



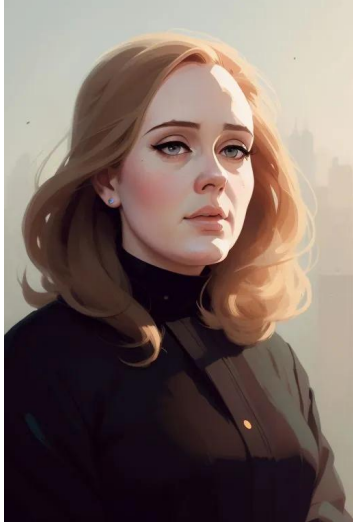
هنرپیشه

ESFP

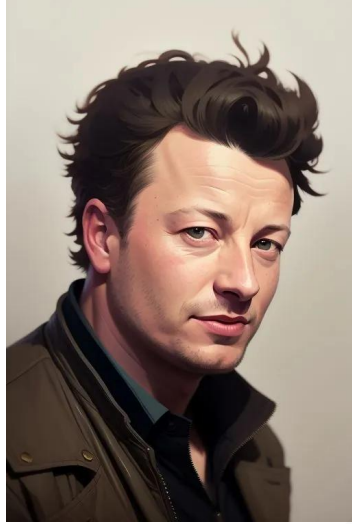




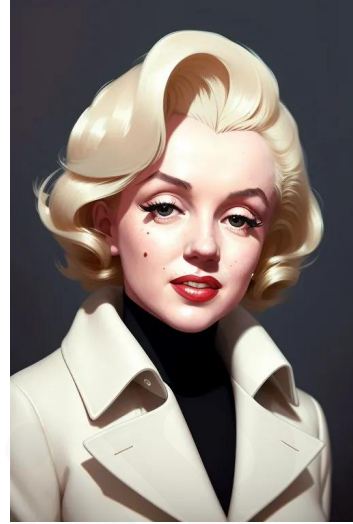
شخصیت های معروف



ادل
(خواننده)



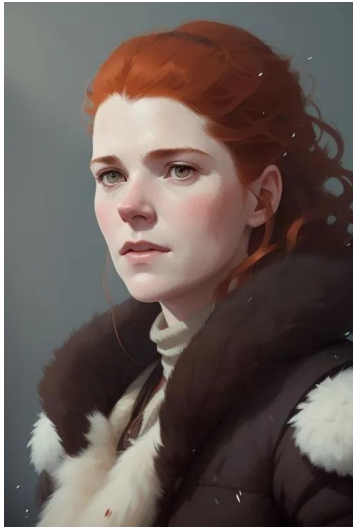
جیمی البور
(سرآشپز)



مربیلین مونرو
(بازیگر خواننده)



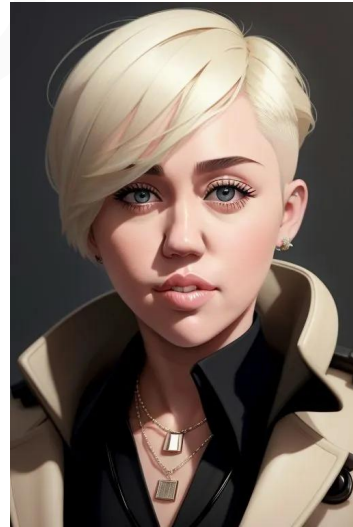
التون جان
(خواننده)



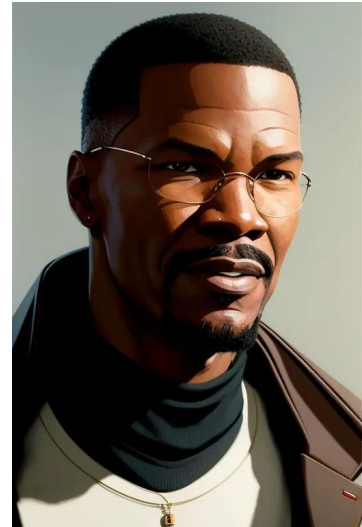
ایگریت
(سریال بازی تاج و تخت)



