خانواده و مشاوره

در مدرسه نیاموختیم که...

روزهای زوج

بخش سوم

برای رسیدن به رویاها، منتظر اجازه هستیم

سیدمصطفی صابری | روزنامه‌نگار

مدرسه می‌تواند به ما ریاضی، تاریخ و خیلی چیزهای دیگر یاد بدهد؛ اما گاهی باید به‌خودمان یادآوری کنیم چیزهای مهمی هست که در مدرسه به ما نمی‌آموزند؛ به‌طور مثال فرایند آموزش و امتحانات در مدرسه به‌نحوی است که بسیاری از ما حتی تا بزرگ‌سالی تصور می‌کنیم هر کار پرفایده‌ای مثل مطالعه، یادگرفتن و... به‌هیچ وجه لذت‌بخش نخواهد بود.

از واقعیت‌های زندگی دور نشویم

ما در مدرسه تفکر انتقادی را یاد نمی‌گیریم و تصور می‌کنیم هر آن‌چه شنیدیم را باید قطعی تصور کنیم. برنامه آموزشی مدرسه به شکلی است که مبتنی بر نمره است نه کنجکاوی و بر پایه حفظیات است نه درک مطالب و برای همین چنین رفتارهایی را در بزرگ‌سالی هم مرتکب می‌شویم. مدرسه بسیاری از اوقات در ازای مدرک تحصیلی که به ما می‌دهد ما را با بسیاری از واقعیت‌های زندگی که باید در تعامل با جامعه، خانواده و... به آن‌ها توجه کنیم بیگانه می‌کند. هرچند این روزها دوران مدرسه بیشتر ما تمام شده و اصلاً قرار نیست به فرزندان‌مان بیاموزیم که قواعد آموزشی را نادیده بگیرند؛ اما باید به‌خودمان یادآوری کنیم مدرک تحصیلی الزاما به معنای داشتن درک درستی از یک زندگی هدفمند و معنادار نیست.

خودمان را نادیده نگیریم

معلمان و والدین به ما می‌آموزند اول باید تکالیف مدرسه را انجام دهیم و بعد بازی کنیم، اول درس‌مان را بخوانیم و بعد سراغ دوست‌مان برویم. آن‌ها به ما تاکید می‌کنند جای درس خواندن پشت یک میز مرتب و با نور کافی است نه روی شاخه یک درخت و وسط صدای پرندگان. کم کم یاد می‌گیریم برای رسیدن به چیزهایی که دوست داریم مدام صبر کنیم و همیشه چیزهایی که جامعه تعیین می‌کند را در اولویت قرار دهیم. بزرگ‌تر که می‌شویم می‌گویند اول درس و دانشگاه را تمام کن بعد سراغ هنر برو. کم کم خواسته‌های ضروری و اهداف مهمی که به زندگی ما به عنوان یک انسان معنا می‌دهند و حس می‌کنیم می‌توانند ماموریت خاص ما در زندگی باشند را هم نادیده می‌گیریم. سراغ به نتیجه رساندن کاری که شاید هیچ کس جز ما قادر به انجامش نباشد نمی‌رویم و شجاعت لازم برای تحقق رویاهای درست و اهداف واقعی و در دسترس‌مان را نداریم. همیشه منتظر اجازه و تایید دیگران هستیم حتی اگر ندانیم چرا و چه کسی باید روی گام بعدی ما صحه بگذارد. برای همین بلاتکلیف می‌مانیم در حالی که دنیا افرادی را تحسین می‌کند که در چارچوب فرهنگ و هنجار جامعه، کارهای جدیدی انجام داده‌اند.

روان شناسی

اما واگرهای مقایسه زمان حال خود با گذشته

مقایسه وضعیت فعلی با گذشته، امری طبیعی و رایج در روان‌شناسی انسان‌هاست. این رفتار به دلایل مختلفی صورت می‌گیرد که درک آن می‌تواند به ما کمک کند تا بهبود فردی و اجتماعی بیشتری داشته باشیم. یکی از دلایل اصلی این مقایسه، یادآوری و تحلیل تغییرات است. انسان‌ها به طور طبیعی تمایل دارند تغییرات را بررسی کرده و متوجه شوند که آیا زندگی به سمت بهبود یا بدتر شدن پیش می‌رود. به گزارش «باشگاه خبرنگاران جوان» مقایسه وضعیت فعلی با گذشته می‌تواند به ما کمک کند تا موفقیت‌ها و شکست‌ها را ارزیابی کرده و از آن‌ها درس بگیریم.

