

## تغلبني على الشعور بالوحدة بتعلم هذه المهارات



«يعاني الكثيرون من الوحدة الشديدة إمّا لأنّ هذه هي طبيعتهم وإمّا لأنّهم يمرون بحالة نفسية تجعلهم يميلون إلى الوحدة، إلى هؤلاء أو من يعشقون الوحدة إليكم 5 مهارات يمكنكم إتقانها..»

### 1- تعلم لغة جديدة:

بإمكانك استغلال فترة وحدتك في تعلم لغة جديدة حيث تشير الدراسات أنّه بإمكان الشخص متوسط الذكاء أن يتقن لغة جديدة خلال 6 شهور فقط لذلك يمكنك تعلم لغة جديدة تماما إمّا عن طريق مواقع التعلم المجاني المنتشرة على الانترنت أو من خلال مركز تعلم لغات قريب منك ويمكنك تقوية اللغة الجديدة عن طريق مشاهدة أفلام سينمائية بنفس اللغة أو الاستماع إلى الأغاني.

### 2- برمجة وتصميم المواقع:

من أبرز المجالات المطلوبة في سوق العمل يتطلب إتقان لغة برمجة في المتوسط 3 أشهر لكي تتمكن من برمجة مشروع متكامل، يمكنك أيضاً تعلم تصميم المواقع ودورات تعلم البرمجة والتصميم المنتشرة على العديد من المواقع المجانية لذلك كل ما تحتاجه هو الوحدة والتركيز والإرادة.

### 3- مهارة يدوية:

يمكنك تعلم مهارة يدوية مثل النجارة أو تصليح السيارات أو تصليح الأجهزة الكهربائية ويمكنك تعلم هذه المهارة بطريقتين إمّا عن طريق الانترنت أو بالتدرب مع أحد العاملين في هذه الحرفة لمدة من الوقت حتى تتقن المهارة المطلوبة الإتقان اللازم.

#### 4- الطبخ:

بإمكانك تعلم العديد من الوصفات في خلال وقت كثير فلنفرص أنك خلال 30 يوم تدرت على إتقان 30 وصفة طعام فإذا نجحت في ذلك فهذا يعني أنك قادر على طبخ 30 وجبة مختلفة وذلك خلال شهر واحد فقط، كما أنّهُ إذا أتقنت مهارة الطبخ فهذا سيوفر عليك الكثير من المال ومن الممكن أن يصبح هذا مجال عملك فيما بعد إذا أحترفته.

#### 5- الصيد:

سواء كان صيد الأسماك أو صيد الطيور فإنّ هواية الصيد يميل إليها الأشخاص الذين يعشقون الوحدة والتأمل بشكل كبير حيث أنّها تحتاج لساعات طويلة من الصبر والتأمل وعدم الملل وكلّ هذه الصفات تتوافر في الشخصيات الوحيدة بشكل كبير.►