



concept and highlights its theoretical foundations, including existential theories, psychological needs, and self-regulation. Additionally, the article reviews empirical and research studies published between 2020 and 2025, with an in-depth analysis of the psychological and social factors contributing to the emergence of psychological emptiness, as well as the resulting behavioral and emotional effects. The article concludes by presenting a preventive counseling framework that includes practical recommendations for faculty members –particularly in the Departments of Psychological Counseling and Educational Guidance, counseling units, and higher education institutions. Current evidence indicates a notable increase in feelings of meaninglessness and academic boredom among university students across many countries, underscoring the urgent need to enhance preventive and counseling programs aimed at fostering students' sense of meaning in life and improving their self-regulation skills.

**Keywords: Psychological emptiness.**

الخلاصة

في السنوات الأخيرة تعرضت بيئات الجامعات لتحولات كبيرة من الناحية الهيكلية والاجتماعية والتكنولوجية مما ترك تأثيراً واضحاً على أنماط حياة الطلاب وأساليب تعاملهم مع الدراسة وشؤونهم اليومية، ومن بين الظواهر النفسية التي برزت في هذا السياق ما يعرف بالفراغ النفسي أو فقدان المعنى، وهو حالة تتمثل في شعور الفرد بغياب الهدف أو القيمة في حياته مصحوباً بنقص في الشعور بالرضا الداخلي، غالباً ما يظهر هذا الشعور على شكل ملل دراسي أو انخفاض مستوى الدافعية أو التوجه نحو أنشطة بديلة كمحاولة لملء هذا الفراغ النفسي، وتشير الدراسات الحديثة إلى وجود علاقة وثيقة بين البحث عن المعنى والإحساس به وبين الصحة النفسية للطلبة وأدائهم الأكاديمي، لا سيما في ظل الضغوط المتزايدة التي أعقبت الجائحة وما شهدته أساليب التعليم من تحولات رقمية (الشمري، ٢٠٢١: ٣٤).

تتميز: آهـ طـقـقـك

١. تحديد المفهوم النظري للفراغ النفسي وتوضيح جذوره الفلسفية والنفسية ضمن إطار النظريات الوجودية والتنظيم الذاتي.



حاجات مثل الشعور بالقدرة والانتماء والاستقلالية في الوقاية من هذا الفراغ النفسي، أما النظريات المتعلقة بالعاطفة والتحصيل فتري أن وجود الملل الأكاديمي وضعف التفاعل يرتبطان بانخفاض المعنى الموجود في الحياة وكذلك تدني مستوى الرفاه النفسي (عماد الدين ونادية، ٢٠٢٢: ٦٥٩-٦٩٨).

١- ضعف الشعور بالمعنى: ضعف الشعور بالمعنى هو انخفاض الشعور بالمعنى في الحياة وسمات شخصية مثل اليأس أو التوتر المزمن.

٢- ضعف الشعور بالإنجاز: ضعف الشعور بالإنجاز هو انخفاض الشعور بالإنجاز في الحياة وتراكم المهام والواجبات ونقص الدعم الأكاديمي والإفراط في استخدام التقنيات التعليمية.

٣- ضعف الشعور بالقيمة: ضعف الشعور بالقيمة هو انخفاض الشعور بالقيمة في الحياة وتأثيرات مختلفة، ورغم الطابع الترفيهي لاستخدام الوسائل الرقمية فإن الإفراط فيها على حساب العلاقات الواقعية والمعنى الشخصي قد يفضي إلى شعور بالفراغ الوجودي (احمد، ٢٠٢٢: ٤١٨-٤٤٧).

١- تراجع الدافعية وضعف الأداء الأكاديمي.

٢- ظهور اضطرابات مزاجية مثل القلق والاكتئاب والشعور بفقدان الغاية من الحياة.

٣- تبني سلوكيات تعويضية ناتجة عن الفراغ النفسي كإفراط في استخدام الوسائط الرقمية والانعزال الاجتماعي والانخراط في سلوكيات محفوفة بالمخاطر (Frontiers, 2023).

