

Atugaluga i tamaiti

O mea e ao i matua ona silafia

O le a le atugaluga?

E faaoga e i latou o loo galulue i le soifua maloloina le 'upu atugaluga e faamatala ai se tamaititi o loo fefe ma le to'afilemu mo se taimi 'umi. I nisi o tamaiti, o lenei fefe ma le to'afilemu e ono oso a'e i nofoaga ma taimi e pei o malae ta'alo ma taimi ae o sauni e momoe. O isi tamaiti e popole ma atugaluga o le a tupu se mea leaga i soo se tulaga e pei o le amataga o a'oga e o'o i le fefefe i le pogisa. O nei uiga e mafai ona talia o se mea masani. I lo tatou tulaga faa-matua, e ao ina tosina o tatou mafaufau pe a molimauina le fefe ma le popole i a tatou fanau i se tulaga ua matua tele atu na i lo le fefe ma le popole tatou te manatu e tala feagai.

E tolu vaega e ao ina maitauina ma iloilo iai pe ono tuga popolega o loo feagai ma a tatou fanau:

1. O tutusa le popole o loo feagai ma le fanau, ma popolega o isi tamaiti?

E masani i tamaiti i lalo o le tolu tausaga le matutua ona faaali malosi o latou lagona pe a to'esea matua. I le taimi faato'a amata ona a'oga, o le toatele o tamaiti e fefefe i 'iniseti, tagata 'ese ma aitu. O tamaiti talavou e mama ma le faamasani ma isi. Ae a malosi tele le fefe na i lo le tulaga tala feagai, ma 'umi ona aafia ai i lea fefe, e iai le avanoa o loo iai se faafitauli i le atugaluga. O le atugaluga e le na o se tali masani ae o se gasegase. Faata'ita'iga, a o se tamaititi talavou e masani ona lelei i le a'oga ae te'i lava ua popole i le le pasi o ana meaa'oga, e iai le masalosologa i le amata ona iai o se faafitauli o le atugaluga i lea tamaititi.

2. E mafai e tamaiti ona faamatala mai o latou lagona?

E le masani tamaiti i le faamatalaina o o latou atugaluga. E faigata ona tautatala mai i mea o loo fefefe ma o'otia ai. O lo tatou tiute tau'ave faa-matua le maitauina o suiga i amio ma auala e faaali mai ai lagona o le fanau. Faata'ita'iga, po ua le toe fia talanoa mai le afafine ae tele i le potu na o ia? Po ua le toe tele se taimi e moe ai le atalii? Po ua fia si'i faasolo'atoa le tamaititi? Po ua tele aso a'oga e misia e le afafine o loo i le a'oga tulaga lua? Po ua amata ona tele le popole i se atalii talavou?

O le a le 'umi e tumau ai?

E le masani ona 'umi o tumau le popole i tamaiti. E vave ona mou. Peita'i, a'ova i le tolu vaiaso o maua pea le tamaititi i le fefe ma le popole, ua tatau ona amata ona tatou mata'ituina. A tumau pea i le faitau tolu masina talu ona amata va'aia, ua tatau loa ona sa'ili se fesoasoani faapitua.

E faapefea ona tatou iloa po ua iai mo'i se faafitauli i a tatou fanau?

E fetai'a a tatou fanau ma isi tamaiti faapea ai ma tagata matutua i le tele o taimi o le aso. E iloa e nisi o ia tagata se suiga i amio a tatou fanau, ma masalo foi e mafai e nisi ona faamatala mai se mafua'aga o nei suiga. I nisi o taimi a tatou iloa le mafua'aga, e ao ina tatou malamalama iai ma 'ave se avanoa i le fanau e toe fotua'i ai mai lenei suiga ua va'aia.

E faapefea ona tatou iloa le 'ese'esega i le popole masani ma atugaluga e mana'omia ai se togafitiga?

O le popole ma le fefe e ta'atele i tamaiti ma tagata matutua. E tatau ona tatou mafau fau lelei po ua tatou faateleina se faafitauli, pe ua tatou misia se faafitauli moni o loo faasalaveia le ola tuputupu a'e o le fanau. A tatou va'ai faa-matua i soo se popolega i tamaiti o se faafitauli ogaoga, e tele le avanoa o le ave a o lea va'aiga ma mafua'aga o le sili atu o le afaina. E mafai ona popole tamaiti o le lalolagi o loo tatou ola ai o se nofoaga lamatia. E le o popolega uma ma fefe e mana'omia ai togafitiga faapitoa. O nisi o fefe e tala feagai ma le matua o le tamaititi, ma e mafai ona iloa ai ua amata ona matua o ia.

Faaga ta'iala nei o loo i lalo e filifili ai poo atugaluga a tatou fanau pe leai:

1. E le alu 'ese: Faapea nei o a tatou fanau na sauaina e nisi tamaiti i le malae ta'alo, ma e 'umi se taimi talu ona uma lea sauaga ae o loo atugaluga ma fefefe pea i taimi e iai isi tamaiti. Na le toe sauaina ina ua mae'a se fonotaga ma le faia'oga. Peita'i o loo faa-auau pea le fefe. Tusa pe asiasi i malae ta'alo e lelei ma faauo tamaiti o iai, ae faa-auau pea le gatete. A faa-auau pea le osofa'ia e le fefe ae ua le toe sauaina, ua tatau ona sa'ili se fesoasoani faapitoa e taumafai ona tineia le fefe o loo feagai ma i latou.

