

Amioga faigata i tamaiti

O mea e ao i matua ona silafia

O a amioga faigata i tamaiti?

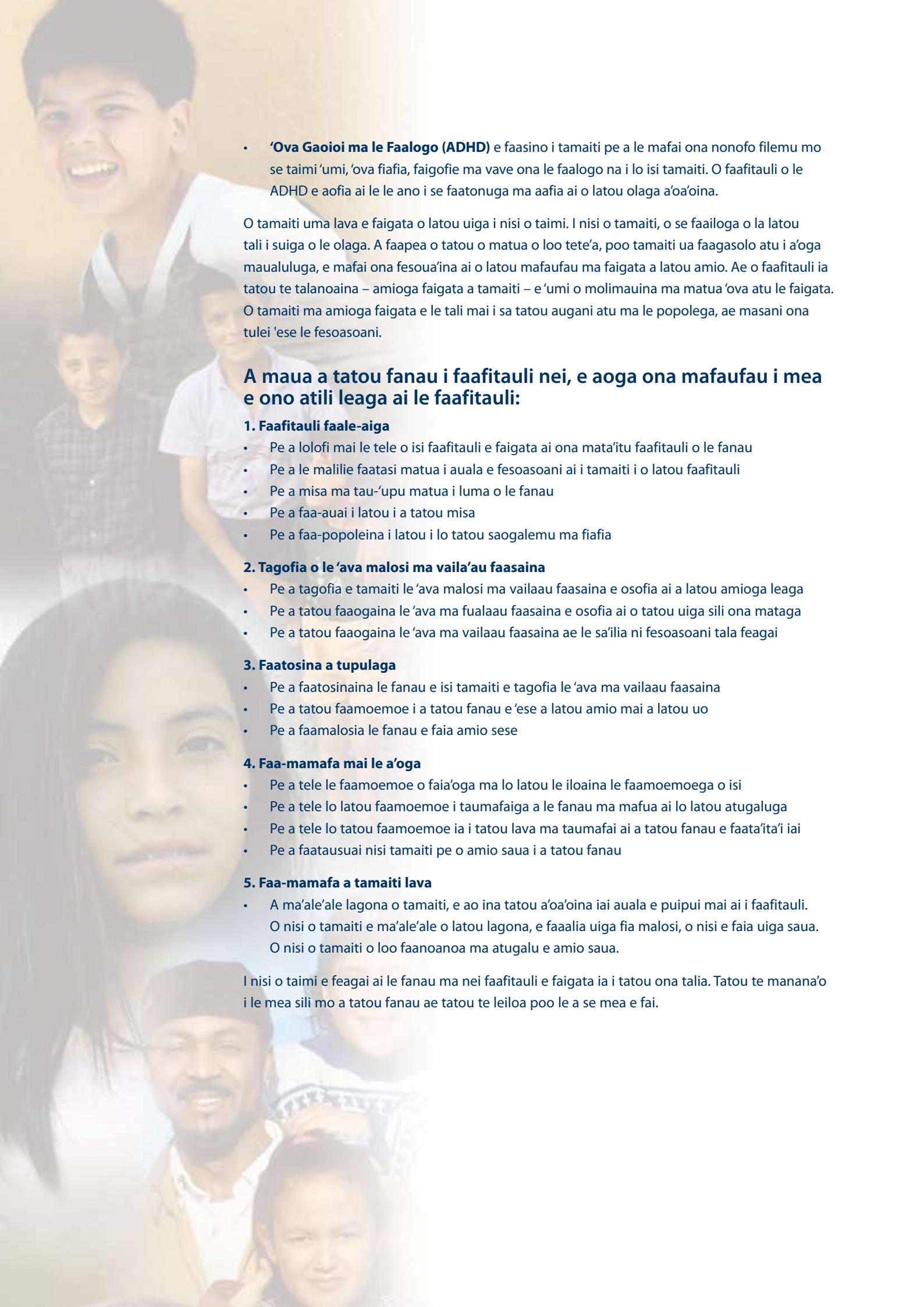
O Amioga Faigata e faamatalaina e i latou ma le tomai faapitoa, o faafitauli e aafia ai tamaiti pe a faigata ona latou mulimuli i tulafono o loo talia e le toatele o isi tamaiti.