٤- ضعف الشعور بالإنجاز: ضعف الشعور بالإنجاز هو انخفاض الشعور بالإنجاز في الحياة وتأثيرات مختلفة، ورغم الطابع الترفيهي لاستخدام الوسائل الرقمية فإن الإفراط فيها على حساب العلاقات الواقعية والمعنى الشخصي قد يفضي إلى شعور بالفراغ الوجودي (احمد، ٢٠٢٢: ٤١٨-٤٤٧).

١- تعزيز شعور الطلاب بالمعنى والهدف في حياتهم التعليمية.

٢- تنمية قدراتهم على التنظيم الذاتي.

٣- تحسين مستوى الدعم الاجتماعي وتطوير البيئة الجامعية.

٤- تقليل المؤثرات التي تزيد من الملل والانطواء الأكاديمي (Deci&Ryan, 2000: 68-78).

٥- تعزيز الشعور بالمعنى: تعزيز الشعور بالمعنى هو انخفاض الشعور بالمعنى في الحياة وتأثيرات مختلفة، ورغم الطابع الترفيهي لاستخدام الوسائل الرقمية فإن الإفراط فيها على حساب العلاقات الواقعية والمعنى الشخصي قد يفضي إلى شعور بالفراغ الوجودي (احمد، ٢٠٢٢: ٤١٨-٤٤٧).

١- لم يكتف بطلب على معنى منجذب ف : ورش عملية توفر استراتيجيات للتخطيط الفعال وزيادة التركيز.

٢- خللا فك ف لإم إ لآقئ ع : تقديم أساليب تدريس تفاعلية تربط التعلم بالأهداف الحياتية والأولويات الشخصية.

٣- ل عة خ ع م ب : إنشاء مساحات حوار تشاركية لتبادل الخبرات وتعزيز الشعور بالانتماء.

٤- طق ط ه ذ لكغ د ه نط ع و : اعتماد استبانات منتظمة لقياس مستويات الرضا النفسي ومواجهة مشاعر الفراغ النفسي أو الملل (Zhu,2022:10).

زده : لجمع بظك فزده طق نوب (١٠١-١٤٠)

في السنوات الأخيرة أجريت العديد من الدراسات على طلبة الجامعات بهدف استكشاف مظاهر الفراغ النفسي وعلاقته بالعوامل النفسية والاجتماعية والأكاديمية، إذ استندت الباحثة في إعداد هذه المراجعة الموضوعية إلى أسلوب البحث المنهجي معتمدة على المصادر العلمية الرقمية للوصول إلى أحدث الدراسات التي تناولت قضية الفراغ النفسي لدى طلبة الجامعات، وقد تم تنفيذ عملية البحث ضمن الفترة الممتدة من عام ٢٠٢٠ إلى ٢٠٢٥، وشملت الاستفادة من عدة قواعد بيانات ومواقع أكاديمية موثوقة شملت Google Scholar ، Scopus ، ERIC ، ResearchGate ، PubMed ، PsycINFO ، قواعد المجالات العربية. واستخدمت الباحثة في عملية البحث مجموعة من الكلمات المفتاحية باللغتين العربية والإنجليزية من أبرزها:

١- الفراغ النفسي (Psychological emptiness / Existential vacuum).

٢- فقدان المعنى (Meaninglessness / Lack of meaning).

٣- الملل الأكاديمي (Academic boredom / Student ennui).

٤- البحث عن المعنى (Meaning in life / Purpose in life).

٥- الفراغ الوجودي.

ة ل ز ح ص م ن ط ك ل آ ل ف ه ل ع ل خة :

٠- أن تكون الدراسة منشورة بين عامي ٢٠٢٠ و ٢٠٢٥.

٢- أن تتناول طلبة الجامعات بوصفهم الفئة المستهدفة.

٣- أن تكون الدراسة مكتوبة باللغة العربية أو الإنجليزية.

٤- أن تتضمن منهجاً ميدانياً أو تحليلياً ذا صلة مباشرة بموضوع الفراغ النفسي.