آدام لوین
(خواننده)



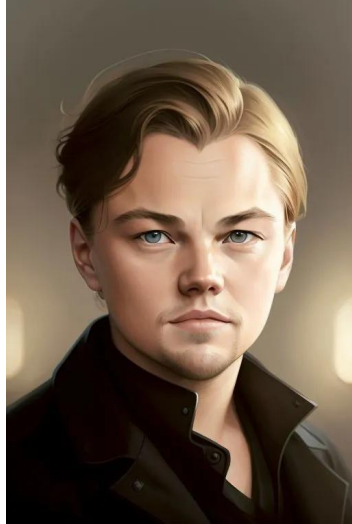
مایلی سائیرس
(خواننده بازیگر)



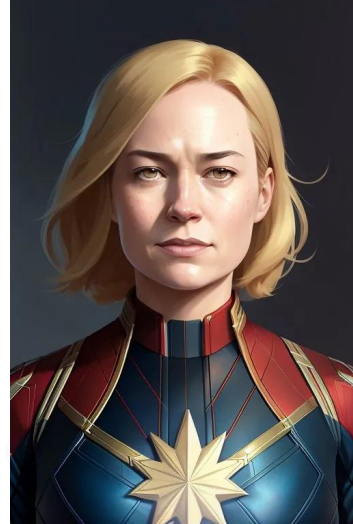
جیمی فاکس
(بازیگر خواننده)



آنجلا مونته نگرو
(سریال استخوان‌ها)



جک داسون
(فیلم تایتانیک)



کاپیتان مارول
(فیلم کاپیتان مارول)



پنی هافستادتر
(سریال بیگ‌بنگ تئوری)



ویژگیهای شخصیتی



شاداب و پرانرژی:

ESFP ها از انرژی مثبت و پرشور زندگی بهره می‌برند و همیشه به نشاط و شادابی مشهودی دست‌یافته و محیط اطراف خود را به تأثیر می‌اندازند.

علاقه به افراد و اجتماع:

آن‌ها از تعامل با دیگران لذت می‌برند و در محیط‌های اجتماعی به خوبی عمل می‌کنند. زندگی به همراه دیگران برایشان اهمیت بالایی دارد.

شهود عاطفی به زندگی:

ESFP ها زندگی را از دیدگاه احساسی و عاطفی می‌بینند، به تجربه‌هایی که با حواسشان در ارتباط‌اند بسیار اهمیت می‌دهند.

خوش‌بینی و بهبود دهندگی:

آن‌ها به دنبال راه‌هایی هستند که باعث بهبود حال و احساس دیگران شود. این بهبودها می‌تواند از طریق شگفتی‌ها و لحظات خوشحالی رخ دهد.

علاقه به بازی و تفریح:

ESFP ها از فعالیت‌های سرگرم‌کننده و تفریحی لذت می‌برند و در آن مشارکت فعال دارند.

صمیمیت و دوستانگی:

ارتباطات صمیمی و دوستانه برای آن‌ها اهمیت دارد و اغلب در ارتباطاتشان تلاش می‌کنند تا این صمیمیت را حفظ کنند.

توجه به جزئیات:

ESFP ها از جزئیات محیط و وقایع پیرامون خود آگاهی دارند و از آن‌ها برای ایجاد تجربیات بهتر و کارآمدتر استفاده می‌کنند.

قدردانی از دیگران:

آن‌ها از نقش‌های و مساعدت‌های دیگران بهره‌برداری می‌کنند و به نوعی به تأثیر مثبت دیگران اهمیت می‌دهند.

قدرت اقناع و بیان خوب:

توانایی‌های بالایی در اقناع و بیان دارند و معمولاً می‌توانند دیگران را متقاعد کنند.



شکيبايي و همدلي:

آن‌ها به تفهيم و شكيبايي با ديگران اهميت مهمي مي‌دهند و تلاش مي‌کنند تا ارتباطاتشان هميشه مبتني بر احترام و همدلي باشد.

