زندگی سلام
دوشنبه
۲۰ شهریور ۱۴۰۲
۲۵ صفر ۱۴۴۵
۱۱ سپتامبر ۲۰۲۳
شماره ۲۵۲۵

خانواده و مشاوره

هنر گفت‌وگو با نوجوان

والدین با رعایت چند نکته برای تعامل با فرزند نوجوان‌شان و استفاده بهینه از مکالمات کوچک روزمره، می‌توانند پیوندهای خود را با فرزندان‌شان تقویت کنند

دکتر فریده ناصری | روان‌شناس کودک

محوری

بدون اغراق می توان مدعی شد که دشوارترین مرحله تربیت فرزند به دوره نوجوانی اختصاص دارد. در دوره کودکی، والدین هر آن چه را فرزندشـــان می گوید حتی به مقدار بیشتر می‌پذیرند و خواسته فرزند را اجابت می کنند، اما در دوره نوجوانی با شکل گرفتن بخشـــی از خصوصیات رفتاری فرزند به‌علاوه شروع با سرعت هورمون‌های رشد متعدد جسمانی، فرزند دچار برخی تنش‌ها می‌شود و اگر والدین اندیشمندانه و هوشمندانه این تنش‌ها را درنیابند چه بسا به چالش و گسست بین والدین و فرزند منجر خواهد شد. در این بین، پدر و مادرها باید به‌طور عملی الگوی مناسبی برای تقویت هنر گفت‌وگو کردن بین فرزندان به خصوص نوجوانان باشند. در ادامه از هنر صحبت با فرزندان و این که چگونه آن‌ها را وادار به گوش دادن کنیم، خواهیم گفت.

خطرات نداشتن گفت‌وگوی اصولی با نوجوان

والدین باید با کلام ملایم، اندیشه والا، گفت‌وگوی مختصر، هنر شـنیدن، کنترل خشـم، پرهیز از پرگویـی و تندخویی، اجتناب از استفاده از الفاظ رکیک و ناپسند، دوری از برچسب زدن و مقایسـه کـردن و... گفت‌وگوهای‌شـان را بـا فرزنـد نوجوان به شـکل موثرتری پیـش ببرند. در غیـر این صورت، مسیر صحبت بسته خواهد شـد و این نقطه می‌تواند سرآغاز مشکلات و دردسرهای زیادی باشد. نوجوانی که برای گرفتن تصمیم‌های مهم یا حل مشـکلاتش با پدر و مادرش مشورت نمی‌کند، به‌احتمال زیاد دچار اشتباه خواهد شد. ما بهترین‌ها را برای فرزندان‌مان و در نهایت برای جامعه می‌خواهیم. تمام تلاش خود را می‌کنیم که این کار را انجام دهیم که آنان را برای انجام فعالیت‌های مختلف به نقاط متفاوت ببریم، تکالیف را با هم انجام دهیم، به رویدادهایی برویم که در مدرسه ترتیب می‌دهند، اما ما مهم‌ترین کلید تربیـت را در نظر نمی‌گیریم: گفت‌وگوهایی کوچک و سـاده کـه روزانه با آنـان داریم. اگر والدین از گفت‌وگوهای کوچک روزمره اسـتفاده کنند، این گفت‌وگوها بـه‌عنـوان فرصت‌های عالـی بـرای یادگیری و خلاقیت عمل می‌کند و همچنین باعث تقویت پیوندهای والدین با فرزندان خواهد شد.

استفاده از منابع غنی برای نصیحت غیرمستقیم

خوشـبختانه فرهنگ ایرانی دارای چنان غنا و ثروت ادبی متعددی است که استفاده از نکات اخلاقی مختصر و مفید موجود در آن می‌تواند علاوه بر انتقال مناسب آن چه در ذهن والدین می گذرد، با آن چه که لازم است به فرزندشان از ابزار کلام منتقل کنند، همراه شود. علاوه بر تحقق خواسته مدنظر موجب ارزش افزوده و اندوخته ذهنی و کلامی بسیار خوبی هم برای فرزندشـان خواهد شـد. مطالعه و شـروع گفت‌وگو با فرزند نوجوان درباره احادیث، کتاب‌های ادبی گلستان و بوستان سعدی، شـاهنامه، کلیله و دمنه و دیگر کتاب‌ها و منابع بزرگ فرهنگ و تاریخ ایران می‌تواند برای نصیحت غیرمستقیم نوجوان امروزی، راه‌گشا باشد.