عوامل مهم در این مقایسه

حسرت و نارضایتی یکی از عوامل مهم در این مقایسه است. زمانی که افراد با مشکلات یا نارضایتی‌های کنونی روبه‌رو هستند، به گذشته‌ای روی می‌آورند که به نظرشان بهتر یا ایده‌آل‌تر بوده است. این مقایسه می‌تواند ناشی از احساس ناکامی در حال حاضر باشد و به فرد انگیزه دهد تا تغییرات مثبت ایجاد کند. از سوی دیگر، یادآوری دستاوردها و پیشرفت‌ها هم موجب مقایسه می‌شود. افراد ممکن است به گذشته نگاه کنند تا به یاد بیاورند که چقدر پیشرفت کرده‌اند و به موفقیت‌های خود افتخار کنند. این نوع مقایسه می‌تواند به افزایش اعتماد به نفس و انگیزه کمک کند. همچنین،

ابزاری برای بهبود وضعیت خود

تاثیر رسانه‌ها و فرهنگ بر این رفتار قابل توجه است. رسانه‌ها و فرهنگ‌های مختلف به طور مداوم به مقایسه‌های تاریخی و بررسی تغییرات گذشته و حال می‌پردازند که می‌تواند تأثیر زیادی بر نحوه تفکر افراد داشته باشد. در نهایت، مقایسه وضعیت فعلی با گذشته، ابزاری است برای ارزیابی، تحلیل و بهبود وضعیت خود، اما باید مراقب باشیم که این مقایسه‌ها به احساس نارضایتی یا احساس ناکامی منجر نشود و به جای آن، به عنوان فرصتی برای رشد و پیشرفت استفاده شود.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* تصویر گذاره‌هایی شبیه سریک اژدها و جاده‌ای وسط دره‌های درخت‌مانند، خیلی جالب بود. اگر از روی زمین ببینی، کلا زیبایی‌شون از بین میره.
* فکر نمی‌کردم که سینمای ما در جلوه‌های ویژه، حرفی برای گفتن داشته باشه. مربوط به مطلب «جوان شدن پارسا پیروزفر با هوش مصنوعی» در صفحه جوانه.
* در پرونده زندگی سلام برای دربی که روز چهارشنبه چاپ شد، هیچ کدام از طرفدارهای استقلال نخواسته بودند که سعید مهری و حسین کنعانی‌زادگان در تیم‌شان باشد و همین ۲ بازیکن هم پایه‌گذار بردپرسپولیس شدند.
* درباره مطلب «بیسکویت و چای، ترکیبی خوشمزه اما مضر» می‌خواستم بگم آیا ترکیب خوشمزه‌ای هست که مضر نباشه؟ همه‌شون مضر هستن.
* فیلم برداری و عکاسی با پهپاد که چیز جدیدی نیست. الان چند ساله که تو مراسم‌های عروسی استفاده می‌شه.
* زندگی سلام. پاییز اومد اما هنوز برگ درخت‌ها نریخته؟ به نظرت چرا؟

خدمات سفر به سلامت روان

در روز جهانی جهانگردی از ویژگی‌های شخصیتی افراد علاقه‌مند به سفر و فواید روان‌شناختی آن خواهیم گفت

زهرا متقی‌شکیب | روان‌شناس و مدرس دانشگاه

محوری

وقتی اسم جهانگردی به میان می‌آید، خیلی از ما به یاد «مارکو پولو» می‌افتیم. ذهن بعضی‌های‌مان هم به سمت جهانگردان اساطیری مثل جمشید و زال (شخصیت‌های شاهنامه) یا شازده کوچولو (شخصیت داستانی معروف «آنتوان دو سنت اگزوپری») و... می‌رود. ۲۷ سپتامبر روز جهانی جهانگردی نام‌گذاری شده تا فرصتی برای توجه بیشتر به سفر و یادآوری مزایای آن برای سلامت جسم و روان باشد.

