Prolite – Bukan Malas, Ini Alasan Emosional yang Membuatmu Sulit Berubah!

Kita semua pasti pernah merasa ingin berubah menjadi versi terbaik dari diri sendiri. Entah itu ingin lebih disiplin, lebih percaya diri, atau lebih produktif. Namun, kenyataannya, sering kali perubahan terasa sangat sulit.

Sudah punya niat, sudah baca banyak buku motivasi, bahkan sudah menuliskan target yang jelas, tapi tetap saja rasanya berat untuk melangkah.

Kenapa bisa begitu? Bisa jadi, bukan karena kurang usaha, tetapi karena ada sesuatu yang menghambat dari dalam diri—perasaan kita sendiri. Perasaan nyaman, takut gagal, ragu-ragu, dan berbagai emosi lainnya sering kali menjadi “penjaga gerbang” yang menghalangi kita dari perubahan yang kita inginkan.

Baca Juga:Primebiz Hotel Cikarang dan Tipsy Runner Hadirkan “Pace & Vibes”, Satukan Semangat Lari, Kesehatan, dan Kreativitas

Nah, dalam artikel ini, kita akan membahas bagaimana perasaan bisa menjadi penghambat perubahan, dan tentu saja, bagaimana cara mengatasinya agar kita bisa benar-benar bergerak maju!

Baca Selanjutnya
Berburu Takjil Makin Hemat! Janji Jiwa Kasih Diskon 50% Sampai 19 Maret 2025!