آسیب‌های متوازن نبودن ۳ نوع رشد نوجوان

در دوره نوجوانی، بحران‌های رفتاری از قبیل خلق‌وخوی متغیر، خطرپذیری بالا، طغیان و سرکشی و همچنین سه نوع رشد در این دوره یعنی رشد فیزیکی و جسمی، روانی و اجتماعی وجود دارد که متوازن نبودن سه‌گانه این دوره از رشد و بحران‌های رفتاری به خشم درون و لجبازی نوجوان منجر می‌شـود. در ضمـن، رفتارهـای نوجوانـان آلوده به اضطراب هم است. نتیجه مثبت رشـد متوازن سه‌گانه در فرد، رشـد عقل گرایی (آینـده نگری) و مسـئولیت‌پذیری در گفتار و رفتار اوسـت. بنابراین هنر خـوب گوش دادن و خوب صحبت کردن با نوجوان می‌تواند در راستای تحقق آینده نگری بهتر، بـدون اضطراب و آگاه‌سـازی از عواقب و پیامدهای رفتار در فرزند شـما بیشـترین تاثیر را داشته باشد.

نجات نوجوان از دست لایک‌ها

یکـی دیگـر از نـکات بسـیار واضـح ایـن اسـت که نوجوانـان امـروزی تمرکـز زیـادی روی رسـانه‌های اجتماعـی و اسـتفاده از اینترنـت دارنـد. البتـه از فنـاوری می‌تـوان بـه خوبـی بـرای آن‌هـا اسـتفاده کـرد، امـا وقتـی آنان بیـش از حـد روی جسـت‌وجو در اینترنـت تمرکـز یـا بـه عکس‌های بی‌نقـص یکی پس از دیگری نگاه می‌کنند، متوجه نمی‌شـوند که تا چه اندازه زمان صـرف ایـن کار کرده‌انـد. مـا بـه عنوان پدر و مـادر نبایـد بگذاریم که آنان تجربیات دوران نوجوانی را از دست بدهند و صرفا زندگی‌شان روی لایک‌هایی که در فضای مجازی دریافت می‌کنند، متمرکز شود. فراهم کردن بستری برای گفت‌وگو با نوجوان، کمک‌زیادی در این زمینه خواهد کرد تا بیشتر در دنیای واقعی و حقیقی برای کسب تجربیات ارزشمند تلاش کنند. شروع داشـتن چنین گفت‌وگوهایی به مـدت ۵ یا ۱۰ دقیقه و چند بـار در روز فوق‌العاده اسـت. مهم است که بدانیم آنان چه چیزی را دوست دارند، چه چیزی آنان را علاقه‌مند می‌کند یا نمی‌کند. با نشسـتن در کنار آنـان و دیـدن آن چیزی که در ذهن آنان اسـت، شـروع کنیم. این که چه چیزی را دوسـت دارند و چه چیزی آنان را مجذوب خود می‌کند، درک کنیم و سپس از آنان درباره علاقه‌شان سوال کنیم.

اتاق مشاوره

بالا بودن استرس شغلم، زندگی‌ام را تیره و تار کرد

مردی ۳۴ ساله هستم. شغلم پر استرس است. همین بالا بودن استرسم، باعث شده که زندگی‌ام تیره و تار شود. خسـته‌ام و در کارم، تمرکز کافی ندارم. نگرانم اشتباه کنم و اخراج شوم. راهنمایی ام کنید.

رضا زیبایی | کارشناس ارشد روان‌شناسی بالینی

مشاوره شغلی

مخاطب گرامـی، با توجه بـه توضیحاتـی کـه در پیامک‌تـان بیـان کردید، به نظر می‌رسـد که شـما دچار فرسـودگی شـغلی شـده‌اید. بـه طور مثال، این که گفته‌اید: «خسـته‌ام و در کارم، تمرکز کافی نـدارم» و نگران اشـتباه کردن هستید، حاکی از همین موضوع است. با این حال و در ادامه، چند توصیه به شما داریم.