ویژگی‌های شخصیتی عاشقان سفر

از منظر روان‌شناسی، جهانگردان پرآوازه و افرادی که به سفر علاقه‌مند هستند، برخی ویژگی‌های شخصیتی مشترک دارند که برخی از آن‌ها عبارتند از: **۱-کنجکاوی** | این افراد علاقه‌مند به کشف مکان‌ها، فرهنگ‌ها و تجربیات جدید هستند. **۲-ماجراجویی** | تمایل به تجربه‌های جدید و هیجان‌انگیز دارند و از ریسک کردن نمی‌ترسند. **۳-انعطاف‌پذیری** | توانایی سازگاری با شرایط و محیط‌های مختلف را دارند. **۴-استقلال** | این افراد معمولاً خودکفا هستند و از تنهایی و تصمیم‌گیری‌های مستقل لذت می‌برند. **۵-اجتماعی بودن** | علاقه‌مند به ملاقات با افراد جدید و برقراری ارتباطات اجتماعی هستند. **۶-خلاقیت** | توانایی دیدن دنیا از زوایای مختلف و پیدا کردن راه‌حل‌های خلاقانه برای مشکلات دارند. در خور ذکر است که این ویژگی‌ها به افراد کمک می‌کند تا از سفرهای خود لذت ببرند و تجربیات غنی‌تری کسب کنند.

عوامل موثر بر فواید سفر

سبک زندگی جهانگردی و سفر می‌تواند تأثیرات مثبتی از قبیل افزایش انعطاف‌پذیری و سازگاری، افزایش اعتماد به نفس، کاهش استرس، افزایش خلاقیت و البته تاثیرات منفی بر خلق‌وخو، هیجانات افراد، احساس تنهایی، استرس و اضطراب، خستگی و... داشته باشد. این تاثیرات ممکن است در جهانگردان و افرادی که به سفر می‌روند، مشاهده شود اما در همه آن‌ها به یک شکل و با یک شدت وجود ندارد. عوامل مختلفی می‌توانند بر تجربه‌های فردی آن‌ها در سفر تأثیر بگذارند از جمله:

۱ شخصیت فرد | افراد با شخصیت‌های مختلف ممکن است به شیوه‌های متفاوتی به تجربیات سفر واکنش نشان دهند. برای مثال، افراد برون‌گرا ممکن است از تعاملات اجتماعی و کشف فرهنگ‌های جدید لذت بیشتری ببرند، در حالی که افراد درون‌گرا ممکن است بیشتر به دنبال آرامش و خلوت باشند. همچنین شخصیت‌های نمایشی، جهانگردی را به‌عنوان راهی برای جلب توجه و تجربه‌های جدید انتخاب کنند و شخصیت‌های خودشیفته آن را به‌عنوان راهی برای نمایش موفقیت‌ها و دستاوردهای خود انتخاب می‌کنند.

۲ خلق‌وخو و هیجانات | تغییر محیط و دور شدن از خانه می‌تواند به کاهش علایم افسردگی کمک کند اما در برخی موارد، احساس تنهایی و دوری از حمایت‌های اجتماعی ممکن است علایم را تشدید کند. استرس‌های ناشی از سفر و تغییرات ناگهانی ممکن است دوره‌های مانیا یا افسردگی را فعال کند یا نوسانات خلقی را در افراد با اختلال دوقطبی تشدید کند.

۳ تجربیات قبلی | کسانی که تجربه‌های بیشتری در سفر دارند، ممکن است بهتر بتوانند با چالش‌ها و تغییرات مواجه شوند و از آن‌ها لذت ببرند.

۴ مقصد سفر | نوع مقصد و فرهنگ محلی آنجا هم می‌تواند تأثیر زیادی بر تجربه‌های هیجانی و خلقی داشته باشد. سفر به مکان‌های آرام و طبیعی ممکن است احساس آرامش بیشتری به همراه داشته باشد، در حالی که سفر به شهرهای شلوغ و پرجنب‌وجوش ممکن است هیجان و استرس بیشتری ایجاد کند.

