

จัดทำโดยกิจกรรมเพื่อสังคมโนว์อาร์

ผลแบบทดสอบ

# Sixteen Potentials ESFP

จัดทำโดย กิจกรรมเพื่อสังคมโนว์อาร์





## Extraversion – Sensing – Feeling – Perceiving

# ESFP

# นัก แสดง

ในฐานะของคนที่มีบุคลิกภาพแบบ ESFP วิธีการหลักในการใช้ชีวิตของคุณจะสนใจอยู่กับโลกภายนอก ได้แก่ ทุกสิ่งทุกอย่างที่อยู่รอบตัวของคุณ โดยคุณจะรับรู้สิ่งต่างๆ เหล่านี้ผ่านทางประสาทสัมผัสทั้ง 5 ของคุณตามความเป็นจริงของสิ่งนั้นๆ เป็นหลัก (Extraverted Sensing – Se) วิธีการรองในการใช้ชีวิตของคุณจะสนใจอยู่กับโลกภายใน ได้แก่ สิ่งที่อยู่ในจิตใจและห้วงสมองของคุณ ซึ่งคุณจะจัดการกับสิ่งต่างๆ เหล่านี้โดยใช้ความรู้สึกหรือค่านิยมส่วนตัวของคุณ (Introverted Feeling – Fi)

ESFP อาศัยอยู่ในโลกที่เต็มไปด้วยผู้คนต่างๆ รอบตัว พวกเขา รักและสนุกกับการได้อยู่ร่วมกับผู้อื่น ชอบค้นหาประสบการณ์ใหม่ๆ เป็นคนที่รักสนุก, ร่าเริงสดใส และกระปรี้กระเปร่า ชอบการเป็นจุดสนใจ ใช้ชีวิตอยู่ในปัจจุบันเป็นหลัก เพลิดเพลินอยู่กับความตื่นเต้นและความเร้าใจ มีความกระตือรือร้นสูง

ESFP เป็นคนที่มีทักษะการติดต่อสื่อสารระหว่างบุคคลสูงมากและมักจะพบว่าตัวเองนั้นอยู่ในบทบาทของผู้ไกล่เกลี่ยอยู่บ่อยๆ ด้วยการที่พวกเขาเป็นคนที่ตัดสินใจโดยใช้ค่านิยมส่วนตัวเป็นหลัก จึงเป็นคนที่ค่อนข้างเห็นอกเห็นใจและเป็นห่วงเป็นใยในสภาพความเป็นอยู่ของแต่ละคน เป็นคนที่ค่อนข้างใจกว้างและอบอุ่น ชอบสังเกตเกี่ยวกับผู้คน พวกเขาอาจจะไม่ชวนให้คำแนะนำที่ดีที่สุดในโลก เพราะว่าพวกเขาไม่ชอบทฤษฎีและการวางแผนล่วงหน้า แต่พวกเขาเก่งในการให้การดูแลที่สามารถปฏิบัติได้จริง

คนแบบ ESFP ชอบทำหรือปรับเปลี่ยนอะไรตามสถานการณ์ที่ได้พบเจออย่างเป็นธรรมชาติ เป็นคนที่มองโลกในแง่ดี รักความสุข ชอบใช้ชีวิตไปให้ถึงขีดสุด และค้นหาสิ่งใหม่ๆ ด้วยสิ่งนี้เลยทำให้บางทีก็เป็นคนที่กล้าเสี่ยง ชอบผจญภัย พวกเขาเชื่อว่าชีวิตคืออะไรที่จะต้องได้ค้นพบ ชื่นชอบการเข้าสังคมอย่างสุดๆ เป็นคนง่ายๆ และสบายๆ

ถ้า ESFP คนใดที่ยังไม่ได้พัฒนาในด้าน Thinking (ตรงกันข้ามกับ Feeling) โดยการใช้การกระบวนการพิจารณาหรือการคิดวิเคราะห์ด้วยความมีเหตุผล จะมีแนวโน้มเป็นคนที่ทำตามใจของตัวเองมากเกินไปและยกให้ความรู้สึกและสิ่งที่ทำให้พอใจ ณ เวลานั้นๆ สำคัญกว่างานและหน้าที่ นอกจากนี้ยังอาจจะละเลยและไม่สนใจในผลลัพธ์ของการกระทำในระยะยาวอีกด้วย เช่น เรื่องการใช้เงิน เป็นต้น