وبعد تطبيق هذه المعايير تم اختيار ثمانية دراسات مطابقة لشروط الإدراج تمثل اتجاهات بحثية معاصرة في بيانات أكاديمية مختلفة وقد جرى تحليلها من حيث منهج البحث حجم العينة،

والنتائج الرئيسية بهدف استخلاص الأنماط المشتركة والاختلافات الجوهرية في تناول الفراغ النفسي في السياقات الجامعية.

❖ لئجمع بلك عثرؤك قكك ثق ب:

أوضحت دراسة أجروها (Arslan et al.,2020) إلى أن الشعور بالمعنى في الحياة يعد عاملاً وقائياً رئيساً يساهم في مواجهة مشاعر الفراغ النفسي والاضطراب الوجودي لدى طلبة الجامعات خلال فترات الأزمات مثل جائحة كورونا، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي وشارك فيها (٤١٢) طالباً وطالبة من جامعات مختلفة، حيث تم الاستعانة بمقاييس تقيس المعنى في الحياة والصحة النفسية ومستويات الضيق النفسي، وبينت نتائج الدراسة أن ارتفاع شعور الأفراد بالمعنى يرتبط بانخفاض مستويات الفراغ النفسي، والاكتئاب، والقلق، بالإضافة إلى تحقيق مستويات أعلى من الرفاه النفسي والرضا عن الحياة، وأوصت الدراسة بأهمية دمج مفهوم "العيش ذو المعنى" ضمن البرامج الإرشادية الجامعية لدعم الصحة النفسية المتكاملة وتعزيز التوازن العاطفي، خاصة خلال الفترات التي تشهد ضغوطاً كبيرة مثل الأزمات الصحية العالمية.

وكشفت دراسة أجراها (ل ف و ١٠ ١) عن العلاقة بين الفراغ الوجودي واضطرابات الشخصية لدى مجموعة من طلبة الجامعات، استخدمت الدراسة مقياساً خاصاً لتقييم الفراغ الوجودي وشملت عينة مكونة من (١٢٠) طالباً وطالبة، إذ أظهرت النتائج وجود ارتباط إيجابي بين الفراغ الوجودي وبعض اضطرابات الشخصية مما يدل على أن الطلبة الذين يعانون من نقص الهدف والمعنى في حياتهم يكونون أكثر عرضة للإصابة بمشكلات نفسية وفراغ نفسي.

وتناولت دراسة (ك م ع ١١ ١) قياس مفهوم الفراغ النفسي (فراغ المعنى) لدى طلبة الجامعات إلى جانب دراسة الاختلافات فيه بناء على متغيري الجنس (ذكور/إناث) والتخصص الأكاديمي (علمي/إنساني) في جامعة ذي قار بالعراق، إذ قام الباحثان بتطوير مقياس خاص يتألف من (٣٠) بنداً موزعة على أربعة محاور مثل فقدان الهدف أو المعنى، واللامبالاة وغيرها، وأظهرت النتائج أن مستوى الفراغ النفسي لدى العينة كان منخفضاً نسبياً ولم تظهر البيانات فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى الفراغ النفسي بين الجنسين أو بين تخصصي الدراسة، كما أوصت الدراسة بضرورة التركيز على تصميم برامج وقائية تهدف إلى تعزيز إحساس الطلاب بالمعنى في حياتهم ومجالات دراستهم.

أما دراسة (ح م ع ١١ ١) في العراق فتناولت موضوع تحديد مستوى الفراغ الوجودي لدى طلبة الجامعات مع التركيز على استكشاف الفروق بين الجنسين في هذا المجال، بالإضافة إلى دراسة العلاقة بين الفراغ الوجودي ونمطي الشخصية (A-B)، اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي وشملت الدراسة عينة مكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة من كلية التربية للعلوم

الإنسانية في جامعة تكريت تم اختيارهم بطريقة عشوائية طبقية، وأظهرت النتائج أن مستوى الفراغ الوجودي لدى الطلبة كان متوسطاً مع وجود تفاوت لصالح الذكور، حيث أشارت النتائج إلى أن الذكور كانوا أكثر عرضة للشعور بالفراغ النفسي نتيجة لتعرضهم بشكل أكبر للمواقف الصعبة والأزمات، كما بينت الدراسة وجود ارتباط بين نمطي الشخصية (A-B) ومستوى الفراغ الوجودي مما يشير إلى أن نمط الشخصية قد يلعب دوراً مهماً في إحساس الطلبة بالفراغ النفسي، وفي الختام أوصى الباحث بضرورة تصميم برامج إرشادية تهدف إلى تعزيز المعنى الشخصي والوعي الذاتي لدى الطلاب مع توفير فرص أوسع لإشباع احتياجاتهم النفسية والقيمية.

