไหวมากกว่าปกติ

#### สมมติฐานงานวิจัย

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อมีสหสัมพันธ์ทางบวกกับการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

#### กลุ่มตัวอย่างที่ใช้ในงานวิจัย

บุคคลที่มาออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อในสถานออกกำลังกาย (Fitness) ในจังหวัดกรุงเทพมหานคร ซึ่งเป็นประชากรเพศชาย อายุระหว่าง 25-45 ปี จำนวน 160 คน

#### เครื่องมือที่ใช้ในงานวิจัย

##### 1. แบบสอบถามข้อมูลทั่วไป

เป็นเครื่องมือที่ใช้แสดงข้อมูลส่วนตัวที่ตรงกับความเป็นจริงของกลุ่มตัวอย่าง ซึ่งประกอบด้วยข้อคำถาม 3 ส่วน ได้แก่ อายุ อาชีพ และจำนวนครั้งที่มาใช้บริการศูนย์ออกกำลังกายในรอบ 1 สัปดาห์

##### 2. มาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ

มาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ (Drive for Muscularity Scale) ของ DonMcCreary (2013) เป็นการประเมินความต้องการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ ซึ่งมาตรวัดนี้เป็นมาตรแบบประเมินค่า (Likert Scale) ประกอบด้วยข้อกระทงจำนวน 15 ข้อ

ในการวิจัยครั้งนี้คณะผู้วิจัยมีความเห็นว่าเป็นงานวิจัยที่ทำการสำรวจกับประชากรชาวไทย จึงได้ดำเนินการปรับปรุงมาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อให้มีความชัดเจน และความเหมาะสมกับบริบทสังคมไทยเพิ่มมากขึ้น โดยคณะผู้วิจัยได้ทำการแปลมาตรวัดจากภาษาอังกฤษเป็นภาษาไทย จากนั้นได้นำมาตรวัดที่ทำการแปลภาษาแล้วไปให้อาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิ คือ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ดร.กรรณิการ์นลราชสุวัจน์ ช่วยทำการพิจารณาความตรงตามเนื้อหา หลังจากได้รับการพิจารณาจากผู้ทรงคุณวุฒิแล้ว คณะผู้วิจัยได้นำมาตรวัดนี้ไปทำการทดลองใช้ (Try Out) กับกลุ่มตัวอย่างคือบุคคลที่มาออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ



ในสถานออกกำลังกายจำนวน 40 คน และนำข้อมูลที่ได้มาคำนวณค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆ ในมาตรวัด (Corrected Item-Total Correlation: CITC) และกำหนดระดับความมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .05 โดยมาตรนี้มีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .89

### 3. แบบประเมินการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

มาตรวัดบุคลิกภาพแบบหลงตนเองของผศ. ดร. ศักดิ์นางค์ มณีศรีคณะจิตวิทยาจุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย (ฉบับภาษาไทย) ที่แปลและพัฒนามาจากมาตร Narcissistic Personality Inventory ของ Raskin และ Terry (1988) ที่มีลักษณะการตอบแบบมาตรประมาณค่า (Likert Scale) มีข้อกระทง 48 ข้อ ประกอบด้วยการประเมินบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ด้านต่างๆ ดังนี้

1. การแสดงอำนาจ (authority)
2. การชอบแสดงออก (exhibitionism)
3. ความเหนือกว่า (superiority)
4. ความต้องการได้มากกว่าที่เป็นอยู่ (entitlement)
5. การแสวงหาผลประโยชน์ (exploitiveness)
6. ความสามารถในการพึ่งตนเอง (self-sufficiency)
7. ความทะนงตน (vanity)
8. การหวั่นไหวมากกว่าปกติ (hypersensitivity)

คณะผู้วิจัยได้นำมาตรวัดนี้ไปพัฒนาโดยทำการคิดข้อกระทงเพิ่มจำนวน 16 ข้อ และนำไปทดสอบคุณภาพกับบุคคลที่ออกกำลังกายแบบเสริมสร้างกล้ามเนื้อ อายุ 25-45 ปี เพศชาย จำนวน 75 คน ได้ข้อกระทงที่มีคุณภาพจากการวิเคราะห์ จำนวน 61 ข้อ โดยมีค่าสัมประสิทธิ์ความสอดคล้องภายในแบบอัลฟาของครอนบาค เท่ากับ .96

