

लोकसत्ता

२

६ फेब्रुवारी २००६

दररोजच्या धावपळीने पडणारा ताण बरेचदा मोठ्यांनाही त्रासदायक ठरतो, मग लहानांचं काय? घरातली मोठ्यांची भांडणं, शाळेतला न समजणारा अभ्यास अशा अनेक गोष्टींनी त्यांच्या छोट्याशा विश्वात गोंधळ उडतो. त्यांच्या आणि आपल्या नकळत ते तणावाखाली येतात. यामुळे मुल

हायपरॅक्टिव्ह आणि हट्टी होतात. त्यांचं अभ्यासातलं लक्ष उडतं. ते कुठेही लक्ष केंद्रित करू शकत नाहीत. त्यांना परीक्षेची भीती वाटते. रात्री झोपेत सूसू होते. ते खोटं बोलायला शिकतात किंवा त्यांच्या वागण्यात अगम्य बदल होतात. या आणि अशा अनेक जुटी हे तणावाचेच परिणाम आहेत.

आता परीक्षांचा मोसम सुरू होत आहे. तुमच्या मुलीला/ मुलाला या काळात भीती वाटते का? इतर वेळीही ती खूप हट्टी वागतात का? हायपरॅक्टिव्ह आहेत का? यासारखे काही प्रश्न तुमच्या मनात असतील तर डॉ. अनिता साळुंखे यांना जरूर कळवा. तणावावर होमिओपथी पद्धतीने कसे उपचार करता येतील हे त्या जरूर सांगतील. तुमच्या नेमक्या प्रश्नांना 'रिलॅक्स झोन' च्या माध्यमातून डॉ. साळुंखे उत्तर देणार आहेत. तणावावर होमिओपथीचे कोणते उपचार आहेत, एखाद्याचा दृष्टिकोन, देहबोली होमिओपथीमुळे कशी बदलू शकते, याबद्दल त्या मार्गदर्शन करतील. तुमचे प्रश्न प्रिडिक्टिव्ह होमिओपथी क्लिनिक, गुरुदेव अपार्टमेंट, तळ मजला, बी विंग, टेलिफोन एक्सचेंजच्या समोर, चेंबूर नाका, मुंबई ७१ या पत्त्यावर अधवा
anita~salunkhe@hotmail.com वर पाठवावेत. दूरध्वनी क्र. - २५२३ ०५३०, ९८२०१ ९३९४७.



रिलॅक्स झोन

• डॉ. अनिता साळुंखे