شـاید شـغل‌تان بـا شـخصیت‌تان همخوانی ندارد

بـه عنـوان نکتـه اول بایـد بگویم یـا واقعا شغل شـما پر اسـترس اسـت یا به واسطه پیش‌زمینـه اضطرابـی شـما تحلیـل و برداشت شما از شغل‌تان پر استرس بودن است. گاهی تناسب نداشتن خصوصیات شخصیتی فرد با حرفه‌ای که سال‌ها به آن مشغول است، می‌تواند موجب نارضایتی و فرسودگی شغلی در وی شود؛ برای مثال، شـاغل بـودن فـردی درون‌گرا در شـغلی به شـدت برون‌گرایانه یا برعکـس. در این خصوص بی‌شک برای راستی‌آزمایی بودن یا نبودن چنین متغیری باید به روان‌شناس شغلی مراجعه کنید. در صورت وجود این متغیر یعنی تناسب نداشـتن خصوصیات شـخصیتی بـا کارتـان بایـد تـلاش کنید در خصـوص تغییـر شـغل متناسـب اقدام کنید. اگرچه قابل درک است تغییر شغل، کار زمان بر و گاه بسـیار دشـواری اسـت، اما گاهی در همان سـازمان یا شرکتی که هستید، می‌توان با کمک توصیه‌نامه روان شـناس و درخواسـت تغییر جایگاه شغلی از سـوی خودتان، حـال بهتری هـم برای خود و هم بهره‌وری بیشتر برای سازمان به همراه بیاورید.

مهارت کافی در شغل‌تان دارید؟

نداشتن مهارت کافی در شغلی که لازمه آن تلاش برای به‌دسـت آوردن دستاوردهای جدید است، باعث افزایش استرس شغلی می‌شود. برای مثال، تحویل‌دار بانک نیاز جدی به تمرکز و دقت کافی برای محاسبه و چـک کـردن مـدارک مشـتریان دارد و کوچک‌ترین خطا گاهی می‌تواند عواقب جبران‌ناپذیـری بـه دنبال داشـته باشـد، بنابراین به دسـت آوردن مهارت کافی در این شـغل به آمـوزش و صرف وقـت کافی نیاز دارد و در نهایت اگر بعد از چند سـال هنوز این شـغل استرس‌زاسـت با روشـی که مطرح شـد باید به تغییر سمت در بانک اقدام کنید.

استرس شغلی‌تان باید واکاوی شود

برخی مشـاغل ذاتـا پـر اسـترس هسـتند و معمـولا افـرادی به سـمت این مشـاغل می‌رونـد کـه مشـتاق چالـش و هیجـان هستند برای مثال، آتش‌نشانان، نظامیان، جراحان، روان‌پزشکان، معدن‌چیان یا... بنابراین اگر شما فردی هسـتید که از این مشاغل پرهیز می‌کنید به احتمال زیاد در انتخاب شغل اشتباه کردید؛ حال یا به جبر انتخاب کردید یا به سهو. در مجموع اکنون که به ماهیت شـغل خود پی بردید باید یا با ساختار پر استرس آن کنار بیایید یا آن را به نحو مقتضی تغییر دهیـد. در مجموع نیاز اسـت با واکاوی علل اسـترس شغلی شما که می‌تواند در چند حوزه یاد شـده باشـد با اتخـاذ راهبرد درمانی و گاه تغییر شـغل راجع به کاهش یا حذف اسـترس شـغلی شما اقدام شود.

فتونکته

ترفند کاهش ۵۰ درصدی زوال عقل در سالمندان

دانشمندان در پژوهشی جدید دریافته‌اند که استفاده متعادل و منظم از اینترنت ممکن است فواید شناختی برای افراد مسن داشته باشد. یافته‌های این پژوهش که در شماره اخیر نشریه انجمن روان‌پزشکی آمریکا منتشـــر شده است، نشان می‌دهد که در واقع، اسـتفاده بلندمدت از اینترنت در اواخر دوره بزرگ‌سالی با تاخیر در بروز زوال شناختی ارتباط دارد. با وجود این، نویسندگان این مقاله پژوهشی، از دانشکده بهداشت عمومی جهانی در دانشگاه نیویورک گفتند: «پژوهش بیشـــتری لازم است تا پیامدهای منفی احتمالی استفاده مفرط معلوم شود.»