خلاقيت و نوآوري:

ESFPها از خلاقيت و نوآوري براي ايجاد تجربيات متنوع و جذاب براي خود و ديگران استفاده مي‌کنند.

استقلال و استفاده از امکانات موجود:

آن‌ها علاقه دارند به صورت مستقل اقدام کنند و از منابع و امکانات موجود به خوبي بهره‌برداري کنند.



نقاط ضعف شخصیتی



علاقه به لذت بردن از زندگی:

افراد ESFP به تجربه‌ی لذت بردن از لحظات و تفریحات زندگی زیاد اهمیت می‌دهند. آن‌ها به دنبال تجربه‌های شاد و هیجان‌انگیز شدید هستند.

مسئولیت نیازمند بهبود:

به علت تمرکز بر لذت و تفریح، افراد ESFP ممکن است در انجام مسئولیت‌های کاری دچار مشکل شوند و پروژه‌ها را ناتمام بگذارند.

تبادلات اجتماعی:

افراد ESFP به علت علاقه شدید به تعامل با دیگران، ممکن است در موقعیت‌های کاری به مشکل برخورد کنند. آن‌ها به دلیل تحت تأثیر و نیاز به تأیید از دیگران، نمی‌توانند به خوبی نظم و برنامه‌ریزی کنند.

تمایل به تفریح و سرگرمی:

افراد ESFP به دلیل علاقه شدید به لذت بردن از لحظات، به طور پیشاپیش برنامه‌ریزی نمی‌کنند و ممکن است به چالش‌های زندگی برخورد کنند.

مهارت‌های مدیریت زمان:

افراد ESFP باید از مهارت‌های مدیریت زمان استفاده کنند تا بتوانند تعادل مناسبی بین کار و تفریح حفظ کنند و وظایف خود را به خوبی انجام دهند.

پیش‌بینی حوادث آینده:

افراد ESFP باید در ارزیابی حوادث آینده بهبود دهند و اگر اتفاقات ناخواسته رخ دهد بدانند که چگونه برخورد کنند.

تصمیم‌گیری بدون توجه به منطق:

افراد ESFP به ندرت منطقی تصمیم می‌گیرند و بیشتر بر احساسات و لذت‌های فوری تمرکز دارند.

ارزش دوستان:

دوستان برای افراد ESFP بسیار ارزشمند هستند و آن‌ها تمایل دارند تا به جنبه‌های مثبت و قوی دوستان خود زیاد توجه کنند.

تفکر پیشرو:

افراد ESFP باید بتوانند از فاصله‌ی معقول به اقدامات و رفتارهای خود نگاهی دقیق داشته باشند و به تحلیل علل و معلول



اقدامات خود بپردازند.

پذیرفتن عدم توانایی در برخی موارد:

افراد ESFP باید بپذیرند که نه گفتن و انجام ندادن برخی کارها می‌تواند به نفعشان باشد.

Typetip.ir



روابط با دیگران



انس سریع و قبول کردن:

این افراد به راحتی با محیطها و افراد جدید را آشنا می‌شوند و می‌پذیرند. آن‌ها از تعامل با دیگران لذت می‌برند و احساس ناخوشایندی نسبت به دیگران ندارند.

سرگرم‌کننده و دور بودن از ناراحتی:

این افراد توانایی سرگرم کردن دیگران را دارند و تلاش می‌کنند تا فضاها را دل‌پذیرتر کنند. آن‌ها از مثبت‌اندیشی بهره می‌برند و سعی می‌کنند احساسات منفی را از خود دور نگه‌دارند.

انرژی فراوان و پرحرارت:

این افراد انرژی زیادی دارند و با اشتیاق به زندگی می‌پردازند. آن‌ها به‌طور معمول مشتاق و پرنرژی به کارها و فعالیت‌ها می‌پردازند.

تفریح طلبی و جذابیت در روابط:

این افراد روابط را به‌صورت تفریحی می‌بینند و سعی می‌کنند آن‌ها را جذب کنند. آن‌ها به تجربه‌های مشترک و لحظات خوب توجه می‌کنند.

