

Mohd Amirul Kasyful Nur bin Zulkifli

From: Unit Komunikasi Korporat
Sent: Tuesday, August 15, 2017 3:42 PM
To: UUM - All Staff; UUM - All Students; Staf - Pesara UUM
Subject: Terapi Seni Tari Bantu Mahasiswa Cemerlang



Unit Komunikasi Korporat
CORPORATE COMMUNICATION UNIT
Universiti Utara Malaysia



15 OGOS 2017 / 22 ZULKAEDAH 1438H
=====

"UUM : UNIVERSITI PENGURUSAN TERKEMUKA"
(THE EMINENT MANAGEMENT UNIVERSITY)

Oleh: Pusat Budaya Dan Seni

TERAPI SENI TARI BANTU MAHASISWA CEMERLANG



UUM ONLINE: Remaja terutamanya para pelajar merupakan golongan yang paling sukar untuk diberi nasihat berbeza dengan kanak-kanak atau orang dewasa kerana kelompok ini masih berada dalam satu tahap perkembangan.

Justeru, Kelab Tarian Bidasari Pusat Budaya Dan Seni (PBS) Universiti Utara Malaysia (UUM) telah mengadakan program Mobiliti Budaya Antarabangsa: Keunggulan Mahasiswa Melalui Terapi Seni Tari bersama Universitas Sumatera Utara (USU) pada 11 dan 12 Ogos lalu.

Pengarah PBS, Huzaidy Hussain berkata golongan remaja mampu dimotivasi melalui kaedah tertentu yang bersesuaian dengan peringkat umur mereka.

"Di peringkat usia dari 12 hingga 21 tahun, remaja kebiasaannya gemar berada dan melakukan sesuatu perkara secara berkumpulan.

"Mereka belajar secara berkumpulan di sekolah, bersukan dan bermain dalam kumpulan serta menghabiskan masa terluang melakukan aktiviti-aktiviti lain juga secara berkumpulan.

"Oleh yang demikian, golongan ini lebih mudah untuk didekati dan dinasihati dengan pendekatan terapi Seni Tari yang dilakukan secara berkelompok," katanya.

Sementara itu menurut Pengerusi Kelab Bidasari, Amirul Fikhry Abdul Rahman terapi Seni Tari adalah salah satu pilihan ideal kerana ia merupakan pendekatan yang biasa digunakan dan boleh meningkatkan kemahiran insaniah pelajar.

"Selain itu, pendekatan secara berkumpulan ini dapat meningkatkan keyakinan diri dan menyediakan ruang yang selamat untuk remaja belajar dan berlatih tentang sosial atau kemahiran diri seperti bekerjasama, mengikut giliran dan pengurusan rasa marah," jelasnya

Katanya lagi, dalam mewujudkan sesebuah kumpulan remaja yang holistik, ahli terapi perlu menimbangkan keperluan, keupayaan dan diagnosis potensi seseorang ahli.

"Kumpulan yang diwujudkan berdasarkan sesuatu isu lebih cepat mendapat kefahaman sesama mereka berbanding kumpulan yang diwujudkan berdasarkan umur," ujarnya.

Tambah Amirul, remaja memerlukan lebih banyak cara kreatif dan inovatif dalam menyuarakan perasaan selain menggunakan pendekatan terapi pertuturan.

"Membentuk kumpulan terapi Seni Tari ialah satu cara yang sempurna bagi membolehkan pelajar berkomunikasi melalui gerak tari dan meluahkan perasaan sukar melalui pelbagai medium artistik.

"Terapi Seni Tari ini juga membantu golongan pelajar menyelesaikan masalah, meningkatkan harga diri, membina kemahiran sosial dan pengurusan tingkah laku," katanya.

"Sesi terapi Seni Tari ini biasanya diadakan selama satu setengah hingga dua jam dan 15 hingga 30 minit pertama merupakan gerakan memanaskan badan.

"Manakala satu hingga dua jam pula ditumpukan kepada kegiatan membentuk pola lantai dan ekspresi diri serta diakhiri dengan perbincangan lanjutan," jelasnya.

Pada penghujung setiap sesi, ahli-ahli boleh berkongsi ciptaan mereka, membincangkan perasaan tentang kegiatan itu dan memperbaiki kekurangan jika perlu sebelum mereka kembali ke dunia sebenar.



Universiti Utara Malaysia Official Website <http://www.uum.edu.my>

Disclaimer: This e-mail (including any attachments) may contain confidential information. If you are not the intended recipient, you are hereby notified that any review, distribution, printing, copying or use of this e-mail is strictly prohibited. If you have received this e-mail in error, please notify the sender or Universiti Utara Malaysia (UUM) immediately and delete the original message. Opinions, conclusions and other information in this e-mail that do not relate to the official business of UUM and/or its group of companies shall be understood as neither given nor endorsed by UUM and UUM accepts no responsibility for the same. All liability arising from or in connection with computer viruses and/or corrupted e-mails is excluded to the fullest extent permitted by law.