مهم‌ترین دستاوردهای سفر برای سلامت روان

پژوهش‌های متعدد اذعان دارند که بسیاری از اختلالات و بیماری‌ها، ریشه در اعصاب و روان انسان‌ها دارند. در جهانی که استرس‌ها و ناآرامی‌ها گریبان همه را گرفته و تنش‌ها و خستگی‌های جسمی، از هر سو به هر کدام از ما فشار می‌آورد به‌نظر می‌رسد پیدا کردن مسیری برای بهبود سلامت روان با هدف تأمین نیازهای روان از طریق دست‌یابی به نشاط و آرامش فکری کار دشواری باشد. از مهم‌ترین تاثیرات سفر بر سلامت روان می‌توان به: ۱-کاهش استرس‌ها و دغدغه های فکری؛ ۲-کاهش تنش‌های روحی و روانی؛ ۳-خارج‌شدن انسان از حالت‌های روزمرگی زندگی و رفتن به سوی نشاط و شادابی؛ ۴-دستیابی به تنوع دیداری و شنیداری و همچنین تعالی روابط اجتماعی؛ ۵-دستیابی به تجربه‌های مختلف و متنوع زندگی؛ ۶-افزایش حس صمیمیت و روابط دوستانه با همسفران؛ ۷-تحکیم بنیان خانواده؛ ۸-دست‌یافتن به حس روحیه جمعی و حس مشترک گروهی؛ ۹-بهبود خواب و رفع بی‌خوابی و همچنین تنظیم دقیق زمان خواب؛ ۱۰-افزایش قدرت هوش و خلاقیت.

نکته پایانی

لازم است بدانید که هر چقدر گردشگری و سفر کردن در میان جوامع افزایش یابد و مردم از اهمیت آن آگاه شوند، میزان تنش‌ها و استرس‌های اجتماعی هم به همان اندازه کاهش می‌یابد و باعث پیشرفت جامعه به سوی دنیایی پر از نشاط و شادابی می‌شود.

نکته ها

۵ توصیه برای جلوگیری از خریدهای هیجانی

۱- داشتن بودجه‌بندی ماهانه
۲- تهیه فهرست خرید قبل از بازار رفتن
۳- توجه به حس و حال قبل از رفتن به خرید
۴- به تعویق انداختن خرید
۵- لغو پیامک‌ها یا ایمیل‌های تبلیغاتی

از دنیای روان شناسی

ردپای کرونا در اعتیاد نوجوانان به شبکه‌های اجتماعی

نتایج یک تحقیق بین‌المللی نشان داد که ویروس کرونا، منجر به اعتیاد نوجوانان و استفاده نادرست آن‌ها از شبکه‌های اجتماعی شده است. این نتیجه تحقیق پژوهشگران از ۲۸۰ هزار نفر از افراد ۱۱، ۱۳ و ۱۵ ساله در ۴۴ کشور جهان است. به گزارش «برنا»، مطالعه رفتارهای کودکان در سن مدرسه نشان داد که به‌طور متوسط ۱۱ درصد از آنان در سال ۲۰۲۲ به‌شکل افراط گونه‌ای با شبکه‌های اجتماعی درگیر بودند. این عدد در سال ۲۰۱۸ حدود ۷ درصد بود. محققان می‌گویند این یافته‌ها نگرانی‌های بسیاری درباره تأثیر فناوری دیجیتال بر سلامت روان نوجوانان و جوانان اروپایی ایجاد کرده است.

شیوع بیشتر در نوجوانان ۱۳ ساله

این پژوهش نشان داده که استفاده نادرست از فضای مجازی بیش‌تر در نوجوانان ۱۳ ساله شایع است. به گفته محققان، این موضوع در اوایل نوجوانی به اوج خود می‌رسد و دختران بیشتر از پسران تمایل به استفاده از شبکه‌های اجتماعی دارند. «جوانچلی» از استادان دانشگاه گلاسگو در این باره گفت: «در این مطالعه بیش از یک سوم نوجوانان اعلام کردند که به صورت دایم با دوستانشان به‌صورت برخط در تماس هستند. این به این معنی است که این گروه از کاربران تقریباً در تمام طول روز برخط هستند.»