### การเก็บรวบรวมข้อมูล

คณะผู้วิจัยได้นำมาตรวัด 3 ฉบับ ได้แก่ แบบสอบถามทั่วไป มาตรวัดแรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อ และมาตรวัดการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ไปเก็บข้อมูลกับ ประชากรเพศชายที่มีอายุระหว่าง 25-45 ปี ในสถานออกกำลังกาย จำนวน 160 คน โดยคณะผู้วิจัยได้ทำการแจกแบบสอบถามทั้งแบบรายบุคคล และแบบตอบผ่านสื่ออิเล็กทรอนิกส์พร้อมทั้งอธิบายถึงวัตถุประสงค์ของงานวิจัย และระบุว่าข้อมูลเหล่านี้จะถูกเก็บเป็นความลับ

### การวิเคราะห์ข้อมูล

ผู้วิจัยดำเนินการวิเคราะห์ข้อมูลทางสถิติเพื่อศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ และ บุคลิกภาพแบบหลงตนเองทั้ง 8 องค์ประกอบด้วยโปรแกรมสำเร็จรูป SPSS for Windows เพื่อนำมาวิเคราะห์คำนวณข้อมูลโดยใช้สถิติ ได้แก่ ค่าเฉลี่ย ค่าเบี่ยงเบนมาตรฐาน ร้อยละ วิเคราะห์ค่าที่ ค่าสหสัมพันธ์ การวิเคราะห์การถดถอย และการวิเคราะห์เพิ่มเติม

### ผลการวิจัย

แรงจูงใจในการเสริมสร้างกล้ามเนื้อมีความสัมพันธ์และสามารถทำนายบุคลิกภาพแบบหลงตนเองได้อย่างมีนัยสำคัญทางสถิติ

### ข้อเสนอแนะ

1. เนื่องจากงานวิจัยนี้เก็บข้อมูลจากบุคคลอายุระหว่าง 25-45 ปี ซึ่งถือว่าเป็นวัยผู้ใหญ่ ในการศึกษาครั้งต่อไปควรเลือกเก็บข้อมูลกับกลุ่มตัวอย่างที่เป็นกลุ่มวัยรุ่นหรือกลุ่มคนที่ยังอยู่ในวัยเรียน
2. ในงานวิจัยครั้งนี้มีข้อจำกัดทางด้านเวลาจึงทำให้สามารถเก็บข้อมูลกลุ่มตัวอย่างได้เพียง 160 คน และมีเพียงเพศชายเท่านั้น ดังนั้นในการศึกษาครั้งต่อไปควรแบ่งกลุ่มตัวอย่างออกเป็นทั้งเพศหญิง และเพศชาย เพื่อเปรียบเทียบความแตกต่างระหว่างเพศ

## รายการอ้างอิง

### ภาษาไทย

- พรสวรรค์ ตันโชติศรีนนท์. (2547). *อิทธิพลของบุคลิกภาพแบบหลงตนเองต่อความตั้งใจแบบโรแมนติก*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- สุธาสิณี ใจสมิทธิ์. (2553). *อิทธิพลของความหลงตนเองรูปแบบความรักแบบเล่นเกม และการกระตุ้นลักษณะเน้นความสัมพันธ์ต่อการผูกมัดในความสัมพันธ์*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- พิมพ์พลอย อึ้ง. (2551). *ความสัมพันธ์ของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง การเห็นคุณค่าในตนเองและการประเมินความปกติ*. โครงการทางจิตวิทยาปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ผกาทิพย์ ชันติพงศ์. (2552). *อิทธิพลของบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง ผลป้อนกลับ และกลวิธีการจูงใจต่อผลการทำงานและแรงจูงใจในกิจกรรม*. วิทยานิพนธ์ปริญญาศิลปศาสตรมหาบัณฑิต สาขาจิตวิทยาสังคม คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- ยงยุทธ เต็มศรีเจริญพร. (2550). *ความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพกับการขาดงาน*. โครงการทางจิตวิทยาปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.
- เก๋ียงศักดิ์ ผิวสุข. (2550). *การศึกษาความสัมพันธ์ระหว่างบุคลิกภาพแบบห้าองค์ประกอบและอัตมโนทัศน์ของวัยรุ่นตอนกลาง*. โครงการทางจิตวิทยาปริญญาวิทยาศาสตรบัณฑิต คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย.