پژوهشی روی ۲۰ هزار فرد مسن

این پژوهشگران با استفاده از «مطالعه سلامت و بازنشستگی» در دانشگاه میشیگان، یک نظرسنجی بلندمدت که حاوی اطلاعاتی درباره حدود ۲۰ هزار آمریکایی مسن است، داده‌های گروه سنی ۵۰ تا ۶۵ سال را که تا ۱۷ سال یا اندکی بیشتر به زوال عقل (دمانس) مبتلا نشده بودند، دنبال کردند. در این مقاله آمده است که در فاصله سال ۲۰۰۲ تا ۲۰۱۸، هماهنگ کنندگان پژوهش دانشگاه میشیگان هر دو سال یک بار از شرکت‌کنندگان نظرسنجی کردند و از آن‌ها پرسیدند آیا «مرتب» از اینترنت استفاده می‌کنند و اگر این طور است، مدت زمان استفاده‌شـان از اینترنت را مشخص کنند. آن‌ها پاسخ‌های گوناگونی دریافت کردند و ۶۵ درصد پاسخ‌دهندگان گفتند که مرتب از اینترنت استفاده می‌کنند و ۲۱ درصد تغییرهای قابل‌ملاحظه‌ای را در عادت استفاده‌شان از اینترنت در مدت مشارکت در این تحقیق گزارش کردند. در بازه زمانی این تحقیق، برخی شرکت‌کنندگان یا فوت کردند یا به زوال عقل مبتلا شدند. یافته‌های این تحقیق نشان داد که «استفاده منظم از اینترنت، در مقایسه با استفاده‌گاه‌وبیگاه، خطر ابتلا به زوال عقل را تقریبا به نصف می‌رساند».

خطر استفاده مفرط از اینترنت برای سالمندان

نویسـندگان پژوهـش جدیـد خطـر ابتـلا بـه زوال عقـل را در میـان شـرکت‌کنندگانی که کاربران فعـال بودند ۱.۵۴ درصد تشـخیص دادند، در حالی که به‌نظر می‌رسید خطر ابتلا در شرکت‌کنندگانی که کاربر اینترنت نبودند به‌میزان قابل‌ملاحظه‌ای بالاتر و ۱۰.۴۵ درصد بود. با وجود این، پژوهشگران یک هشدار هم دادند. بین استفاده مفرط از اینترنت و ابتلا به زوال عقل هم به ظاهر ارتباط وجود دارد. به‌نظر می‌رسید خطر ابتلا به زوال عقل در کسانی که بیش از دو ساعت در روز از اینترنت استفاده می‌کردند، افزایش یافته بود. گاوون چو، یکی از پژوهشگران، به خبرگزاری مدسکیپ مدیکال نیوز گفت: «در میان افراد مسن، کاربران همیشگی اینترنت در مقایسه با کاربران گاه‌وبیگاه ممکن است کمتر در معرض خطر ابتلا به زوال عقل قرار داشته باشند و بازه‌های زمانی طولانی‌تر استفاده مرتب از اینترنت در سال‌های پایانی بزرگ‌سالی ممکن است به کاهش خطر بروز زوال عقل در سال‌های بعد کمک کند. با وجود این، استفاده مفرط روزانه از اینترنت ممکن است اثر منفی داشته باشد و افراد مسن را در معرض خطر ابتلا به زوال عقل قرار دهد.» در این پژوهش آمده است که «پایین‌ترین خطر در بزرگ‌سالانی مشاهده شد که استفاده‌شان بین یک تا ۲ ساعت بود، اگرچه به‌دلیل کوچکی گروه نمونه، برآوردها قابل توجه نبود.»