وأجرت جامعة الطائف في السعودية دراسة لـ (١٢٠) شملت (٥٠) طالباً، وكشفت عن مستوى مرتفع نسبياً من الشعور بالفراغ النفسي بين الطلبة الجامعيين، إذ أشارت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين الوعي الذاتي والشعور بالفراغ النفسي حيث ينخفض الشعور بالفراغ النفسي مع ارتفاع مستوى الوعي الذاتي، كما بينت النتائج أن سمات الشخصية النرجسية تسهم بدور وسيط جزئي في هذه العلاقة إذ يميل الأفراد الذين يتمتعون بسمات نرجسية مرتفعة إلى الشعور بفراغ نفسي أكبر رغم امتلاكهم درجة معينة من الوعي الذاتي، وفي الختام أوصت الدراسة بأهمية تبني برامج إرشادية وتنموية في الجامعات تهدف إلى تعزيز الوعي الذاتي والذكاء الانفعالي بهدف تقليل الفراغ النفسي لدى الطلبة.

كشفت دراسة ميدانية أجريت في الصين لـ (Wu et al., 2024) على عينة مكونة من (٥١٢) طالباً جامعياً أن هناك ارتباطاً واضحاً بين الفراغ النفسي وانخفاض الدافعية الأكاديمية وضعف مستوى الانخراط الدراسي، كما توصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين يتمتعون بإحساس أعمق بالمعنى في حياتهم كانوا أقل عرضة للشعور بالفراغ والملل الأكاديمي.

وقدم (Herron, 2024) دراسة سيكومترية بارزة هدفت إلى تقييم الخصائص النفسية لمقياس "الفراغ النفسي" وتطوير نسخة محكمة تلائم الاستخدام في الأبحاث العلمية والإكلينيكية بين طلبة الجامعات، واعتمد الباحث المنهج الوصفي التحليلي ضمن إطار القياس النفسي حيث قام بتطبيق النسخة الأصلية للمقياس التي تتألف من (٤٥) بنداً على عينة شملت (١٤٨٢) طالباً وطالبة من خمس جامعات أمريكية، تتراوح أعمارهم بين (١٨ - ٢٥) عاماً، وتضمنت الدراسة تحليلات سيكومترية معمقة مثل تحليل العوامل الاستكشافي والتوكيدي إلى جانب تقدير الثبات الداخلي باستخدام معاملات ألفا كرونباخ وأوميغا لتحديد الهيكل العامل للمقياس ومدى اتساقه الداخلي، وأظهرت نتائج التحليل أن المقياس يتكون من أربعة أبعاد مترابطة وهي (فقدان الهدف والمعنى، العزلة العاطفية، الإحباط الوجودي، والخواء الذاتي)، كما بينت الدراسة قدرة المقياس العالية على التنبؤ بمستويات الاكتئاب والقلق ونقص الرضا عن الحياة مما يدعم استخدامه كأداة



فعالة لتشخيص مظاهر الفراغ النفسي أو استخدامها في الأبحاث ذات الصلة ضمن الأوساط الجامعية، وتوصل الباحث إلى ضرورة تطبيق المقياس في الدراسات الطولية والإرشادية بهدف الكشف المبكر عن مظاهر الفراغ النفسي بين الشباب.