حساسیت به رنج دیگران:

این افراد از وقتی دیگران درد و رنج دارند ناراحت می‌شوند و احساس همدردی می‌کنند. آن‌ها تلاش می‌کنند تا کمک کنند و دیگران را تسکین دهند.

مهربانی و محبت به دیگران:

این افراد بامحبت و مهربانی به دیگران نزدیک می‌شوند و آن‌ها را در مرکز توجه قرار می‌دهند. آن‌ها به اشتراک‌گذاری محبت خود با دیگران اهمیت می‌دهند.

پیش‌بینی‌ناپذیری و انتشار انرژی:

رفتار این افراد ممکن است پیچیده و غیرقابل‌پیش‌بینی باشد. آن‌ها ممکن است تغییرات خود را به‌طور ناگهانی نشان دهند و انرژی آن‌ها ممکن است تغییر کند.

تمایل به عمل به‌جای فکر:

این افراد تمایل دارند به‌جای تفکر طولانی، به انجام کارها بپردازند. آن‌ها از انجام عمل بهره می‌برند و اغلب به‌طور عاطفی و عمل‌گرا واکنش نشان می‌دهند.



سختی در تنهایی و عدم انجام کار:

برای این افراد سخت است تنها باشند یا کاری را اصلاً انجام ندهند. آن‌ها به تعامل با دیگران نیاز دارند و از تنهایی خودداری می‌کنند.

Typetip.ir



در محل کار



- این گروه دوست دارند در محیطی پر جنب و جوش و با افرادی مهربان و پویا فعالیت کنند.
- با مردم رابطه‌ای صمیمی و خوشایند دارند.
- تنوع را ترجیح می‌دهند و شغلشان را به آسانی عوض می‌کنند.
- به سرعت محیط را بررسی می‌کنند و با شرایط سازگار می‌شوند.
- در حل کردن تضاد و تعارض ماهر هستند. می‌توانند دیگران را یاری کنند تا به خوبی در گروه کار کنند.
- دارای دانش و عقلانیت هستند.
- دوست دارند به سرعت به جواب برسند.
- می‌توانند دیگران را تشویق کنند تا تصمیم بگیرند و همکاری گروهی را افزایش دهند.
- از خدمت‌رسانی به دیگران لذت می‌برند.
- در بسیاری از موارد، کارهایشان را به آخرین لحظه موکول می‌کنند.
- برایشان سخت است که بفهمند چقدر زمان برای انجام یک کار لازم است.



نقاط قوت کاری



- این افراد توانایی سازگاری با شرایط مختلف را دارند و به راحتی تغییرات را پذیرفته و به آن‌ها عادت می‌کنند.
- این افراد به واقعیات پیرامون خود توجه می‌کنند و از آن‌ها برای بهبود عملکرد خود استفاده می‌کنند.
- این افراد به کارکنان و سازمان خود وفادار هستند و به آن‌ها احترام می‌گذارند.
- این افراد می‌توانند فضای کاری مناسب را برای خود و دیگران ایجاد کنند و از آن لذت ببرند.
- این افراد دوست دارند با دیگران همکاری کنند و در صورت نیاز به آن‌ها کمک کنند.
- این افراد توانایی ارزیابی منابع و شرایط موجود را دارند و به صورت منطقی و عقلانی از آن‌ها استفاده می‌کنند.
- این افراد دارای انرژی زیادی هستند و علاقه‌مند به انجام کارهای خود هستند.
- این افراد به احساسات و خواسته‌های دیگران توجه می‌کنند و آن‌ها درک و از آن‌ها قدردانی می‌کنند.
- این افراد توان کار تیمی را دارند و با دیگران هماهنگ می‌شوند.
- این افراد ریسک‌پذیر هستند و از اینکه با چالش‌های جدید و مشکلات روبرو شوند نمی‌ترسند.