برای نوشتن این مطلب از «ایند یپندنت» کمک گرفته شده است

نکته

۷ دلیل رایج دروغ‌گویی که باید بشناسید

دروغ‌گویی آسیب‌های زیادی دارد و روابط اجتماعی را تخریب می‌کند. دروغ گفتن دلایل زیادی دارد و می‌توان آن را از دیدگاه عصب‌شناختی و روان‌شناختی بررسی کرد، اما آشنایی با رایج‌ترین آن‌ها، می‌تواند به ما کمک کند که در این دام نیفتیم:

۱- چاپلوسی کردن
۲- پرهیز از موقعیت‌های ناخوشایند اجتماعی
۳- قانع کردن دیگران
۴- پیشگیری از پیامدهای منفی رفتار
۵- رسیدن به خواسته‌ها و نتایج دلخواه
۶- تحت تاثیر قرار دادن دیگران
۷- محافظت از دروغی که قبلا گفته‌ایم

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*من درباره گروه‌هایی که برای نجات یوزپلنگ ایرانی تلاش می‌کنن، زیاد شـنیده بـودم، اما نمی‌دونستم چرا حفظ این حیوان مهمه. الان فهمیدم که اگر نباشـه، به کشـاورزی آسـیب زیادی وارد می‌شه.

*دولت باید از این خانواده که برای نجات یوزها، خانه‌شـان را فروختند، تقدیر کند و حداقل به ازای خانه‌شان به آن‌ها پول بدهد.

*خوشـحالم که بالاخره ثابت شـد کـه خواب افراد مسن به تدریج کم می‌شود. ما هرچی به بابامون می‌گفتیم، قبول نمی‌کرد و می‌ذاشت پای سحرخیز بودن خودش!

*مطلب «سوءتفاهم‌ها سر ما خوردگی نیستند» خواندنی بود. باید مراقب باشیم در دام قضاوت دیگران نیفتیم، چون معمولا درست نیست. تجربه شـخصی مـن نشـون داده تا جـای هر فردی زندگی نکنیم، تصمیم‌های اون رو درک نمی‌کنیم.

*کووید ۱۹ دوبـاره داره میاد و مـی گن باید حواس‌مون بهش باشه که مبتلا نشیم.

*آفرین به آقای نجفی. اگر همه ما در حد خیلی کمتر از شـما برای حفظ محیط‌زیسـت تلاش کنیم، کمک زیادی به طبیعت کردیم. حتی در حد نینداختن یک کیسه پلاستیکی در طبیعت.

برگ سبز موتورسیکلت تریل پروازِ ۲۰۰ سی سی مدل سی اف اف مدل ۱۳۹۵ به شماره پلاک ۷۷۵-۳۶۲۴۹ شماره موتور ۰۱۹۸NBF۵۰۲۶۲۲ و شماره تنه HBF***۲۰۰F۹۵۰۵۷۷۶ به نام علی افخوانی شجری مفقود و فاقد اعتبار است. ۳۴۷۲۸

برگ سبز خودرو تیبا ۲ به شماره پلاک ۱۲-۲۸۱هـ۱۴ به شماره موتور M۱۵۸۴۴۲۹۹۵ به شماره شاسی NAS۸۲۱۱۰۰H۱۱۰۱۵۲۹ بنام سمیه رضازاده دهکاء مفقود و فاقد اعتبار است. ۳۴۷۲۲

برگ سبز خودرو پراید صبا جی تی ایکس مدل ۱۳۸۱ به شماره پلاک ۶۳۲ ط ۲۸ ایران ۴۲ به شماره موتور ۰۰۳۲۲۰۷۱ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۱۷۸۶۴۵۶ به نام بنیامین محمودی مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۳۴۷۴۲

برگ سبز خودرو سواری پراید مدل ۱۳۸۰ رنگ دودی به ش انتظامی ۱۲-۴۷۳ج ۵۸ و ش موتور ۰۰۲۸۶۳۱۰ و ش شاسی S ۱۴۱۲۲۸۰۷۵۱۴۲۵ بنام عباس مولودی مفقود و فاقد اعتبار است ۳۴۶۵۷

برگ سبز خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۱۳۸۲ به شماره انتظامی ۱۲ - ۵۹۳ ی ۴۷ و شماره موتور ۰۰۴۶۹۹۳۶ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۲۹۳۳۷۹۶ به نام نصراله باروت کوب مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۳۴۶۹۱