وأجرى (Hang et al,2025) دراسة شاملة تناولت أبعاد الفراغ النفسي لدى طلبة الجامعات بهدف استكشاف البنية العاملية لهذا المفهوم ودراسة علاقته بكل من الاضطرابات المزاجية والتاريخ المرتبط بالحالات الانتحارية بين الطلاب، واعتمدت الدراسة على منهج كمي تحليلي باستخدام تحليل العوامل التوكيدية على عينة كبيرة شملت أكثر من (٢٧٠٠٠) طالب وطالبة جامعية من جامعات مختلفة في الصين، إذ تم استخدام مقياس جديد للفراغ النفسي طور خصيصاً لهذه الدراسة حيث ركز على أربعة أبعاد رئيسية هي فقدان المعنى، العزلة العاطفية، الإحباط الوجودي، والشعور بالاغتراب الذاتي، وأظهرت النتائج أن "الفراغ النفسي" يعد بناء نفسياً متعدد الأبعاد، كما تبين وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين ارتفاع مستويات الفراغ النفسي وزيادة أعراض الاكتئاب، القلق، والأفكار الانتحارية، في المقابل وجدت علاقة عكسية بين الإحساس بالمعنى في الحياة ومستويات الفراغ النفسي، كما أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالات إحصائية حسب الجنس والتخصص الدراسي حيث كانت معدلات الفراغ النفسي أعلى لدى الطلاب الذكور وطلاب السنة الأولى مقارنة بالإناث والطلاب في المراحل الدراسية المتقدمة

❖ لنف بطك بخزذ تخك ثقب ح كططئ عطف ك ك بطك دلعة:

تقدم الدراسات السابقة حول الفراغ النفسي لدى طلبة الجامعات رؤية متعمقة حول طبيعة هذه الظاهرة وأبعادها النفسية والسلوكية، وعواملها المؤثرة، إذ تشير نتائج معظم الدراسات إلى أن الفراغ النفسي يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالانخراط الأكاديمي، الدافعية، الصحة النفسية، ومستوى الإحساس بالمعنى في الحياة إذ تكشف المؤشرات الحالية في البيئة الجامعية عن تزايد مظاهر الانعزال وضعف الإحساس بالمعنى وهي ملامح واقعية تعكس ما أوردته الدراسات السابقة حول تصاعد مظاهر الفراغ الوجودي لدى الشباب الجامعي، وهذا ما يظهر بوضوح في خنزب (Wu et al.,2024) التي أظهرت أن الطلبة ذوي مستوى أعلى من إحساس المعنى كانوا أقل عرضة للشعور بالفراغ النفسي والملل الأكاديمي، ما يعكس الأثر الوقائي للمعنى على الصحة النفسية والتحصيل الدراسي، من جانب آخر توضح خنزب (ك ه ١٢ ١) الدور الوسيط لسمات الشخصية النرجسية في العلاقة بين الوعي الذاتي والشعور بالفراغ النفسي، حيث أظهرت النتائج أن الطلبة ذوي مستوى عال من الوعي الذاتي أقل شعوراً بالفراغ النفسي، إلا أن السمات النرجسية المرتفعة قد تزيد من احتمالية شعورهم بالفراغ، مما يدل على تعقيد التفاعل بين العوامل الشخصية والوجودية، هذا التأكيد على الدور الوسيط للسمات النفسية يوازي نتائج خنزب (ح ١١ ١) حول العلاقة بين نمطي الشخصية ومستوى الفراغ الوجودي، ما يبرز أهمية الأخذ