نقاط ضعف کاری



- این افراد توانایی در انتخاب مناسب و منطقی ندارند.
- این افراد تعهد به انجام به موقع وظایف ندارند.
- این افراد توجه به آینده و پیامدهای آن ندارند.
- این افراد تشخیص فرصت‌های رشد و پیشرفت را ندارند.
- این افراد دوست داشتن همکاری با دیگران را ندارند.
- این افراد برنامه‌ریزی و آمادگی قبل از شروع کار را ندارند.
- این افراد دید سطحی و توجه کم به جزئیات دارند.
- این افراد حساس به نقد و بازخورد منفی هستند.
- این افراد رضایت از قوانین و مقررات را ندارند.
- این افراد هدف بلندمدت ندارند.
- این افراد نظم و انضباط در خود و دیگران را دوست ندارند.



رضایت شغلی



- بتوانند از تجربیات خود درس بگیرند، اطلاعات موردنیاز را تهیه کرده و سپس برای حل مشکل عمل کنند.
- بتوانند در مسائل شرکت کرده و مستقیماً با مشتریان و مراجعین ارتباط برقرار کنند.
- با افراد مختلف در ارتباط باشند و در کارشان سرگرمی و استقلال داشته باشند.
- بامهارت افراد و مسائل آنها سروکار داشته باشند و از تنش بین آنها کاسته باشد.
- بتوانند فعالیت‌های گوناگون را انجام دهند.
- در طول روز با افراد مختلفی همکاری کنند که مانند آنها پرشور و پرانگیزه هستند.
- بتوانند پروژه‌هایی را پیگیری کنند که نتایج سریع داشته و نیازهای افراد مختلف را پاسخ دهند.
- در محیطی صلح‌آمیز و خوشایند کار کنند.
- به زحمات آنها جایزه داده شود و احساس کنند به خاطر کارشان تقدیر و سپاس گذاری می‌شوند.
- حداقل فرمالیتی در کار باشد که بتوانند خوشحال باشند و هرروز از کارشان خوشحال شوند.



مشاغل مناسب



مشاغل گروه آموزشی و خدمات اجتماعی :

ESFPها اغلب کار آموزش و معلمی را دوست دارند. بخصوص از آموزش به کودکان لذت می‌برند. مدارس مقدماتی و پیش‌دبستانی اغلب از ساختار کمتری برخوردارند و به همین دلیل با آزادی بیشتری می‌توان در آن‌ها کار کرد. ESFPها از آموزش مهارت‌های اولیه زندگی به افراد استقبال می‌کنند. آنان به بچه‌ها کمک می‌کنند تا به سازگاری بیشتری باهم برسند. در ضمن ESFPها مربیان ورزشی خوبی هستند.

معلم دبستان و قبل از آن معلم کودکان خاص معلم هنری پرستار کودک مربی مهدکودک مربی ورزشی

مشاغل گروه مراقبت‌های بهداشتی و سلامتی :

مراقبت‌های پزشکی و مددکاری اجتماعی به ESFPها فرصت می‌دهد تا به دیگران کمک کنند. این قبیل کارها مستلزم داشتن مهارت‌های کافی و تکرار و تمرین است. اغلب ESFPها از اینکه با دیگران کار کنند لذت می‌برند. پرستاری اتاق اورژانس بیمارستان‌ها به تصمیم‌گیری سریع و برخورد با شرایط بحرانی احتیاج دارد. ESFPها از کار کردن با حیوانات و تعلیم دادن به آن‌ها لذت می‌برند. آنان از اینکه زندگی را برای دیگران آسان‌تر و رضایت‌بخش‌تر کنند، لذت می‌برند.