ภาษาอังกฤษ

- Davis, C., Karvinen, K., & McCreary, D. R. (2005). Personality correlates of a drive for muscularity in young men. *Personality and Individual Differences*, 39(2), 349-359.
- McCreary, D. R., Saucier, D. M., & Courtenay, W. H. (2005). The Drive for Muscularity and Masculinity: Testing the Associations Among Gender-Role Traits, Behaviors, Attitudes, and Conflict. *Psychology of Men & Masculinity*, 6(2), 83.
- Duggan, S. J., & McCreary, D. R. (2004). Body image, eating disorders, and the drive for muscularity in gay and heterosexual men: The influence of media images. *Journal of Homosexuality*, 47(3-4), 45-58.
- Morrison, T. G., Morrison, M. A., Hopkins, C., & Rowan, E. T. (2004). Muscle Mania: Development of a New Scale Examining the Drive for Muscularity in Canadian Males. *Psychology of Men & Masculinity*, 5(1), 30.

ภาคผนวก

ภาคผนวก ก

## แบบสอบถามที่ใช้ในการวิจัย

### แบบสอบถาม

แบบสอบถามฉบับนี้มีวัตถุประสงค์เพื่อนำไปใช้ประกอบการศึกษาระดับปริญญาโท สาขาวิชา 3800420 โครงการทางจิตวิทยา ของนิสิตชั้นปีที่ 4 คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

ขอความกรุณาทุกท่านประเมินว่าข้อความแต่ละข้อตรงกับตัวท่านมากน้อยเพียงใด กรุณาตอบคำถามให้ครบทุกข้อและเลือกคำตอบที่ตรงกับตัวท่านมากที่สุด เพื่อให้คณะผู้วิจัยสามารถนำข้อมูลไปให้เกิดประโยชน์ทางวิชาการ ข้อมูลที่ได้รับจากการตอบแบบสอบถามนี้จะถูกเก็บเป็นความลับ ไม่มีการนำเสนอผลการวิจัยเป็นรายบุคคล แต่จะนำเสนอเป็นภาพรวมและใช้เพื่อการศึกษาวิจัยเท่านั้น แบบสอบถามฉบับนี้มีจำนวน 7 หน้า ประกอบด้วย 3 ส่วน คือ

- ข้อมูลทั่วไป
- แบบวัดแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ
- แบบทดสอบบุคลิกภาพ

ขอขอบคุณในความร่วมมือของท่านมา ณ โอกาสนี้

นายกันตพัฒน์ เทพินทราภิรักษ์

นายพิพัฒน์ ตันมณี

นายศุภกฤต จันทระประทีป

นิสิตชั้นปีที่ 4 คณะจิตวิทยา จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย

### ตอนที่ 1

#### แบบสอบถามเกี่ยวกับสถานการณ์ภาพของผู้ตอบแบบสอบถาม

**คำชี้แจง** โปรดใส่ข้อมูลโดยตรงกับความเป็นจริงเกี่ยวกับตัวท่าน ข้าพเจ้าขอรับรองว่าข้อมูลที่ได้จากการตอบแบบสอบถามจะไม่ถูกเผยแพร่ให้เกิดผลเสียแก่ผู้ตอบแบบสอบถามนี้

1. อายุ.....ปี
  
2. สถานภาพ
  1. ( ) โสด
  2. ( ) สมรส
  3. ( ) หย่า/แยกกันอยู่
  
3. อาชีพ
  1. ( ) นักศึกษา
  2. ( ) รัฐบาล
  3. ( ) บริษัทเอกชน
  4. ( ) อื่นๆ โปรดระบุ .....
  
4. จำนวนครั้งในการออกกำลังกาย
  1. ( ) 1-2 วันต่อสัปดาห์
  2. ( ) 3-5 วันต่อสัปดาห์
  3. ( ) มากกว่า 5 วันต่อสัปดาห์



## ตอนที่ 2

### แบบวัดแรงจูงใจในการออกกำลังกายเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ

**คำชี้แจง** กรุณาอ่านประโยคต่อไปนี้และประเมินความเห็นของท่านโดย O รอบตัวเลขที่ตรงตามการประเมิน  
ความเห็นของท่านมากที่สุด

- |         |         |   |
|---------|---------|---|
| ระดับ 1 | หมายถึง | ไม่เคยมีพฤติกรรมหรือความคิดนี้เลย         |
| ระดับ 2 | หมายถึง | แทบจะไม่มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้          |
| ระดับ 3 | หมายถึง | มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้ในบางครั้ง        |
| ระดับ 4 | หมายถึง | มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้ค่อนข้างบ่อยครั้ง |
| ระดับ 5 | หมายถึง | มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้บ่อยครั้ง         |
| ระดับ 6 | หมายถึง | มีพฤติกรรมหรือความคิดนี้อย่างสม่ำเสมอ     |