هشدار سازمان جهانی بهداشت

این مطالعه توسط شاخه اروپایی سازمان جهانی بهداشت (WHO) منتشر شده است. «هانس هنری پی کلاگ»، مدیر منطقه‌ای سازمان بهداشت جهانی برای اروپا گفت: «یافته‌ها نشان می‌دهد رسانه‌های اجتماعی می‌توانند عواقب مثبت و منفی بسیاری برای جوانان داشته باشند. نیاز به آموزش بیش‌تری در زمینه سواد دیجیتال برای این قشر وجود دارد تا به نوجوانان و جوانان کمک کند که رویکرد سالمی در فضای برخط داشته باشند؛ البته دولت‌ها، مقامات حوزه سلامت، معلمان و والدین هم باید نقش خود را به درستی ایفا کنند. روشن است که ما به اقدام فوری و پایدار نیاز داریم تا به نوجوانان کمک کنیم که روند استفاده مضر از شبکه‌های اجتماعی را تغییر دهند، بارها اثبات شده که استفاده بیش از حد از این شبکه‌ها می‌تواند منجر به افسردگی، اضطراب و ضعف در عملکرد تحصیلی ضعیف شود.»

اتاق مشاوره

پسر مورد علاقه‌ام از دستم فراری است!

به پسری علاقه دارم ۲۳ ساله. من هم ۲۳ ساله هستم. او از فامیل‌های‌مان است و به من علاقه‌مند است. خانواده‌های‌مان در جریان ماجرا هستند و راضی‌اند. اما این پسر انگار از دستم فراری است. می‌گوید تفاهم نداریم، به او گفتیم قول می‌دهم که با او تفاهم خواهم داشت. دیگر چه کار کنم؟

فریبا البرز | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مشاوره ازدواج

مخاطب گرامی، ملاک‌های ازدواج موفق یا خوشبختی را می‌توان تشابه نسبی در چند موضوع خلاصه کرد: اصالت خانوادگی، سن، تحصیلات، وضعیت اجتماعی-اقتصادی خانواده، زمینه‌های فرهنگی، برخورداری از علاقه‌های مشترک، داشتن فعالیت‌ها یا سرگرمی‌های مشترک و.... شما در پیام خود توضیح زیادی از این شرایط نداده‌اید. فقط نسبت خویشاوندی‌تان، رضایت خانواده‌ها و علاقه‌تان به یکدیگر گفتید و از دیگر موارد مشابه بین خودتان چیزی بیان نکردید و مشکل ظاهرا درباره تفاهم شماست. در ادامه توضیحاتی که باید در این باره بدانید، مطرح می‌کنم.

مفهوم تفاهم را می‌دانید؟

هر فردی طبیعتا مایل است همسری برگزیند که بیشتر همسان او باشد تا ناهمسان با او. البته باید در نظر داشت که هر اندازه هم تلاش کنیم که بیشترین تشابه‌ها را بیابیم، باز هم اختلاف نظرها در مواردی وجود خواهد داشت. شاید از نظر عده‌ای تفاهم یعنی عینا مثل یکدیگر بودن اما این‌طور نیست. تفاهم شناخت تفاوت‌ها و کسب مهارت همدلی است. درک یکدیگر و برقرار کردن ارتباطی عمیق و صمیمانه و در میان گذاشتن احساسات درونی خود با همسر و همچنین گوش دادن و درک کردن معنای پیامی که همسر در نظر دارد، از نکات مهم مهارت تفاهم است.

تفاهم با قول دادن به دست نمی‌آید

گفته‌اید می‌خواهم به پسر مورد علاقه‌ام قول بدهم که با او تفاهم خواهم داشت. نکته دیگری که لازم است بیان کنم این است که شما اگر می‌بینید با یکدیگر تفاوت زیادی دارید، منطقی‌تر به این قضیه نگاه کنید. فراموش نکنید تا حدی تفاوت‌های رفتاری بین دو نفر را می‌توان با سازش کردن و همدلی پوشش داد اما اگر این تفاوت‌ها فاصله زمین تا آسمان باشد، قضیه فرق دارد. برای رسیدن به تفاهم باید بدانید، اولا یک تصمیم دو جانبه است و دوما با قول دادن و... مشکل حل نخواهد شد. بار دیگر، هم کفو بودن‌تان را بررسی کنید تا بهترین تصمیم را بگیرید.

