

WORKSHEET THỰC HÀNH

Hai cuộc chiến bạn đang đánh cùng lúc

Tóm tắt giải pháp · đi kèm bài Cuộc chiến bên trong và cuộc chiến bên ngoài

Ai trưởng thành cũng đánh hai cuộc chiến, bên ngoài thì ai cũng thấy và xã hội thưởng, bên trong thì vô hình nhưng rút năng lượng 24/7. Một trang để dán bàn làm việc.

Phân biệt hai cuộc chiến

Cuộc chiến bên ngoài: doanh số, KPI, dự án, khách hàng, cấp trên, tiền nong, chức vụ, nhà, xe, trường cho con. Công cụ rõ ràng, cần gì thì học, luyện, gặp gỡ, vay. Đa số dồn 95% năng lượng vào đây vì xã hội thưởng rất hữu hình.

Cuộc chiến bên trong: nổi bất an lúc 2 giờ sáng, cảm giác mình không đủ, sự uất ức khi nói vâng với người mình không tôn trọng, mệt khi diễn vai hoàn hảo. Không có KPI, không ai chấm điểm, phần thưởng vô hình. Thắng bên ngoài mà thua bên trong thì kiệt sức trước, thưởng bùng nổ ở tuổi 45 đến 50.

Khác biệt nằm ở câu hỏi bạn tự hỏi

Người chuyển được hỏi "vì sao tôi biết mà 10 năm vẫn không làm được", câu hỏi này đi vào bên trong. Người không chuyển được hỏi "tại sao hoàn cảnh tôi khó hơn người khác", câu hỏi này đi ra ngoài và dừng lại ở phán xét.

Và cuộc chiến bên trong không đánh một mình được, vì bạn không tự nhìn vào lưng mình. Bạn cần ít nhất một người dẫn dắt, một người đi trước đủ thẳng, một bộ lạc nhỏ 3 đến 7 người, hoặc một người bạn đời đủ trưởng thành.

Một việc tuần này

Dành ra ít phút ngồi yên với chính mình, viết ra một sự thật bạn vẫn giấu hoặc một câu hỏi bạn đang né:

— Thắng từ bên trong.