O ni faata'ita'iga o nei faafitauli e aofia ai:

- O le le faia o mea e faatonuina. O le toatele o tamaiti e le usita'i i nisi taimi, ae o tamaiti ma amioga faigata e le usita'i i le tele o taimi, tusa pe iloa e i'u i se faasalaga.
- O le faaalua soo ma le matuia o uiga faali'i pe a faatusa i isi tamaiti latou te tupulaga.
- O le faamisa ma le faia o amio le taupulea. E mafai ona aofia ai le faaleagaina o meatotino a nisi, le gaofi, ma le folafola o faiga faamata'u pe lamatia ai nisi.
- E faataute'e i taimi uma i se finauga, e faatele se finauga i se mataupu faigofie. O tamaiti ma amioga faigata e fau-malo i le 'upu mulimuli o se finauga.
- O le musu e faia meaa'oga poo tiute masani faale-tumama o le tino. O le toatele o tamaiti e le mama o latou potu pe le fiafia i le tapenaina o le fale. Peita'i, o le musu faasolo'atoa e fesoasoani i se fe'au, ma le le amana'ia o le taua o le tu-mama faaletino, e le o se mea taatele.
- E pepelo uma lava tamaiti, ae maise pe a fefefe i se faasalaga poo mana'o tele i se mea. Peita'i, o tamaiti ma amioga faigata e faasolo'atoa le pepelo, tusa lava pe leai se mafua'aga e tatau ai.
- O tamaiti ma amioga faigata e masani foi ona faaalua uiga le faaloalo e pei o le soona faalii o le ita ma laulauvavale, uiga le taupulea e pei o le feanu i tagata, le le aloa'ia o aia ma lagona o isi tagata.

O nisi o igoa e faaigoa ai amioga sili ona tuga:

- **Amio faaitu'au** e faasino i tamaiti e vave tele ona ita ma fia finau i taimi uma. E masani ona molimauina le amio lea i tamaiti laiti e faifai pea le faalogogata i matua ma faia'oga. E le o ni tamaiti e saua, pe saua i isi tamaiti, tau faasese ma le fia mafuta; ae mafai ona latou maua uma ia amioga pe a le togafitia o latou faafitauli.
- **Uiga faaletonu** e faasino i tamaiti e faifai pea le talepeina o tulafono ma aiaiga tala feagai na faatulagaina e matua ma faia'oga.

- 
- **'Ova Gaoioi ma le Faalogo (ADHD)** e faasino i tamaiti pe a le mafai ona nonofo filemu mo se taimi 'umi, 'ova fiafia, faigofie ma vave ona le faalogo na i lo isi tamaiti. O faafitauli o le ADHD e aofia ai le le ano i se faatonuga ma aafia ai o latou olaga a'oa'oina.

O tamaiti uma lava e faigata o latou uiga i nisi o taimi. I nisi o tamaiti, o se faailoga o la latou tali i suiga o le olaga. A faapea o tatou o matua o loo tete'a, poo tamaiti ua faagasolo atu i a'oga mauululuga, e mafai ona fesoua'ina ai o latou mafaufau ma faigata a latou amio. Ae o faafitauli ia tatou te talanoaina – amioga faigata a tamaiti – e 'umi o molimauiina ma matua 'ova atu le faigata. O tamaiti ma amioga faigata e le tali mai i sa tatou augani atu ma le popolega, ae masani ona tulei 'ese le fesoasoani.

A maua a tatou fanau i faafitauli nei, e aoga ona mafaufau i mea e ono atili leaga ai le faafitauli:

1. Faafitauli faale-aiga

- Pe a lolofi mai le tele o isi faafitauli e faigata ai ona mata'itu faafitauli o le fanau
- Pe a le malilie faatasi matua i auala e fesoasoani ai i tamaiti i o latou faafitauli
- Pe a misa ma tau-'upu matua i luma o le fanau
- Pe a faa-auai i latou i a tatou misa
- Pe a faa-popoleina i latou i lo tatou saogalemu ma fiafia

2. Tagofia o le 'ava malosi ma vaila'au faasaina

- Pe a tagofia e tamaiti le 'ava malosi ma vailaau faasaina e osofia ai a latou amioga leaga
- Pe a tatou faogaina le 'ava ma fualaau faasaina e osofia ai o tatou uiga sili ona mataga
- Pe a tatou faogaina le 'ava ma vailaau faasaina ae le sa'ilia ni fesoasoani tala feagai

