Lost Direction: Saat Hidup Terasa Kosong dan Kamu Gak Tahu Mau Ke Mana

Prolite – Pernah gak sih kamu ngerasa hidup kayak “jalan tapi gak sampai mana-mana”? Bangun pagi terasa berat, tujuan hidup jadi blur, dan semua yang dulu bikin semangat sekarang terasa… biasa aja.

Tenang, kamu gak sendirian. Di era sekarang—apalagi di tengah tekanan sosial media, ekspektasi tinggi, dan perubahan hidup yang cepat—banyak orang mengalami fase kehilangan arah.

Dalam psikologi, kondisi ini sering disebut sebagai “lost direction” atau perasaan tidak memiliki arah hidup yang jelas. Tapi sebenarnya, apa sih yang terjadi? Dan yang lebih penting: gimana cara keluar dari fase ini?

Baca Juga:Sering Menolak Pujian dan Merasa Tak Pantas Berhasil? Bisa Jadi Ini Alasannya

Apa Itu “Lost Direction” dalam Hidup?

Lost Direction: Saat Hidup Terasa Kosong dan Kamu Gak Tahu Mau Ke Mana



Secara sederhana, “lost direction” adalah kondisi ketika seseorang merasa tidak memiliki tujuan, arah, atau makna yang jelas dalam hidupnya. Ini bukan sekadar bingung sesaat, tapi lebih ke perasaan berlarut yang membuat seseorang merasa terjebak.

Lost Direction: Saat Hidup Terasa Kosong dan Kamu Gak Tahu Mau Ke Mana



Baca Selanjutnya
“Stick With You” TXT Adalah Mahakarya Sinematik Penuh Plot Twist yang Bikin MOA Patah Hati Dua Kali!