ข้อ	ข้อกระทง
1	ฉันปรารถนาที่จะมีกล้ามเนื้อมากกว่านี้
2	ฉันยกน้ำหนักเพื่อเสริมสร้างกล้ามเนื้อ
3	ฉันบริโภคอาหารเสริมโปรตีนหรืออาหารเสริมพลังงาน
4	ฉันดื่มเครื่องดื่มเพิ่มน้ำหนัก (weight gain) หรือเครื่องดื่มโปรตีนผสมน้ำ (whey protein)
5	ฉันพยายามกินอาหารให้ได้ปริมาณแคลอรีมากที่สุดในแต่ละวัน

### ตอนที่ 3

#### แบบทดสอบบุคลิกภาพ

**คำชี้แจง** โปรดอ่านข้อความแต่ละข้อ แล้วทำเครื่องหมาย O ล้อมรอบตัวเลขในช่องคำตอบของ  
กระดาษคำตอบ ที่ตรงกับความรู้สึกหรือการกระทำของท่านมากที่สุดเพียง 1 ตัวเลือก (โปรดตอบให้ครบทุก  
ข้อ)

#### ความหมายของหมายเลขคำตอบ

- |   |                               |
|---|-------------------------------|
| 1 หมายถึง ไม่เห็นด้วยอย่างยิ่ง          | 2 หมายถึง ค่อนข้างไม่เห็นด้วย |
| 3 หมายถึง เห็นด้วยและไม่เห็นด้วยพอๆ กัน | 4 หมายถึง ค่อนข้างเห็นด้วย    |
| 5 หมายถึง เห็นด้วยอย่างยิ่ง             |                               |

ข้อ	ข้อความ
1	ฉันมองว่าตนเองมีอิทธิพลต่อผู้อื่น
2	ฉันเชื่อว่าฉันมีความสามารถมากกว่าคนอื่นๆ ในสังคม
3	ฉันสามารถดำรงชีวิตอยู่ได้โดยไม่ต้องพึ่งพาใคร
4	ฉันไม่สนใจว่าใครจะคิดอย่างไร ขอเพียงฉันได้ในสิ่งที่ฉันต้องการก็พอ
5	คนที่มีความสามารถมากอย่างฉัน ควรจะได้รับการเชิดชูจากคนอื่นมากกว่านี้

ภาคผนวก ข

ผลการตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย

ตาราง ข 1

ค่าสัมประสิทธิ์สหสัมพันธ์ระหว่างข้อกระทงแต่ละข้อกับคะแนนรวมของข้ออื่นๆในมาตร (Corrected Item-Total Correlation) ของแบบประเมินการมีบุคลิกภาพแบบหลงตนเอง

ข้อ กระทง	CITC (64 ข้อ ) (n= 75)	ข้อที่ผ่านการคัดเลือก
PC1	.665	✓
PC2	.658	✓
PC3	.382	✓
PC4	.466	✓
PC5	.475	✓
PC6	.487	✓
PC7	.400	✓
PC8	.183	-
PC9	.603	✓
PC10	.679	✓
PC11	.341	✓
PC12	.519	✓
PC13	.631	✓
PC14	.566	✓
PC15	.547	✓
PC16	.381	✓
PC17	.663	✓
PC18	.738	✓
PC19	.458	✓

PC20	.603	✓
PC21	.454	✓
PC22	.668	✓
PC23	.577	✓
PC24	.157	✓
PC25	.392	✓
PC26	.719	✓
PC27	.472	✓
PC28	.583	✓
PC29	.571	✓
PC30	.671	✓
PC31	.631	✓
PC32	.146	-
PC33	.627	✓
PC34	.696	✓
PC35	.334	✓
PC36	.438	✓
PC37	.689	✓
PC38	.715	✓
PC39	.614	✓
PC40	.408	✓
PC41	.685	✓
PC42	.754	✓
PC43	.476	✓
PC44	.627	✓
PC45	.706	✓
PC46	.484	✓
PC47	.714	✓

PC48	.049	✓
PC49	.623	✓
PC50	.775	✓
PC51	.461	✓
PC52	.453	✓
PC53	.110	-
PC54	.443	✓
PC55	.712	✓
PC56	.403	✓
PC57	.353	✓
PC58	.822	✓
PC59	.357	✓
PC60	.490	✓
PC61	.748	✓
PC62	.468	✓
PC63	.452	✓
PC64	.607	✓