برگ سبز-سند کمپانی پراید صبا جی تی ایکس مدل ۷۸ سفید شیری به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۷۳ط ۹۶ به شماره موتور ۰۰۱۳۵۸۷۷ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۷۸۶۱۵۴۷۴ بنام محمد اسماعیل بلوریان مفقود و فاقد اعتبار است ۳۴۶۴۶

برگ سبز خودرو سواری پژو ار دی آی ۱۶۰۰ مدل ۸۳ شماره موتور ۱۱۷۸۳۰۳۷۵۲۴ شماره شاسی ۸۳۱۳۷۷۲۹ شماره پلاک ۳۵۵ط۶۵ ایران ۴۲ بنام عباسعلی غلامیان زاده مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۳۴۶۶۷

برگ سبز خودرو پراید جی تی ایکس مدل ۱۳۸۳ پلاک ۳۶- ۱۴۱ س ۱۹ ش موتور ۰۰۹۲۲۰۹۶ ش شاسی S۱۴۱۲۲۸۳۳۱۴۰۱۸ بنام حسن دیمه کار محمدآبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۴۶۵۴

برگ سبز و سند کمپانی پژو ۴۰۵GLX-XU۷ پلاک ایران ۷۴- ۴۸۱ ج ۵۲ ش موتور ۱۲۴K۰۷۴۸۸۳۰ شماره شاسی NAAM۰۱CE۷FR۲۲۸۲۵۱ بنام فرزانه حسنی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۴۵۶۳

برگ سبز خودرو تیبا ۲ به شماره پلاک ۱۲-۲۸۱هـ۱۴ به شماره موتور M۱۵۸۴۴۲۹۹۵ به شماره شاسی NAS۸۲۱۱۰۰H۱۱۰۱۵۲۹ بنام سمیه رضازاده دهکاء مفقود و فاقد اعتبار است. ۳۴۷۲۲

برگ سبز خودرو سواری پراید مدل ۱۳۸۰ رنگ دودی به ش انتظامی ۱۲-۴۷۳ج ۵۸ و ش موتور ۰۰۲۸۶۳۱۰ و ش شاسی S ۱۴۱۲۲۸۰۷۵۱۴۲۵ بنام عباس مولودی مفقود و فاقد اعتبار است ۳۴۶۵۷

اینجانب المیرا بخته مالک خودرو ۲۰۶TU۳ مدل ۱۴۰۱ سفید به شماره انتظامی ایران ۱۲-۵۶۷ ق ۵۸ به شماره موتور NAAP۰۳HEXNJ۲۹۰۱۱۶ و شماره شاسی ۱۶۵۸۰۱۹۹۰۹۹ به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی و برگ سبز) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۳۴۶۴۸

اینجانب محمدرضا اسعدی جرفی مالک خودرو پژو ۴۰۵ جی ال ایکس آی پلاک ۳۶- ۷۷۱ ج ۴۲ ش شاسی ۸۲۰۱۲۵۱۷ ش موتور ۲۲۵۶۸۲۰۶۴۷۲ به علت فقدان اسناد فروش برگ سبز و سند کمپانی تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۳۴۶۴۷

برگ سبز، سند کمپانی و کارت موتورسیکلت رهرو ۱۲۵ به ش پلاک ۷۷۳- ۴۸۲۴۸ به ش موتور NBJ۱۲۵G۹۴۵۲۴۸۸ به ش شاسی ۰۱۲۴NBJ۴۱۳۶۸۸ بنام عماد خالقی مختاری مفقود و فاقد اعتبار است ۳۴۵۷۰

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت تاسوکی ۱۲۵CDI قرمز گوجه ای مدل ۱۳۸۷ پلاک ۷۶۳-۵۶۸۳۵ ش موتور ۷۱۶۴۸۵۹۷* ش شاسی ۱۲۵T۸۷۴۶۱۶۰ NFJ*** بنام وحید یثربی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۴۶۰۹

اصل کارت خودرو سمند LX بشماره انتظامی ۱۲ ایران ۲۷۸ و ۴۷ بشماره موتور ۱۲۴K۰۴۳۸۶۷۶ و شماره شاسی NAAC۹۱CC۲EF۶۶۷۸۵۹ مدل ۱۳۹۳ به مالکیت کوروش انصاری اغول بیگ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط میباشد. ۳۴۵۵۸