سفارش تلفنی آگهی در روزنامه خراسان
۳۵۰۰۰
پرداخت آنلاین

برگ سبز موتورسیکلت هاتف ۱۵۰ CDI مدل ۱۳۹۱ ش انتظامی ۸۶۱-۱۷۱۶۳ ش تنه NC۵***۱۵۰Z۹۱۱۳۵۱۰ ش موتور NC۵-۱۶۱FMJ*F۵۲۰۴۷۵۰۵* بنام مهدی فیوجی قوچانی مفقودوفاقد اعتبار است ۸۷۵۳۵

سند سه برگی موتورسیکلت پیشتاز ۱۲۵مدل۹۰ رنگ آلبالویی به شماره انتظامی ۷۷۶-۹۸۵۵۴ به شماره موتور ۱۱۱۳۳۷۳ و شماره شاسی ۹۰۰۹۷۱۱ بنام یونس خزائی زوزنی فرزند علی محمد مفقود وفاقد اعتبار می باشد ۸۷۵۳۸

برگ سبز وسند کمپانی سواری لیفان ۶۲۰ مدل ۱۳۹۳ شماره انتظامی ۹۵س۵۸۹ایران۷۴ شماره موتور LFB۴۷۹Q۱۴۰۷۰۰۰۷۰ شماره شاسی NAKNF۴۲۲۸EB۱۲۰۰۳۷ بنام نازنین فاطمه اسدی زاده مفقودوفاقد اعتبار است. ۸۷۵۶۱

برگ سبز و کارت موتورسیکلت پیشرو مدل ۸۶ به ش پلاک ۷۷۳۱۳-مشهد ۱۳ بنام سیدحسین شمس آبادی به ش تنه NCR***۱۲۵S۸۶۵۳۵۱۸ به ش موتور۵۲۰۰۴۰۹۷ مفقود و فاقد اعتبار است ۸۷۵۴۷

برگ سبز خودروی رنو سپند پی کی مدل۸۳ به شماره انتظامی ۴۲-۴۷۲ج۱۳ به شماره موتور M۱۳۹۳۱۹۹۴ و شماره شاسی ۳۰۳۸۴۵۲ بنام عزیزابراهیمی مفقود گردیده وفاقد اعتبار می باشد ۸۷۵۴۳

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶TU۳ مدل ۱۳۹۹ رنگ سفید به شماره انتظامی ایران ۴۲- ۶۹۵ ج ۹۷ شماره موتور NAAP۰۳EE۰LJ۰۳۳۸۵۲ و شماره شاسی ۱۶۵۸۰۱۷۸۶۲۵ بنام طاهره ذاکری مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۶۱۷

برگ سبز رنو تندر ۹۰ مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۹۲ل۵۱۹ایران۱۲ ش موتورD۱۶۱۹۰۵RD۱۰۰۰۱۴۰۶۷ ش شاسی NAALSRALDBA۰۸۲۱۰۰ بنام غلامرضا داعیان بجستانی مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۵۷۳

برگ سبز سواری ساپیا-H۲۳۰BRILLIANCE مدل ۹۴ سفید روغنی به ش انتظامی۷۴ایران۹۴۹ب۸۷ به ش موتورBM۱۵L/E۰۱۴۲۵۴ و ش شاسی NAS۷۳۱۱۰۰F۱۰۰۰۷۶۱ بنام محمود محمدی مفقود وفاقد اعتبار است ۸۷۵۷۵

برگ سبز خودرو پراید مدل۸۵ به شماره انتظامی ۱۲-۵۴۳س۸۸ به شماره موتور۱۶۶۳۰۹۰ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۵۹۲۷۰۹۲ بنام غلامرضا ترابی مفقود گردیده وفاقد اعتبار می باشد ۸۷۶۴۴

برگ سبز و کارت ماشین و برگ کمپانی پراید تیپ جی تی ای ایکس مدل ۱۳۸۶ ش شاسی S۱۴۱۲۲۸۶۳۰۰۷۹۳ ش موتور ۱۸۷۴۸۹۱ش پلاک ۵۸۹ط۷۳ایران ۴۲ به نام محسن علیزاده مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۸۷۶۱۳