2. Faasolo ina atili tetele le popole i se vaitaimi: Ua tatau ona tatou va'ai i le tulaga ua iai pe a faapea o le atugaluga na amata ai ua faasolo i nisi popolega fou, ae maise pe a iai ni auga va'aia e pei o le faasuati, tiga o le manava, ma tiga o le ulu.


3. Ua alia'e i isi vaega o o latou olaga: E tatau ona tatou popole pe a ua le toe mafaia e le fanau ona faia mea sa masani ai i aso ua mavae ona o le fefe poo le atugaluga. A tatou manatu o nei suiga ua faalavelave i o latou olaga ma lo latou tuputupu a'e, ua tatau ona tatou sa'ilia se fesoasoani.

O a faailoga o le maua o a tatou fanau i le atugaluga?

- O tamaiti ua atugaluga, e tele le popole i le iai o se lamatia. Faata'ita'iga, o le popole i ne'i lavevea, pe faatausuai nisi ia i latou, poo le aafia o seisi e felata'i ma i latou i se gasegase.
- A o'o ina atugaluga tamaiti, e amata ona televave la latou manava, ma e mafai foi ona molimauina le afu, faa-faufau, manava tata, tiga o le ulu ma le faalogoina o le vaivai.
- E mafai foi i tamaiti pe a atugaluga ona popole vale. E mafai ona tagi, fia si'i pe opo i taimi uma, ma le nofo filemu.
- E tele ina uiui-auta tamaiti atugaluga i mea o loo fefefe iai, e pei o le malae ta'alo, ona o le fefefe i fetaia'i ai ma nisi tamaiti e le masani ai, le mumusu e auai i fiafia ona e fefefe e motusia le va'aiga a matua.

E faapefea ona tatou fesoasoani i a tatou fanau pe a atugaluga?

Tatou te amata i le faalogo ae le ofoina iai ni tali, pe tatou te faalae'ia filemu iai, e le moni o latou popolega. Tatou te taumafai e una'i filemu ae le faamalosi, le 'aua ne'i uiui-auta i nofoaga o loo fefefe ai. Peita'i e iai taimi e le mafai ai e ia fautuaga ona foia le faafitauli, ma ua tatau ai ona sa'ilia se fesoasoani i tua atu o le aiga - e pei o se uo faamoemoeina poo se faife'au. Ae a faa-auau pea le faafitauli e sili atu ona sa'ili se fesoasoani faapitoa i atugaluga o le fanau. O i latou nei e aofia ai foma'i, foma'i faapitoa o tamaiti, fautua i a'oga, foma'i o le mafau fau ma fautua faapitoa.



O i latou e fesoasoani i tamaiti e fo'ia o latou atugaluga i le faaogaina o auala e pei o le faamaloloina o le tino ma le mafau'au, fotua'i o le va'ai i o latou tulaga faale-tagata ma lotomau. I nisi o taimi pe a le aoga uma nei taumafaiga ae ua matuia le atugaluga, e mafai ona faaogaina vaila'au mo togafitiga.

E iai se 'ese'ese auala o popolega i le va o tagata mai tu ma aganu'u 'ese'ese?

Loe. O le atugaluga i le va'ai faale-aganu'u a tagata o le tasi atunu'u, o se amio masani i le va'ai faale-aganu'u a tagata o isi atunu'u. O se faata'ita'iga, o le tautala lemu, ae maise i fafine ma tamaiti, o se amio masani i nisi o tu ma aganu'u, ae le o se faailoga o le fefe poo se popolega i le vaai a isi.

Tatou te taumafai i o tatou tulaga faa-matua e faia le mea sili mo a tatou fanau. A tatou popole i ni uiga poo amio e faaalua e a tatou fanau, e taua ona su'esu'e atili iai. I le tasi itu, a tatou taliaina e le afaina sea uiga poo sea amio o loo faaalua e le fanau, ae o loo faa-popoleina ai isi tagata i ia uiga, a le o se uiga o loo avea ma faafitauli i lo latou olaga tuputupu a'e, e le tele se avanoa o ia uiga ma amio o ni faafitauli tuga.

Manatua o popolega ma le fefe e masani ma taatele i tamaiti. Ae a faa-auau pea le fefe ma le popole, o loo iai togafitiga lelei ma aoga mo i latou, ma e le tatau ona faa'umi'umia le soona feagai o le fanau ma nei faafitauli tuga.

O le a se mea tatou te faia pe a mana'omia e tamaiti se fesoasoani ae ua tatou le maua se tali iai?

- Vala'au le Transcultural Mental Health Centre mo fautuaga i lau lava gagana
- Vala'au le Kids Help Line mo fautuaga ma nisi faamatalaga
- Talanoa i le fautua o le a'oga
- Vala'au le community health centre o loo lata ane
- Talanoa i lau foma'i mo fautuaga i isi fesoasoani faapitoa e pei o foma'i faapitoa mo mafau'au ma le maloloina o tamaiti.

Transcultural Mental Health Centre

Telefoni: (02) 9912 3850 (itula faigaluega)

Telfoni fua mo nu'u i tua i NSW: 1800 64 8911

Kids Help Line

Telefoni: 24 itula 1800 55 1800