

# 6 CÂU HỎI GỢI MỞ GIÚP BẠN LÈO LÁI QUA GIAI ĐOẠN CHUYỂN GIAO TRONG CUỘC SỐNG

## Hiểu về quá khứ để định hướng tương lai

Dù bạn vừa rẽ sang một ngã rẽ mới trong công việc, kết thúc một mối quan hệ gắn bó, chuẩn bị nghỉ hưu, hay đơn giản là đang trong giai đoạn chuyển mình của cuộc sống — thì việc đầu tiên để sẵn sàng cho chặng đường tiếp theo chính là nhìn lại và rút ra những điều mình đã học được. Sáu câu hỏi dưới đây sẽ giúp bạn lắng nghe cảm xúc của chính mình và hiểu rõ hơn những gì bạn đã nghĩ, đã cảm trước khi thay đổi diễn ra. Khi nhìn lại cách bạn từng vận dụng sức mạnh nhân cách của mình, bạn sẽ có thêm góc nhìn để bước tiếp một cách vững vàng và chủ động hơn.

1

Điều gì đã khiến bạn cảm thấy hài lòng hoặc biết ơn về giai đoạn vừa qua?

2

Những sức mạnh nhân cách nào bạn đã có cơ hội thể hiện?

3

Điều gì đã mang lại năng lượng cho bạn?

4

Điều gì đã rút cạn năng lượng của bạn?

5

Có phần nào trong con người bạn từng cảm thấy bị hạn chế hay đè nén?

6

Sức mạnh nhân cách nào có thể đã bị kìm hãm, không được thể hiện?

