

O i ai sau tama o le a a'e i le aoga?



MANA AKE
STRONGER FOR TOMORROW

Mataupu

| | |
|---|---|
| Aotelega | 1 |
| Tapena mo aoaoga | 2 |
| Faapefea mea o loo faapopoleina ai i tatou? | 4 |
| Mo lau fanau | 5 |
| Faagma i se, solo | 6 |
| Faamaumauga faaaogāina | 6 |



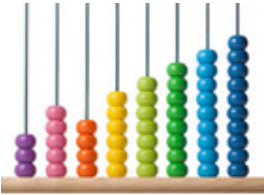
O i ai sau tama o le a a'e i le aoga?

Tapena mo aoaoga



O isi faiga e sili atu ona tāua nai lo le ABC o le iloa milo faatasi ma isi ma tausī lelei ia te oe lava.

Ae faapefea mea o loo faapopoleina ai i tatou?



Faamalosī! E faataitai e tamaiti au gaioiga uma, e moomia lou faia o faataitaiga lelei. Tausī lelei ia te oe lava, faapea foi i lau fanau.

Mo lau fanau



Aua e te popole! O le a lelei mea uma (e faapena foi ma oe!).

Oka, o se taimi fiafia lenei mo oe ma lou aiga, ae e lē mafai lava ona te'a lou popole ...

Faamata e tupu se mea i la'u tama? Faamata o fiafia isi tamaiti i la'u fanau? Faapefea pe a lē alofagia i latou e se tasi?

O faalogona e masani ai le popole i ē pele ia i tatou – o le faamoemoe maualuga lava o se aiga ia lelei mea uma.

O nisi nei o fautuaga ma manatu e fesoasoani ai i tapenaga ina ia lelei le amataga o aoaoga.

Tapena mo aoaoga

E mafai ona gaua'i le mafaufau atoa i valivaliga, numera, ata, mataitusi, tusitusi/tusi le igoa, peitai ia tausisi lava i mea e faigofie ma aogā.

Uunaia e aoao faiga e iloa ai ona tausii ia te ia lava, faasino i ai le faiga o mea nei:

- ia iloa faaaogā le falelētua ma fufulu lima e aunoa ma le tau faamanatu i ai;
- iloa fafa le ato;
- iloa fai seevae;
- iloa faamaulu ma tatala le jacket;
- iloa fai ofu taele ma sui ia lava;
- iloa fesili mo mea e manao ai.

Uunaia ia iloa le **uiga** o mea. O le iloa fesili o se vaega telē o lona faauigana o mea, ma e tatou mananao uma mo le fanau ia aua le matamuli e fesili.

Fesoasoani i ai ia iloa **faalogo** lelei – o se tasi o auala pito sili ona aogā o le faitau i ai o se tala. E fesoasoani e faatupu ai mafaufauga ma agavaa i le gagana!

Taaalo faatasi – e iloa ai **faatali mo lona avanoa** se’i uma le isi ma iloa **tuu le avanoa i isi**, ma e aogā faiga nei i mea o tutupu i totonu o potuaoga ma malaetaalo.

Ia iloa le uiga o le ‘leai’ ma le ‘aua’ – ia tausī ma faamalosia **tulafono**, ina ia latou malamalama i le uiga o tulafono ma le taimi e ono faasino atu ai e tagata matutua faiga e tausī ai le saogalemu.

Tuu i ai le avanoa e faifaimea faatasi ai ma isi tamaiti, e iloa ai aoa faiga e **fesootai, talanoa ma faasoa** ai. Taumafai e aua e te faalavelave i mea o loo latou faia, ae faasino i ai mea e tago e fai.

E fesoasoani foi tapenaga mo **sauniuniga masani**, e pei o le sauni o ofuaoga, meaai e ave i le aoga ma ato a’o lē i amata le aso muamua mo aoga.

E fesoasoani lou **faamasani i le siosiomaga o loo faatino ai aoga** e maua ai lagona mautinoa ia te oe ma lau tama. E tele lava aoga o loo saunia polokalame e faalauiloa ai faiga o loo aoaoina i le aoga poo meafai e mafai ai ona e asiasi atu i le aoga. Afai e lē mafai ona e auai i polokalame nei, e mafai lava ona faaaogā le malaetaalo a le aoga i le faaiuga o le vaiaso – tamoe solo, pe’a i luga o meataalo, ma kiki se polo i le malae.

E foliga o ni auala faigofie ma e atonu o ni faiga ua tou masani ai. Peitai, e lelei lou amanaia ma faamanuia galuega lelei o loo faia!



Ae faapefea mea o loo faapopoleina ai i tatou?

O tulaga masani lou popole i le aso muamua/vaiaso muamua/kuata muamua a lau tama i le aoga, peitai o au gaoigā ma faiga e faate'a ai lou popole e mafai ona afaina ai amio faaalua a lau fanau. O lesona pito sili ona malosi tatou te aoaoina i fanau o faataitaiga tatou te faia.

