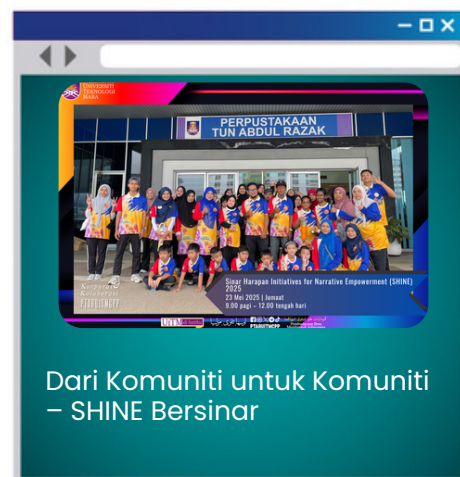


IQRA'

BIL. 5/2025
MEI



SIDANG REDAKSI



PENASIHAT

Ts. Hj. Azizi Bin Hj Jantan



EDITOR

Pn. Shahidatul Akhmam Rambeli



PENYELARAS

Pn. Asmah binti Sabtu



REKA BENTUK GRAFIK

En. Muhammad Hazhar B Abd Aziz

Shah Alam	: Asmah Sabtu, Norazlin Mohd. Yusof, Nor Hafizah Md. Hanafiah, Rizana Mohd Radwan, Hanani Rojikin
Melaka	: Hazlin Ibrahim Khan, Siti Haidah Md Aziz, Ilya Nur Fateen Othman
Perlis	: Khairil Izwan Hasan
Sabah	: Marlia Yuming, Alfera Zurhain Sairin
Kedah	: Mohd Amiruddin Mohd Nasir
Pulau Pinang	: Nor Azilawati Mohamad Azmi, Nurhayati Hassan
Kelantan	: Norfitriah Mat Seman, Rosmariyati Ab Rahman
Perak	: Muhamad Azim A'nsori, Nur Dayana Mohd Narwawi
Sarawak	: Hapsah Suut, Dyg Azimah Abg Yusof, Normah Saadie
Pahang	: Muniratul Husna Mohamad Zaki, Mohd Anwar Hassim
Terengganu	: Mohd Shahnizam Mat Zain, Asmahani Abdullah, Nurmaisari Che Anuar
Johor	: Siti Rozana Mat Sanat, Nor Azelea Mohd Azahar
N. Sembilan	: Syaiful Hisyam Saleh, Mohd Hafiz Kasirun, Muhammad Syafiq Amirullah
Selangor	: Hafiza Mustape, Nur Fatihah Muhamad, Fatin Hanisah Ahmmad Rofee, Wan Rohani Wan Chin, Norliza Othman, Adi Azri Mohamad, Suzana Ishak, Nurkhairunisa Jaafar

KEKERAPAN KELUARAN: 12 KELUARAN SETIAP TAHUN

PENERBIT

Perpustakaan Tun Abdul Razak (PTAR),
Universiti Teknologi MARA,
40450, Shah Alam
Selangor Darul Ehsan.

Membaca untuk Minda: Merungkai Kejayaan Minggu Biblioterapi di UiTM Cawangan Kedah

Disediakan oleh: Hamidah Mohd, Pembantu Pustakawan Kanan
Kampus: Perpustakaan Sultan Badlishah (PSB) UiTM Cawangan Kedah



Merbok, 29 Mei 2025 – Dalam persekitaran akademik yang sering kali menuntut daya tahan mental yang tinggi, inisiatif untuk menyokong kesejahteraan emosi pelajar dan kakitangan menjadi semakin kritikal. Menyedari hakikat ini, Perpustakaan Sultan Badlishah (PSB) dengan kerjasama strategik Unit Psikologi dan Kaunseling, Universiti Teknologi MARA (UiTM) Cawangan Kedah telah mengambil satu langkah proaktif dengan penganjuran Program Minggu Biblioterapi dari 25 hingga 28 Mei 2025. Program yang berjaya menarik penyertaan luar biasa seramai 1,207 orang ini bukan sahaja mencapai objektifnya untuk mempromosikan bacaan sebagai terapi sendiri, tetapi juga berjaya merintis satu model kolaborasi antara jabatan yang efektif dalam membina sebuah ekosistem kampus yang lebih sihat dan menyokong.

Konsep biblioterapi, atau terapi melalui buku, merupakan teras utama program ini. Ia bertitik tolak daripada kepercayaan bahawa bahan bacaan mampu menjadi cermin yang merefleksikan pengalaman manusia, menawarkan perspektif baharu, dan memberikan kelegaan emosi. Matlamat penganjur adalah jelas: untuk meningkatkan kesedaran tentang peranan penting pembacaan dalam pengurusan kesihatan mental, menggalakkan amalan membaca sebagai satu bentuk terapi sendiri yang mudah diakses, dan membina sebuah komuniti yang terbuka untuk berbincang mengenai kesejahteraan. Kejayaan menarik lebih seribu peserta dalam tempoh empat hari membuktikan bahawa pendekatan ini amat relevan dan kena pada masanya, selari dengan peningkatan kesedaran global mengenai kepentingan menjaga kesihatan minda.

Kekuatan utama program ini terletak pada sinergi antara dua entiti penting di universiti. Perpustakaan Sultan Badlishah, selaku gedung ilmu, menyediakan sumber dan platform, manakala Unit Psikologi dan Kaunseling menyumbang kepakaran dalam aspek kesihatan mental dan emosi. Gabungan ini melahirkan program yang seimbang antara teori dengan praktis. Aktiviti seperti Bengkel Asas Biblioterapi tidak lagi menjadi sesi syarahan semata-mata, sebaliknya ia diperkaya dengan panduan daripada En. Mohd Amiruddin Mohd Nasir, Pustakawan Kanan tentang cara mengaplikasikan teks dalam konteks emosi peribadi dan dalam masa yang sama juga terdapat sesi bersama pelajar intern kaunseling untuk berkongsi emosi serta luahan dari peserta. Begitu juga dengan sudut 'Emosi Dump', satu inisiatif berani yang menyediakan ruang selamat untuk meluahkan perasaan. Kehadiran dan sokongan daripada Unit Kaunseling memberikan kredibiliti dan rasa selamat kepada para peserta, membolehkan aktiviti ini mencapai potensi terapeutiknya sepenuhnya.

BULETIN IQRA

PERPUSTAKAAN TUN ABDUL RAZAK
SHAH ALAM



UNIVERSITI
TEKNOLOGI
MARA

Perpustakaan
Tun Abdul Razak



@libraryuitm



@libraryuitm



@perpustakaanuitm



@uitmlibrary



@perpustakaanuitm

Hubungi kami:



03 5521 1704



korporatptar@uitm.edu.my



Unit Korporat dan Kolaborasi,
Perpustakaan Tun Abdul Razak (PTAR),
UiTM Shah Alam.



library.uitm.edu.my