بالسمات الفردية في تصميم التدخلات الإرشادية، إذ تدعم خُفْز ب (Arslan et al.,2020) هذه النتائج فهي بينت أن الإحساس بالمعنى في الحياة يعمل كعامل وقائي مهم خلال فترات الأزمات مثل جائحة كوفيد-١٩، وأن تعزيز مفهوم "العيش ذو المعنى" يرتبط بانخفاض مشاعر الفراغ النفسي والاضطراب الانفعالي وزيادة الرفاهية النفسية، وتتفق نتائج خُفْز ب (١٠ ف و ١٠) مع هذه الرؤية إذ أظهرت العلاقة الإيجابية بين الفراغ الوجودي واضطرابات الشخصية، ما يبرز الحاجة لتعزيز الوعي الذاتي وإشباع الحاجات النفسية للحد من الفراغ النفسي، تأتي خُفْز ب (١١ ف و ١١) لنقدم بعداً منهجياً مختلفاً عبر فحص الفروق حسب الجنس والتخصص، وأظهرت نتائجها انخفاضاً نسبياً في مستويات الفراغ النفسي وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية حسب المتغيرين، مما يشير إلى أن السياق الثقافي والمجتمعي قد يؤثر في مظهري الفراغ النفسي ويستدعي تصميم برامج وقائية تراعي هذه العوامل، أما الدراسات واسعة النطاق مثل (Hang et al.,2025)، فقد أضافت بعداً معيارياً وقياسياً إذ كشفت عن البنية العاملية المتعددة للفراغ النفسي وعلاقته بالاضطرابات المزاجية والانتحار، مؤكدة أن الفراغ النفسي يشكل مؤشراً إنذارياً مبكراً للمخاطر النفسية بين الطلبة، في حين ركزت خُفْز ب (Herron,2024) على الجانب السيكمومتري وطورت مقياساً موثقاً لقياس الفراغ النفسي متعدد الأبعاد، ما يوفر أدوات دقيقة للتقييم والبحث العلمي و يتيح دمجها في البرامج الإرشادية الجامعية. ومن خلال ما تقدم يمكن ملاحظة أن الدراسات المتقدمة مثل (Wu et al.,2024) و (Hang et al., 2025) ركزت على العينات الكبيرة والمنهج الكمي التحليلي ما يمنح نتائجها درجة عالية من الموثوقية والتعميم، بينما تركزت دراسات مثل (Arslan et al.,2020) على منهج وصفي ارتباطي وتحليلات جزئية ما يسمح بفهم العلاقة بين العوامل الفردية والنفسية بشكل أعمق لكن قد تحد من القدرة على التعميم على سياقات أوسع. وأيضاً من خلال المقارنة بين الدراسات يمكن استخلاص أن العوامل الفردية (الوعي الذاتي، سمات الشخصية)، العوامل الأكاديمية (الانخراط، الحافز)، والعوامل الوجودية (الإحساس بالمعنى) تلعب دوراً أساسياً في تطور الفراغ النفسي، بينما تبرز الحاجة أيضاً إلى الأخذ بالاختلافات الثقافية والسياقية، علاوة على ذلك تؤكد الدراسات على أهمية تطوير أدوات قياس معيارية وموحدة لتقييم الفراغ النفسي، وضرورة دمج برامج وقائية وإرشادية تركز على تعزيز المعنى الشخصي والوعي الذاتي لدى الطلبة.

❖ قد يُقَوَّب طَلَق خُفْز ب:

٠- قد يُقَوَّب: يتمثل أبرزها في تنوع الدراسات بين المنهج الكمي والوصفي مع التركيز على العينات الجامعية واستخدام مقاييس تتميز بحدائتها وموثوقيتها، كما يبرز تحليل العلاقة بين

الفراغ النفسي وعدد من المتغيرات الشخصية والنفسية بجانب الاهتمام بتوسيع الأبعاد الثقافية والجغرافية في بعض الأبحاث.

١- طلق خ: تشمل بعض التحديات استخدام عينات صغيرة في بعض الدراسات مثل دراسة الشهري (٢٠٢٣) والاعتماد الكبير على المنهج الوصفي الارتباطي لتحليل العلاقات، بالإضافة إلى ذلك يتجلى اختلاف أدوات القياس بين الدراسات وندرة الأبحاث الطولية التي تستهدف تتبع التغيرات عبر الزمن.

❖ طلق ي طلق ب:

١- هناك حاجة لتعميق البحث عبر دراسات طولية لفهم كيفية تطور الفراغ النفسي خلال سنوات الدراسة الجامعية.

٢- ضعف التركيز على الدراسات التي تربط الفراغ النفسي بتطبيق تدخلات وقائية عملية وتقييم مدى فعالية تلك التدخلات.

٣- قلة الأبحاث التي تجمع بين العوامل الفردية، الأكاديمية، والثقافية لتقديم تحليل شامل للفراغ النفسي.