- Faataitai i ai uiga e iloa ai lou toa: faataitai ni mea fou ma mea e lu'i ai oe – e lē oso ai se palaai o lau tama.
- Alofia le palaai: o le palaai e atili ai lava ona lē mafaia se mea. Alofia le fesuisui ai o au tonu talu ai lou popolevale.
- Faasino i ai auala o loo e faia e faate'a ai le vevesi o lou mafaufau. Mo se faataitaiga, e te faapea atu, “Tuu mai se taimi se'i matuā tō lelei la'u mānava e tau faato'afilemu ai lo'u popole.” Manatua e maitau ma faataitai e tamaiti au gaoigā. Afai e te iloa faate'a lou popole, e mafai foi ona latou faia lea tulaga.

Manatua e lē tumau ai faaletonu i le faa'aega o tamaiti i aoga ma e iai lava auala e fai ai – o loo avanoa faiaoga e fesoasoani i lou aiga. O le a maua e tagata uma se mea lelei, e tusa lava pe afai e lē o iloga ona maua se lelei i nai aso, e toe oso foi le lā.

E masani i matua le faamulimuli o ia lava i mea uma e fai – mafaufau i le tausiga o oe lava – o e tausami lelei, maua sau faamalositino, o lava lau moe? Talanoa i isi mo se fesoasoani. Faamalū i se tapu taele. Fai ma malōlō.



Mo lau fanau

- Taumafai aua e te faalavelave i faalogona o lau tama. Fesili i ai “E ā mai lenei aso?” ae aua e te fai atu, “O palaai e te alu i le aoga?”
- Faalogo i manatu o lau tama ma faailoa i ai lou alofa – tago e fusi mai.
- Talanoa i lau fanau e lē o se mea leaga faalogona popole – faamalosi i ai ma aua e te manatu māmā i mea o loo palaai ai. Alofia faamatalaga e pei o le “e leai a se mea e popole ai fua” ae faapea atu “e oso le palaai pe a fou se mea”.
- E leai se afaina o le talanoa i faalogona, ona saili lea o auala e gafatia ai faalogona.
- Aua le soona faapelepele i lau fanau – faamasani tamaiti ia iloa ona atia’ē faatuatuaga ia te ia lava, ma le tomai e mafai ona latou gafatia ai mea o tutupu.
- Talanoa i isi lu’itau ua tuanai, faaitaiga: aso muamua na amata ai i le aoga amata, poo lesona mo musika, lesona e aoao ai le aau, ma le tele o isi mea. Manatua malosiaga a lau fanau ma le aogā o nei malosiaga ia i latou.
- Afai e tulai mai ni lu’itau, taumafai e fefaasoai ma lau tama auala e foia ai. O le aoao i ai o auala e fofō ai faafitauli, o se tasi lea o faiga sili ona lelei ma aogā mo a latou aoaoga.
- Taula’i i mea lelei ma faamalosiau ma faasoa manatu lelei.
- Faatulaga taunuuga ma faatapulaa mea e fai – e fia iloa e tamati tulafono. Vivii a latou taumafaiga lelei ma faamalosi i ai e toe taumafai atili.
- Faatulaga lelei mea e fai i le taeao, pe a tuua le aoga ma le taimi e moe ai.
- Faaavanoa se taimi e faagaioi ai le tino, fiafia ma taliē ai – faasavili i fafo, fola se pelē, ma faamālie mea o fai.

Soo se taimi tatou te taumafai ai e fai se mea fou, e oo mai lagona popole – o ni faalogona e aogā ma e masani ai. O faiga pito sili ona lelei o le faaalua o uiga e iloa ai e te lē fiu gofie; ia iloa e tamaiti ona mausalī lona faatuatua ia te ia lava.

O le a lelei mea uma - e faapena foi ma oe!

Faama, i se solo

Aso muamua i le aoga

Poo ā au mea o fai i lenei taimi, poo iai se isi o alofa atu.
Talosia ua maua sau uo pele, sau uo lelei e pele i lou fatu.

Poo iloa e le faiaoga, e pele oe ia te a’u.
Ma ou uiga tausaaafia, talosia o mafai ona iloa atu.

Poo e mafaufau mai, poo e moomoo mai i la’u fusi atu.
Ua ou misia lou leo mālie, ma lou pipii solo mai ia te a’u.

Ailoga o e iloa le faigata, o lenei olaga.
E tagi uu lo’u fatu, pe a ta faamavae i ona tua atu.

Mo nisi faamatalaga:

O loo maua i le upega tafailagi a le Matagaluega o Aoga fautuaga aogā mo matua ma aiga <https://parents.education.govt.nz/primary-school/your-child-at-school/enrolling-and-starting-your-child-at-school/>

Faamaumauga faaaogāina:

Sparklers – Faiga e mafai ai e fanau ona pulea le popole – sparklers.org.nz

Anxiety BC – Auala aogā mo matua – bcchildrens.ca/about/news-stories/news/2015/back-to-school-anxiety-bc-children%E2%80%99s-shares-tips-for-parents-and-caregivers

E iva auala e tatau i matua o se tamaitiiti e popole gofie ona faataitai – heysigmund.com

School Refusal: Tamaiti i tausaga 5-8 – raisingchildren.net.au

Gaioiga a matua alofa e ono faatupu ai le popole i tamaiti – isi gaioiga e fai – Karen Young – heysigmund.com

AllRight? Taiala mo Matua – allright.org.nz/tools/sparklers/parenting-guides