

PERSONALITY

ISN'T PERMANENT หลุดกรอบบุคลิกภาพ

Break Free from Self-Limiting Beliefs
and Rewrite Your Story

เพราะคุณไม่ได้เป็นแบบนี้มาแต่เกิด
และจะไม่เป็นแบบนี้ไปจนตาย

Benjamin Hardy **เจย์น**
สาริตา กนกวรภิตต์ **แปด**

616517180

012517355

122469140

หลุดกรอบบุคลิกภาพ:
เพราะคุณไม่ได้เป็นแบบนี้มาตั้งแต่เกิด
และจะไม่ได้เป็นแบบนี้ไปจนตาย

Personality Isn't Permanent: Break Free from Self-Limiting Beliefs
and Rewrite Your Story

ผู้เขียน

Benjamin Hardy

ผู้แปล

สาริตา กนกวรกิตต์



สำนักหอสมุด มหาวิทยาลัยเชียงใหม่

CHIANGMAI UNIVERSITY LIBRARY

621.9.1.1

สารบัญ

บทนำ	11
แบบทดสอบบุคลิกภาพเกือบทำลายชีวิตของผม	11
บทที่ 1	29
ความเชื่อเกี่ยวกับบุคลิกภาพ	29
บทที่ 2	81
ความจริงเกี่ยวกับบุคลิกภาพ	81
บทที่ 3	129
เปลี่ยนขนาดแผลในใจ	129
บทที่ 4	159
เปลี่ยนเรื่องราว	159

บทที่ 5 _____

ยกระดับจิตใจสำนัก	199
-------------------	-----

บทที่ 6 _____

ออกแบบสิ่งแวดล้อมรอบตัวเสียใหม่	219
---------------------------------	-----

สรุป _____

โอบรับอนาคตเพื่อเปลี่ยนแปลงอดีต	245
---------------------------------	-----

กิตติกรรมประกาศ	253
-----------------	-----

อ้างอิง	259
---------	-----