مددکار اجتماعی پرستار دامپزشک رادیولوژیست فیزیوتراپ ورزشی مربی بدن‌ساز مربی حیوانات ماساژ درمانگر متخصص ستون فقرات متخصص گفتاردرمانی دستیار پزشک پزشک اورژانس پزشک متخصص اطفال بینایی‌سنج

مشاغل گروه سرگرمی و تفریحی :

ESFPها به سرگرم کردن دیگران علاقه دارند. آنان از زیبایی‌شناسی بهره فراوان دارند. بعضی از ESFPها از به نمایش گذاشتن هنر خود لذت می‌برند و بعضی دیگر می‌خواهند در جمع هنرمندان دیگر ظاهر شوند. این اشخاص مسافرت کردن را دوست دارند و می‌توانند آژانس‌های مسافرتی موفق دایر کنند. آن‌ها به خواسته‌های مشتریان خود خوب گوش می‌دهند و حداکثر تلاش خود را می‌کنند تا خواسته‌های آنان را به‌جا آورند.

مدیر و کارمند آژانس مسافرتی موسیقیدان عکاس بازیگر تهیه‌کننده فیلم و کارتون مجری ورزشی مجری رادیو و تلویزیون نقاش مجسمه‌ساز مدرس پرواز نجار کشاورز جنگلبان

مشاغل گروه فروش و خدمات :

ESFPها معمولاً از دنیای تجارت و به‌خصوص از دنیای شرکت‌ها دل‌خوشی ندارند، اما از مشاغلی که با مردم در ارتباط باشد، استقبال می‌کنند. اگر کار فروش از ساختار کمتری برخوردار باشد به آن علاقه دارند. این اشخاص از روابط عمومی، جمع‌آوری اعانه و واسطه شدن لذت می‌برند.

خرده‌فروش مربی ورزشی کارشناس روابط عمومی کارمند آژانس مسافرتی کارگزار بیمه مؤسس سازمان‌های خیریه فروشنده لوازم ورزشی

مشاغل گروه خدمات :

خدمه پرواز

منشی مسئول پذیرش جواهرساز طراح داخلی سرآشپز



مشاغل گروه علوم :

پژوهشگر محیط زیست

بیولوژی ست دریایی زمین شناس جانورشناس

Typetip.ir



اوقات فراغت



- ESFPها هر چیز را به یک فرصت خوش‌گذرانی تبدیل می‌کنند.
- آن‌ها از جشن‌های بزرگ و دیدارهای فراوان لذت می‌برند.
- دوست دارند که در لحظه عمل کنند.
- خانه‌هایشان معمولاً پر از مهمان است.
- ESFPها علاقه‌مند به موسیقی، رقص، غذا، نوشیدنی و تفریح هستند.

Typetip.ir



پیشنهادات



- اگر مشکلی پیش آمد، نباید از آن چشم‌پوشی کنند. شاید بعداً بدتر شود.
- از تصمیم‌های عاطفی که ممکن است بعداً پشیمان شوند، پرهیز کنند.
- همه‌چیز را جدی نگیرند. گاهی وقت برای خود بگذارند و از زندگی لذت ببرند.
- کارهای خود را تا انجام ندادند، ول نکنند. ممکن است دیگران را در مشکل بیندازند.
- به‌جای اینکه فقط به پول و مال فکر کنند، به چیزهای دیگر هم اهمیت بدهند. خوشبختی فقط با پول به دست نمی‌آید.
- سلامت خود را نادیده نگیرند. به تغذیه و ورزش خود دقت کنند.
- از قبول کارهای زیاد و هم‌زمان خودداری کنند. ممکن است نتوانند به همه آن‌ها عدالت ورزند.
- گاهی وقت‌ها با خود حرف بزنند و به احساسات خود گوش کنند. شاید چیزهای جدیدی درباره خود بفهمند.
- به آرزوها و اهداف خود فکر کنند تا به معنای زندگی خود برسند. شاید چیزهای جالب‌تری از آنچه فکر می‌کنند، در انتظارشان باشد.
- به توانایی‌های خود بها دهند. آن‌ها صمیمی، سرزنده، جذاب، منعطف، خوش‌بین، ماجراجو، سخاوتمند، همکار و شاد هستند.
- رمز موفقیت ESFP این است که به آینده فکر کنند، مسائل را شخصی نگیرند و به تعهدات خود پایبند باشند.