رحلة التطوع

تأثير العمل التطوعي في حياتي الأكاديمية والشخصية

هدى الموسى

مقدمة

اسمي هدى الموسى طالبة في سنتي الأخيرة في تخصص التصميم الداخلي. في بداية مشواري الجامعي، كنت أغترب عن عائلتي، وأواجه تحديات كبيرة كطالبة مغتربة بين ضغوط الدراسة والتكيف مع بيئة جديدة. ورغم كل ذلك، قررت أن أبدأ في مجال التطوع الذي أصبح جزءًا مهمًا من حياتي

التحديات التي واجهتها

• ضغط تخصص التصميم الداخلي:
كطالبة في تخصص التصميم الداخلي، كان يتطلب مني الكثير من الجهد والتركيز على التفاصيل، مما زاد من الضغط الدراسي. كانت هناك مشاريع تتطلب ساعات طويلة من العمل والابتكار.
• الغربة والوحدة:
كطالبة مغتربة، كنت أفتقد الدعم الأسري، وكان من الصعب علي إيجاد توازن بين دراستي واحتياجاتي الاجتماعية والشخصية.

رغم هذه التحديات، قررت أن أواجه الضغوط بالمشاركة في الأنشطة التطوعية التي ساعدتني على التخفيف من أعباء الحياة الجامعية

التجربة التطوعية الأولى: اليوم العالمي لكبار السن

في إحدى الأيام، قررت الانضمام إلى مبادرة اليوم العالمي لكبار السن التي نظمها فريق دفء التطوعي. كانت الزيارة للمركز الشامل لتأهيل كبار السن، وكان لدي تصور بسيط عن ما سأواجه، لكن ما حدث في تلك الزيارة تجاوز كل توقعاتي وغير حياتي بشكل عميق

عند وصولنا إلى المركز، قابلنا مجموعة من كبار السن الذين كانوا في أمس الحاجة إلى الدعم الاجتماعي والمعنوي.

• تحدثنا معهم، شاركناهم في بعض الأنشطة والفعاليات التي كانت بمثابة نسمة أمل في يومهم.

• تفاعلهم كان مؤثرًا جدًا، وكنت أشاهد كيف أن أبسط الكلمات يمكن أن تغير يومهم، وتضيء وجوههم بابتسامات حقيقية

• بعد هذه الزيارة، تغيرت نظرتي تمامًا للعمل التطوعي.

• أصبحت أدرك أن التطوع ليس مجرد وقت نخصصه لمساعدة الآخرين، بل هو رحلة نفسية مليئة بالدروس والخبرات التي تعيد تشكيلنا كأفراد.

• شعرت أنني أصبحت أقوى داخليًا وأنني قادرة على تقديم المزيد من الحب والاهتمام لمن حولي

كيف أثر التطوع على مهاراتك؟

على الرغم من التحديات التي كنت أواجهها كطالبة مغتربة، وكان دراستي في التصميم الداخلي تأخذ وقتًا كبيرًا من حياتي، أصبح التطوع مخرجًا لي. من خلال العمل التطوعي، تعلمت إدارة الوقت بشكل أفضل، وبدأت أجد نفسي أحقق توازنًا بين الدراسة والمشاركة الفعالة في الأنشطة.

• التطوع علمني كيف أكون أكثر إيجابية:

كيف يمكن لفعل صغير أن يكون له تأثير كبير في حياة شخص آخر. المشاركة في الأنشطة التطوعية أعطتني أملًا جديدًا في الأوقات الصعبة، وأصبحت أرى الحياة من منظور مختلف. الأهم من ذلك أنني تعلمت التفاعل الإنساني والقدرة على العطاء بلا مقابل. في كل مرة أشارك فيها بمشروع تطوعي، أشعر أنني أحدث فارقًا حقيقيًا في حياة الآخرين. أن أكون جزءًا من تغيير شيء صغير في حياة شخص آخر هو أكبر مكافأة.

• التطوع أسهم في تطوير مهاراتي الشخصية:

على الرغم من الضغوط الأكاديمية، أصبح التطوع جزءًا لا يتجزأ من حياتي. كل خطوة في هذا المسار جعلتني أكثر إدراكًا لذاتي، وأكثر قدرة على التأثير في مجتمعي. ورغم الضغوط، أصبحت أكثر مرونة وأقدر على مواجهة التحديات بكل قوة

تطوعي هو رسالتي في الحياه

من خلال تجربتي التطوعية، تعلمت أن التطوع ليس مجرد فعل نؤديه، بل هو رحلة ذاتية تساهم في بناء شخصياتنا وتعزز قيمنا الإنسانية. كنت دائمًا أبحث عن معنى أعمق لحياتي الدراسية، وكان التطوع هو الإجابة. في البداية، كان مجرد محاولة للتفاعل مع محيطي الجديد كطالبة مغتربة، ولكن مع مرور الوقت أصبح جزءًا لا يتجزأ من حياتي.

تجربتي في التطوع غيّرت رؤيتي للعالم. كل لقاء مع شخص محتاج أو كل لحظة نشارك فيها الآخرين أصبحت مصدرًا لإلهامي. عندما قررت الانضمام إلى فريق دفء، لم أكن أعلم أنني سأكتسب أكثر مما قدمت. كانت كل لحظة من العمل التطوعي بمثابة منحة حقيقية: ليس فقط للمجتمع، بل لنفسي أيضًا. التطوع علمّني أن العطاء لا يعني فقط تقديم المساعدة المادية، بل هو شعور بالاهتمام والمشاركة.

اليوم، وأنا في سنتي الأخيرة، أستطيع أن أقول إن العمل التطوعي غير حياتي وأسهم في تطوير مهاراتي الشخصية والمهنية. لم يعد التطوع مجرد أنشطة نقوم بها، بل أصبح قيمة مبدئية أسعى لترسيخها في حياتي وحياة من حولي. من خلال التجربة، تعلمت أن كل جهد بسيط يمكن أن يُحدث فارقًا في حياة شخص آخر. هذه هي الرسالة التي أود نشرها

في الختام!

لا تدعوا فرصة الانخراط في العمل التطوعي تفوتكم. فكل لحظة تمنح فيها من وقتك تساهم في بناء مجتمعنا بشكل أفضل وأكثر إنسانية. التطوع ليس فقط فرصة لخدمة الآخرين، بل هو رحلة تغير حياتنا، تُغني من داخلنا وتنمّي وعينا الاجتماعي. دعونا نكون جميعًا جزءًا من هذا التغيير ونعمل معًا على بناء مجتمع أكثر إنسانية وتكافلًا وعطاء

شكراً جزيلاً

على حسن استماعكم