3. Faatosina a tupulaga

- Pe a faatosinaina le fanau e isi tamaiti e tagofia le 'ava ma vailaau faasaina
- Pe a tatou faamoemoe i a tatou fanau e 'ese a latou amio mai a latou uo
- Pe a faamalosia le fanau e faia amio sese

4. Faa-mamafa mai le a'oga

- Pe a tele le faamoemoe o faia'oga ma lo latou le iloaina le faamoemoega o isi
- Pe a tele lo latou faamoemoe i taumafaiga a le fanau ma mafua ai lo latou atugaluga
- Pe a tele lo tatou faamoemoe ia i tatou lava ma taumafai ai a tatou fanau e faata'ita'i iai
- Pe a faatausuai nisi tamaiti pe o amio saua i a tatou fanau

5. Faa-mamafa a tamaiti lava

- A ma'ale'ale lagona o tamaiti, e ao ina tatou a'oa'oina iai auala e puipui mai ai i faafitauli. O nisi o tamaiti e ma'ale'ale o latou lagona, e faalia uiga fia malosi, o nisi e faia uiga saua. O nisi o tamaiti o loo faanoanoa ma atugaluga e amio saua.

I nisi o taimi e feagai ai le fanau ma nei faafitauli e faigata ia i tatou ona talia. Tatou te manana'o i le mea sili mo a tatou fanau ae tatou te leiloa poo le a se mea e fai.

O nisi nei o auala e tausia ai tamaiti ma amioga faigata ae o faatali se fesoasoani:

1. Amana'ia o latou malosi'aga ae faagalo o latou vaivaiga.
2. Vivii le fanau i taimi e faia ai mea lelei, ae le na o le faifai ma faasala i taimi e faia ai le sese.
3. Taumafai e faia mea o loo fiafia i LATOU e fai, ae le na o mea TATOU te manana'o latou te faia.
4. Faalogo i le fanau. A tatou manana'o i tamaiti e faalogo mai ia i tatou, e tatau ona tatou iloa faalogo ia i latou.
5. Ia manino ma le faaitu'au. A tatou manatu i mea sili mo le fanau, ae tatou talia foi taimi e sese ai i le va ma le a'oga poo le tulafono, ua tatou faaalua iai le lagolago ma le faamaoni.
6. Faaali i tamaiti tatou te le tu'ua'ia isi tagata pe a tatou sese, pe ua le manuia nisi o a tatou taumafaiga.
7. Faaali iai le tatau ona sa'ili i tali ma fofo o faafitauli ae le o se tasi e faasino iai tu'ua'iga.
8. Taumafai e una'ina le fanau e faia le mea sa'o i le 'ave iai o faata'ita'iga lelei, ae le o le faamalosi e auala i le sasa ma le faa-fefe.
9. Faatali se'i to'a lou ita faato'a e talanoa i le fanau i se mea sese ua latou faia.
10. 'Aua le faia ni misa ma lou to'alua i ni auala e o'otia ai le aiga ma faa-popoleina ai le fanau.
11. Tuu le avanoa i tamaiti e talanoa mai ai pe a ua mafatia i se mea, e aunoa ma lo tatou mafatia ai. E faaali atu ai i le fanau e mafai ma faigofie ona feso'ota'i mai i taimi o mafatiaga.
12. Fai faatonuga e le faaitu'au ma le suia soo i le fanau.

O a taimi e tatau ai ona sa'ili se fesoasoani faapitoa?

- Pe a oo ina le mafai e le aiga ona tatali le mafatiaga ma ua le toe iloa e matua seisi auala
- Pe a aafia le olaga a'oa'oina o le fanau i amioga faigata, ma oo ai ina manunu'a i latou poo nisi tagata, po ua saisaia e leoleo.

A faapefea pe a mana'omia e tamaiti fesoasoani ae tatou te le iloina se tali iai?

- Vala'au le Transcultural Mental Health Centre i lau lava gagana
- Vala'au le Falema'i mo Tamaiti i Westmead mo fautuaga ma nisi faamatalaga
- Talanoa i le fautua o le a'oga
- Vala'au i le health care centre o loo lata ane
- Talanoa i le foma'i mo fautuaga i isi fesoasoani e pei o foma'i faapitoa o le tino ma mafaufau o tamaiti.

Transcultural Mental Health Centre

Telefoni: (02) 9912 3850 (itula faigaluega)

Telfoni fua mo nu'u i tua i NSW: 1800 648 911

Kids Help Line

Telefoni: 24 itula 1800 55 1800