สำหรับ ESFP แล้ว โลกทั้งโลกก็เหมือนกันเวที พวกเขาชอบการเป็นจุดสนใจและแสดงออกไป มักจะแสดงอะไรเพื่อสร้างความบันเทิงและความสุขให้กับคนอื่น ๆ อยู่เสมอๆ ชอบกระตุ้นผู้อื่นและก็เก่งในด้านนี้จริงๆ พวกเขาคงไม่ชอบอะไรมากกว่าการที่ชีวิตเป็นงานปาร์ตี้ซึ่งไม่มีวันจบอีกแล้ว ซึ่งคนแบบ ESFP ก็ชอบรับบทบาทเป็นผู้รักในการให้ความสนุกอีกด้วย

ESFP รักผู้คนและทุกคนก็รักเขา เป็นคนที่มีความหวังและร่าเริง พวกเขาชอบและเข้ากันได้กับแทบจะทุกคน เป็นคนที่ให้อบอุ่นและใจกว้างต่อเพื่อนฝูงอย่างไม่มีที่สิ้นสุด และมักจะปฏิบัติต่อทุกคนในฐานะเพื่อน อย่างไรก็ตาม เมื่อถูกคนหลอกหรือหักหลัง ESFP จะตัดสินคนที่ทรยศคนนั้นอย่างไม่ไยดี พวกเขาไม่ชอบอะไรแบบนี้เลยจริงๆ

เมื่อใดก็ตามที่ ESFP ตกอยู่ในความเครียด พวกเขาจะถูกครอบงำโดยความคิดและความเป็นไปได้ในเชิงลบ ในฐานะของ ESFP ที่เป็นคนมองโลกในแง่ดี การมีความคิดถึงอะไรที่เป็นไปได้ในทางลบเป็นอะไรที่แย่มากสำหรับพวกเขา ในการพยายามต่อสู้กับมัน พวกเขามักจะใช้คำกล่าวอย่างเรียบง่ายในการอธิบายถึงปัญหาออกไป การอธิบายอย่างง่าย ๆ นี้อาจจะช่วยหรือไม่ช่วยในการเข้าถึงปัญหา แต่มันจะช่วยให้ ESFP นั้นรู้สึกสบายใจขึ้นที่ได้รับระบายออกไปให้ใครฟัง

ESFP เป็นนักปฏิบัติ ไม่ชอบการมีแบบแผนหรือโครงสร้างและการทำกิจวัตรประจำวัน พวกเขาชอบทำตัวไหลไปตามกระแสน้ำ เชื่อมั่นในความสามารถของตัวเอง นั่นคือ สร้างการกระทำหรือคำพูดใดๆ โดยที่ไม่ต้องเตรียมการมาก่อน พวกเขาพร้อมที่จะทำตัวปรับเปลี่ยนให้เข้ากับทุกสถานการณ์ที่ได้พบเจอ จะเรียนรู้ได้ดีที่สุดก็ต่อเมื่อได้ใช้ทั้งสองมือของตัวเองลองทำเป็นประสบการณ์มากกว่าที่จะอ่านในหนังสือ ไม่ค่อยสุขสบายใจถ้าจะต้องยุ่งเกี่ยวกับทฤษฎี ถ้า ESFP คนใดที่ยังไม่ได้พัฒนาทางด้าน Intuition (ตรงกันข้ามกับ Sensing) เขาจะต้องพยายามหลีกเลี่ยงสถานการณ์ที่อาศัยการคิดเชิงทฤษฎีหรืออะไรที่ซับซ้อนยากที่จะเข้าใจ ด้วยเหตุนี้ ESFP อาจจะพบความยากลำบากในโรงเรียน ในทางกลับกัน ESFP จะทำได้ดีอย่างมากในสถานการณ์ที่ต้องเรียนรู้ผ่านการมีปฏิสัมพันธ์กับผู้อื่นหรือไม่ก็สิ่งๆ ที่เกี่ยวกับการเรียนรู้โดยการลงมือทำ