اصل برگ سبز و پژو ۲۰۶آریان مدل۱۳۸۶ به شماره انتظامی ۱۲ایران۳۳۱ج۱۷ به شماره موتور ۱۳۵۸۶۰۰۱۷۷۴ و شماره شاسی ۲۲۷۰۰۶۳۱ بنام زهرا وهاب نیا مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۵۹۱

برگ سبز سواری پراید ۱۳۱ مدل ۱۳۷۹ شماره انتظامی ۵۴و۳۶۵ایران۳۲ شماره موتور ۰۰۲۰۰۷۰۰ شماره شاسی ۱۴۱۲۲۷۹۶۷۳۷۶۳ بنام محمد محمددوست مفقودوفاقد اعتبار است. ۸۷۵۶۶

برگ سبز کارت موتورسیکلت بنزینی سیستم توس نو انژکتوری مشکی مدل ۹۸ به شماره انتظامی ۷۷۷-۲۴۸۴۷ و شماره موتور ۰۲۶۵۰۱ N۴N۰۱۲۵ و شماره تنه N۴NAKTKDDKMH۰۷۷۶۰ به نام علیرضا نجفی مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۴۶۲

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶TU۳ مدل ۱۳۹۹ رنگ سفید به شماره انتظامی ایران ۴۲- ۶۹۵ ج ۹۷ شماره موتور NAAP۰۳EE۰LJ۰۳۳۸۵۲ و شماره شاسی ۱۶۵۸۰۱۷۸۶۲۵ بنام طاهره ذاکری مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۶۱۷

برگ سبز و کارت ماشین و برگ کمپانی پراید تیپ جی تی ای ایکس مدل ۱۳۸۶ ش شاسی S۱۴۱۲۲۸۶۳۰۰۷۹۳ ش موتور ۱۸۷۴۸۹۱ش پلاک ۵۸۹ط۷۳ایران ۴۲ به نام محسن علیزاده مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۸۷۶۱۳

برگ سبز و کارت موتورسیکلت پیشرو مدل ۸۶ به ش پلاک ۷۷۳۱۳-مشهد ۱۳ بنام سیدحسین شمس آبادی به ش تنه NCR***۱۲۵S۸۶۵۳۵۱۸ به ش موتور۵۲۰۰۴۰۹۷ مفقود و فاقد اعتبار است ۸۷۵۴۷

سند کارخانه خودرو فیدیلتی پرایم به شماره پلاک ۸۸ م ۶۴۸ ایران ۱۶شماره شاسی ۱۰۰۷۷۰۶ شماره موتور ۰۴۰۹۹ به نام محمد حسین قاسمی مفقود و فاقد اعتبار است ۸۷۵۶۲

برگ سبز سواری ساپیا-H۲۳۰BRILLIANCE مدل ۹۴ سفید روغنی به ش انتظامی۷۴ایران۹۴۹ب۸۷ به ش موتورBM۱۵L/E۰۱۴۲۵۴ و ش شاسی NAS۷۳۱۱۰۰F۱۰۰۰۷۶۱ بنام محمود محمدی مفقود وفاقد اعتبار است ۸۷۵۷۵

برگ سبز رنو تندر ۹۰ مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۹۲ل۵۱۹ایران۱۲ ش موتورD۱۶۱۹۰۵RD۱۰۰۰۱۴۰۶۷ ش شاسی NAALSRALDBA۰۸۲۱۰۰ بنام غلامرضا داعیان بجستانی مفقود و فاقد اعتبار است. ۸۷۵۷۳

برگ سبز سواری ساپیا-H۲۳۰BRILLIANCE مدل ۹۴ سفید روغنی به ش انتظامی۷۴ایران۹۴۹ب۸۷ به ش موتورBM۱۵L/E۰۱۴۲۵۴ و ش شاسی NAS۷۳۱۱۰۰F۱۰۰۰۷۶۱ بنام محمود محمدی مفقود وفاقد اعتبار است ۸۷۵۷۵

برگ سبز خودرو پراید مدل۸۵ به شماره انتظامی ۱۲-۵۴۳س۸۸ به شماره موتور۱۶۶۳۰۹۰ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۵۹۲۷۰۹۲ بنام غلامرضا ترابی مفقود گردیده وفاقد اعتبار می باشد ۸۷۶۴۴