

أهمية العمل التطوعي للفرد : زيادة تواصل الفرد مع الآخرين يتمثل تأثير العمل التطوعي على حياة الفرد بجعله مدركاً لقدرته على تقديم المساعدة في العديد من الأمور في حياة الأشخاص والحيوانات وغيرها، وبالتالي زيادة التواصل مع الآخرين وتكوين صداقات جديدة معهم عند القيام بالأعمال والنشاطات المشتركة خاصةً لأولئك الذين تجمعهم نفس الاهتمامات، وتعزيز مهارات التواصل، تعزيز المهارات المهنية يُكسب العمل التطوعي الفرد الخبرة في مجال عمله، إضافةً إلى التعرف على أشخاص يشغلون ذات المنصب ويُشاركونه نفس الاهتمامات، تعزيز الصحة الجسدية للفرد يعمل غالبية الأشخاص في هذه الأيام في وظائف مكتبية مما يؤدي إلى قلة نشاطهم، فما زال باستطاعة المرء النهوض والتحرك خلاله، فذلك من شأنه حرق الدهون بدرجة معينة وجعل الفرد أكثر نشاطاً وحيوية تعزيز الثقة بالنفس واحترام الذات والشعور بإيجابية كبيرة تجاه الحياة والآخرين، وبالتالي خلق آمال كبيرة من أجل تحقيق الأهداف المستقبلية للأفراد، تحسين الصحة النفسية للفرد يجعل العمل التطوعي الفرد أكثر سعادةً من خلال زيادة هرمونات السعادة لديه وبالتالي تعزيز الصحة العقلية، وبناءً على ما وجده الباحثون من خلال قياس نشاط الدماغ، فإنّ مساعدة الآخرين تزيد من سعادة الفرد ومُتَعَتِهِ وتُحَفِّزُهُ على العطاء والمساعدة بشكل أكبر أهمية العمل التطوعي للمجتمع : تكمن أهمية العمل التطوعي على المستوى المجتمعي، من خلال عطاء الأفراد ورد الجميل للمجتمع الذي يعيش فيه