ESFP มีความสามารถที่ดีในการเล็งเห็นคุณค่าของความงามทางด้านศิลปะ ถ้าพวกเขาทำได้ ก็คงอยากมีอะไรสวยๆ งามๆ ไว้ในครอบครองและตกแต่งบ้านอย่างสวยงาม ESFP จะได้รับความพึงพอใจของวัตถุจากความสวยความงาม พวกเขาน่าจะชื่นชอบอะไรดีๆ ในชีวิต เช่น อาหารดีๆ เสื้อผ้าดีๆ เป็นต้น



ESFP เป็นผู้ร่วมงานที่ดี ไม่ค่อยจะสร้างปัญหาหรือความวุ่นวายและยังชอบจะสร้างสภาพแวดล้อมให้สนุกสนานเพื่อทำงานให้เสร็จ ESFP จะทำได้ดีที่สุดถ้าได้ทำอาชีพที่จะได้ใช้ทักษะเกี่ยวกับคนอื่นยอดเยี่ยมของเขา เช่นการติดต่อสื่อสาร ด้วยการที่เป็นคนชอบประสบการณ์ใหม่ๆ พวกเขาควรจะเลือกสาขาอาชีพที่มีหรือต้องการความหลากหลาย เช่นเดียวกันกับทักษะเกี่ยวกับคนก็ด้วย

ESFP ชอบการมีความรู้สึกผูกติดกับผู้อื่น ชอบเชื่อมความสัมพันธ์กับเด็กเล็กๆและสัตว์เลี้ยง ซึ่งไม่ค่อยพบเจอในบุคลิกภาพแบบอื่นๆ พวกเขายังมีความชื่นชมต่อความสวยงามของธรรมชาติด้วย

ESFP รักที่จะมีชีวิตอยู่มากๆ พวกเขารู้วิธีทำให้อะไรสนุกและก็ชอบทำให้ผู้อื่นสนุกด้วยเช่นกัน เป็นคนยืดหยุ่นและปรับเปลี่ยนได้ สนใจในคนรอบตัวอย่างแท้จริง มักจะเป็นคนใจดีมีเมตตาใจดี สามารถทำให้ชีวิตเป็นเรื่องสนุกในหลายๆอย่าง แต่อย่างไรก็ตาม ESFP นั้นต้องระวังในเรื่องการใช้ชีวิตให้ดีๆ เพราะพวกเขาอาศัยอยู่ในโลกของปัจจุบันแทบจะอย่างเดียว

## ESFP กับอาชีพและการทำงาน

ในส่วนนี้จะเป็นการพูดอธิบายเกี่ยวกับอาชีพหรืองานที่เหมาะสมของ ESFP งานที่เหมาะสมในที่นี้หมายถึง งานที่จะสามารถดึงความสามารถของเหล่า ESFP ทั้งหมดที่มี ออกมาใช้เพื่อให้เกิดประโยชน์สูงสุดได้ เป็นงานที่จะสามารถปฏิบัติได้ดีและมีความชอบโดยธรรมชาติ ส่วนงานที่ไม่เหมาะสมหมายถึง งานที่บุคลิกภาพของ ESFP ไม่เอื้ออำนวยให้สามารถดึงศักยภาพทั้งหมดที่มีในตัวออกมาใช้เพื่อให้งานออกมาดีและเกิดประโยชน์สูงสุด ทำให้ต้องเหนื่อยและใช้ความพยายามเป็นพิเศษ แต่นี่ไม่ได้หมายความว่าเราจะไม่มีหางานที่บุคลิกภาพของเราไม่เอื้ออำนวยให้ประสบความสำเร็จได้เลย เพราะการพิจารณาอาชีพหรืองานนั้น นอกจากจะพิจารณาจากความถนัดหรือความชอบแล้ว เรายังต้องมีใจรักที่จะทำมันอีกด้วย เรามาดูลักษณะคร่าวๆเกี่ยวกับบุคลิกภาพแบบ ESFP กันเลยดีกว่า