برگ سبز سواری سمند ایکس ۷ مدل ۱۳۸۳ رنگ نقره ای متالیک به شماره انتظامی ایران ۴۲-۱۵۷ق ۷۲ و شماره موتور ۱۲۴۸۳۱۵۴۱۸۰ و شماره شاسی ۸۳۲۴۷۰۴۹ به نام غفور جوان احمدپور مفقود و فاقد اعتبار است ۳۴۵۳۱

برگ سبز خودرو سواری پژو ار دی آی ۱۶۰۰ مدل ۸۳ شماره موتور ۱۱۷۸۳۰۳۷۵۲۴ شماره شاسی ۸۳۱۳۷۷۲۹ شماره پلاک ۳۵۵ط۶۵ ایران ۴۲ بنام عباسعلی غلامیان زاده مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۳۴۶۶۷

برگ سبز-سند کمپانی پراید صبا جی تی ایکس مدل ۷۸ سفید شیری به شماره انتظامی ۴۲ ایران ۷۳ط ۹۶ به شماره موتور ۰۰۱۳۵۸۷۷ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۷۸۶۱۵۴۷۴ بنام محمد اسماعیل بلوریان مفقود و فاقد اعتبار است ۳۴۶۴۶

برگ سبز خودرو پراید جی تی ایکس آی مدل ۱۳۸۳ پلاک ۳۶- ۱۴۱ س ۱۹ ش موتور ۰۰۹۲۲۰۹۶ ش شاسی S۱۴۱۲۲۸۳۳۱۴۰۱۸ بنام حسن دیمه کار محمدآبادی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۴۶۵۴

کلیه مدارک اعم از برگ سبز وانت پیکان ۱۶۰۰ مدل ۸۷ سفید روغنی به شماره انتظامی ۲۶ ایران ۱۳۶ ص ۵۱ به شماره موتور ۱۱۴۸۷۰۳۱۸۹۲ بنام کبری وطن دوست کهنه اوغاز مفقود و فاقد اعتبار است ۳۴۶۴۵

اصل برگ سبز موتورسیکلت کبیر بشماره انتظامی ۷۷۷-۴۲۵۱۳ بشماره موتور ۱۶۲FMJX۴۱۳۷۰۲۹۱ و شماره شاسی ۱۵۰F۸۹۰۱۶۲۷۰ NCV*** مدل ۱۳۸۹ به مالکیت ابوالفضل مصطفوی مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط میباشد. ۳۴۶۸۷

اینجانب احمد محمدی شیرین سو مالک خودرو سمند LXXU۷ سفید روغنی مدل ۹۲ به شماره انتظامی ۳۶ ایران ۹۶۳ س ۳۹ به شماره موتور ۱۲۴K۰۲۶۱۶۹۱ و شماره شاسی NAAC۹۱CCADF۶۴۰۵۳۵ به علت فقدان اسناد فروش (برگ سبز -سند کمپانی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودروی مذکور دارد ظرف مدت ۱۰ روز به دفتر حقوقی سازمان فروش شرکت ایران خودرو واقع در پیکان شهر ساختمان سمند مراجعه نماید. بدیهی است پس از انقضای مهلت مزبور طبق ضوابط مقرر اقدام خواهد شد. ۳۴۶۴۳

خودروی پژو ۴۰۵ PARS TU با شماره پلاک ۳۶ - ۶۲۳ ۵۹۰ و شماره شاسی NAAN۱۱FEY۱LH۳۱۹۱۴۶ مفقود شده است در صورت مشاهده با شماره ۰۹۱۵۲۰۳۹۹۹۷ تماس حاصل شود. ۳۴۵۹۷

برگ سبز خودرو کیا مدل ۲۰۱۲ به شماره پلاک ایران ۷۴- ۵۳۳ ط ۲۳ و شماره شاسی KNAGN۴۱۲۵C۵۲۷۹۹۱۲ و شماره موتور G۴KECH۱۱۸۲۵۵ به نام حجت شکیبا مفقود و فاقد اعتبار است. ۳۴۵۶۰