٤- هناك ضرورة لتوحيد أدوات القياس بهدف اختبار جدارتها ومدى مصداقيتها ضمن سياقات ثقافية متنوعة.

❖ طلق شدة:

١- تصميم برامج إرشادية لتعزيز المعنى والوعي الذاتي لدى الطلبة.

٢- استخدام أدوات معيارية مثل مقياس (Herron,2024) ومقياس (Hang et al.,2025) لتقييم الفراغ النفسي ومراقبته.

٣- دمج التوعية بالفراغ النفسي ضمن التهيئة الجامعية ومقررات المهارات الحياتية.

٤- ربط التدخلات الإرشادية بالتقنيات الحديثة لتعزيز التوازن بين الحياة الأكاديمية والشخصية.

طلى نطق ب علاج ب:

١- أحمد، مهدي شهاب (٢٠٢٢): طلق طلق ج خ معلاف ن ا طلى ب  $A-B^0$  طلى ك

ك ب طلى دلع ب، مجلة جامعة تكريت للعلوم الإنسانية، ٢٩ (٧، الجزء ٢)، العراق

<https://doi.org/10.25130/jtuh.29.7.2.2022.22>

٢- الزبيدي، دعاء صادق عادل، وعليوي، عبد الخالق خضير (٢٠٢٢): طلى طلى ع و ك

ك ب طلى دلع ب، مجلة علم النفس الإيجابي، المجلد ٦ (٥)، العراق.

<https://doi.org/10.5281/zenodo.7086730>

٣- الشمري، ف. (٢٠٢١): طلى طلى ج خ ك لا طلى دلع ب معلاف ن ك

ي لاقنح ي طلى غ ب، مجلة البحوث النفسية العربية، ١٢ (٣).

- ٤- الشهري، دامس العثلي (٢٠٢٣): *تأثيرات العلاج النفسي على الصحة النفسية للطلاب في جامعة الملك سعود*، المجلة البحث التربوي والابتكار، المجلد ٣، العدد ١١، السعودية.
- ٥- عماد الدين، مهمل ونادية، بومجان (٢٠٢٢): *تأثيرات العلاج النفسي على الصحة النفسية للطلاب في جامعة الملك سعود*، المجلة البحث التربوي والابتكار، المجلد ١١، العدد ١، الجزائر.
- ٦- محمود، احمد فؤاد (٢٠٢٣): *تأثيرات العلاج النفسي على الصحة النفسية للطلاب في جامعة حلوان*، المجلة التاسع والعشرون، العدد يوليو، مصر.
- ٧- مصطفى، سارة حسام الدين (٢٠٢١): *تأثيرات العلاج النفسي على الصحة النفسية للطلاب في جامعة عين شمس*، مصر.
- 8- Arslan, G., Yıldırım, M., Karataş, Z., Kabasakal, Z., & Kılınç, M. (2020): Meaningful living to promote complete mental health among university students in the context of the COVID-19 pandemic. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20(2), 930-942. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00416-8>
- 9- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- 10- Frontiers. (2023): Academic ennui and student engagement. Retrieved from <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1198762>
- 11- Hang, X., Lü, W., Wu, Y., Kang, X., & Zhu, Y. (2025): Dimensions of the psychological emptiness and its relation with suicide history among college students. *Frontiers in Psychology*, 16, 1626912. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1626912>
- 12- Herron, S. J., Saunders, R., Sani, F., & Feigenbaum, J. (2024): The Psychological Emptiness Scale: a psychometric evaluation. *BJPsych Open*, 10(2), Article e42. <https://doi.org/10.1192/bjo.2023.649>

13- Wu, Y., Li, H., & Chen, X. (2024). Meaning in life and student wellbeing: A systematic review of interventions. International Journal of Educational Research, 115, 102183.

<https://doi.org/10.1016/j.ijer.2023.102183>

14- Zhu, X., Chai, W., & Shek, D. T. L. (2022). Promotion of Meaning in Life and Well-being among University Students during the COVID-19 Pandemic via a Service-Learning Subject. Frontiers in Public Health, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.924711>