# ESFP กับลักษณะโดยคร่าวๆ

- อาศัยอยู่ในโลกของปัจจุบันมากกว่าที่จะคิดถึงอนาคต
- จะชอบและรู้สึกตื่นเต้นกับการได้ค้นพบหรือได้ทดลองประสบการณ์ใหม่ๆในชีวิต บางทีก็ชอบค้นหาความท้าทายใหม่ๆ
- เป็นนักปฏิบัติจริง อาศัยอยู่ในโลกแห่งความจริง ไม่ค่อยที่จะคิดเพ้อฝัน
- สนใจและเป็นห่วงเป็นใยผู้คนต่างๆรอบตัว ไม่ว่าจะเป็นครอบครัว, เพื่อนสนิท หรือเพื่อนร่วมงาน
- รู้จักวิธีการในการค้นหาช่วงเวลาดีๆในชีวิตและการที่จะทำให้ผู้อื่นรู้สึกสนุกไปด้วย
- ชอบใช้ชีวิตแบบปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ที่ได้พบเจอ — ไม่ค่อยวางแผนล่วงหน้า
- ไม่ชอบการมีแผนการ, กำหนดการ, ตารางเวลาในชีวิต — ชอบใช้ชีวิตแบบยืดหยุ่นปรับเปลี่ยนไปตามสถานการณ์ที่ได้พบเจอ
- ไม่ชอบสิ่งที่เป็นทฤษฎีและอะไรที่มีคำอธิบายยาวมาก ๆ
- มีความชอบเป็นพิเศษกับการได้อยู่ข้างเด็ก ๆ หรือสัตว์เลี้ยง
- มีความตระหนักถึงคุณค่าของสิ่งที่เกี่ยวข้องกับความงามหรือศิลปะ
- มีทักษะเกี่ยวกับคนที่ยอดเยี่ยม ไม่ว่าจะเป็นการสื่อสารหรือการที่เข้ากับผู้อื่นได้ง่าย
- มองโลกในแง่ดีและรักสนุก ใช้ชีวิตไปให้ถึงขีดสุด
- เชื่อในความรู้สึกส่วนตัวมากกว่าที่จะเชื่อสิ่งที่อยู่ในลักษณะของความเป็นเหตุเป็นผล
- ชอบความหลากหลายในชีวิต มักจะรู้สึกเบื่อได้ง่ายกับการทำกิจวัตรประจำวันอันแสนน่าเบื่อ
- สดใส, ร่าเริง, มีชีวิตชีวา และกระตือรือร้น ชอบการคบค้าสมาคม

ESFP เป็นคนที่เก่งในหลายๆอย่าง แต่จะรู้สึกมีความสุขมากกว่าถ้าได้ทำงานที่ต้องมีการติดต่อกับผู้คนอย่างมากมายและกว้างขวาง นอกจากนี้เป็นคนที่ชอบค้นหาประสบการณ์ใหม่ๆในชีวิต ESFP ควรจะเลือกอาชีพที่ตัวเองมีโอกาสในการนำเอาทักษะเกี่ยวกับคนที่ดีมาใช้งานให้เป็นประโยชน์หรือไม่ก็เป็นงานที่สามารถลงมือปฏิบัติจริงได้ง่ายๆไม่ซับซ้อน ไม่ต้องใช้เครื่องมือเครื่องมีพิเศษ/การฝึกฝนหรือทฤษฎีอะไรที่ยุ่งยากให้มากมาย งานที่ได้มีโอกาสได้ช่วยเหลือผู้อื่นก็ดี เพราะ ESFP มักจะได้เป็นผู้ที่อยู่ในบทบาทของผู้ใกล้ชิดอยู่บ่อยๆ สิ่งต่างๆเหล่านี้ เช่น การได้พูดคุยกับผู้คนอย่างกว้างขวาง จะช่วยให้ ESFP ได้สัมผัสกับประสบการณ์ใหม่ๆในชีวิตอยู่ตลอดเวลาซึ่งเป็นสิ่งที่พวกเขาต้องการและจะไม่รู้สึกเบื่อกับชีวิตเลย

