

مرحباً أولياء الأمور

يبدأ الآن أبنائكم بعمر البلوغ بكل ما تعنيه الكلمة. هذا يقودني خلال الأسابيع القليلة أن ألتقي طالبات صفوف الرابع والخامس للحديث معهم حول مرحلة البلوغ والدورة الطمثية (الشهرية)، وما الذي يحدث في الجسم من التغيرات الجسدية والنفسية.

من كل 10 طالبات يشعرون بشكل سلبي (القلق) تجاه وصولهم إلى مرحلة البلوغ ولكن من خلال المعلومات والحوار المفتوح أتمنى أن أكون قد استطعت تغيير شيء من هذا الوضع .

أنت كونك ولي الأمر يمكنك أن تصنع فرقاً وتكون منفتحاً وفضولياً .

سوف أنطلق من المعلومات الموجودة في صفحة [www.umo.se](http://www.umo.se) المتعلقة بالبلوغ، وأتابع التحدث حول ذلك. أنت كونك ولي الأمر يمكنك بكل سرور الدخول إلى هذه الصفحة ومعرفة المعلومات الموجودة إذا كنت مهتماً بذلك، ربّما تقومون بذلك مع بعضكم البعض.

البلوغ هو مرحلة التطور (الانتقال) من الطفولة إلى النضج ، والأغلبية يصبحون فضوليين أكثر حول أجسامهم وأجسام الآخرين.

التغيرات الجسدية هي فقط جزء من البلوغ ، وأيضاً العديد من التغيرات النفسية .

ذلك يؤدي للبحث عن معلومات عبر الإنترنت وللأسف أحياناً عبر مواقع خاطئة على الإنترنت ، وسوف نتحدث جزئياً عن ذلك أيضاً.

بكل سرور تواصلوا معنا إذا كانت عندكم أسئلة.

مع تحياتي / ممرضة المدرسة : Carin Ahl

رقم الهاتف : 0582685409

0582-685409 [carin.ahl@edu.hallsberg.se](mailto:carin.ahl@edu.hallsberg.se)