อย่างไรก็ตาม ทุกๆบุคลิกภาพสามารถทำได้ดีในทุกๆอาชีพหรือสาขาของงาน แต่สิ่งที่จะนำเสนอต่อไปนี้จะเป็นตัวอย่งของอาชีพหรืองานที่เหมาะสมกับพรสวรรค์ในตัวของ ESFP ซึ่งมักจะถูกงานเหล่านี้ดึงดูด และมีความเก่งมากกว่าใครๆโดยธรรมชาติ แน่นอนเราไม่รับประกันว่างานที่จะนำเสนอเหล่านี้มันจะเหมาะสมกับคุณ 100% แต่มันเป็นงานที่ ESFP ส่วนใหญ่มักจะเลือกทำ ทั้งจากความชอบและความเหมาะสม รวมไปถึงความสามารถสูงที่มีให้กับงานนั้นๆ งานอื่นๆที่อยู่นอกเหนือจากนี้ก็ไม่ได้หมายความว่า จะไม่สามารถปฏิบัติงานนั้นๆ ได้ดีหรือไม่สามารถประสบความสำเร็จได้เลย ถึงแม้ว่าบุคลิกภาพของเราอาจจะไม่เหมาะสม แต่ถ้าใจเรารัก เราก็จะทนอยู่กับมันได้นานและฝึกฝนมันจนชำนาญ สักวันหนึ่งก็จะประสบความสำเร็จในที่สุด

## อาชีพที่ควรพิจารณา

- นักแสดง
- ศิลปิน
- ผู้ช่วยงานธุรการ
- ผู้ฝึกสอน (นักกีฬาหรือสัตว์)
- นักแสดงตลก
- นักเต้น
- ผู้ดูแลเด็ก
- นักออกแบบแฟชั่น
- งานบริหารทรัพยากรมนุษย์ (HR)
- มัณฑนากร
- นักดนตรี
- นักการตลาด
- ช่างภาพ
- ผู้ให้คำปรึกษา
- ตัวแทนขาย / พนักงานขาย
- จิตรกร
- นักจิตวิทยา
- พนักงานต้อนรับ
- เลขา / ผู้ช่วยส่วนตัว

- สัตวแพทย์ / ผู้ช่วยสัตวแพทย์
- นักสังคมสงเคราะห์
- ชาวนา / เจ้าของฟาร์มปศุสัตว์
- พ่อครัวหรือหัวหน้าแผนกครัว
- ผู้ช่วยแพทย์หรือผู้ช่วยทันตแพทย์/ผู้ช่วยแพทย์ห้องฉุกเฉิน
- นักโภชนาการ
- นักวิทยาศาสตร์สิ่งแวดล้อม
- นักสร้างภาพยนตร์ / ผู้กำกับภาพยนตร์
- นักธรณีวิทยา
- ตัวแทนประกันภัย
- ภูมิสถาปนิก
- ผู้ประกาศข่าว / ผู้รายงานข่าว
- นักกายภาพบำบัด
- เจ้าหน้าที่ประสานงานกิจกรรม
- พยาบาล/กุมารแพทย์
- เจ้าของร้านอาหาร
- วิทยาศาสตร์เครื่องสำอางค์
- ผู้ช่วยแพทย์



- ตัวแทนนำเสนอสถานที่ท่องเที่ยว
- อาจารย์ในโรงเรียน (อนุบาล/ประถมศึกษา)
- คนทำสวน
- ผู้เชี่ยวชาญด้านเสื้อผ้าและการแต่งกาย
- แอร์โฮสเตส
- เจ้าหน้าที่ป่าไม้
- ผู้ค้าส่ง / ขยายปลีก
- นักประชาสัมพันธ์
- ตัวแทนบริการหลังการขาย
- นักสัตววิทยา
- นักทัศนมาตรศาสตร์
- พนักงานเสิร์ฟอาหาร
- ผู้สอนเต้นแอโรบิค
- นักจัดนิทรรศการ
- หมอนวด
- แพทย์เวชศาสตร์ครอบครัว
- ช่างตัดแว่น / นักทัศนมาตรศาสตร์
- นักสรีรวิทยาการออกกำลังกาย
- ผู้ช่วยเภสัชกร
- นักกิจกรรมบำบัด/นักแก้ไขการพูด
- หมอจัดกระดูก (Chiropractor)
- กุมารแพทย์
- พระ
- นักศิลปะบำบัด