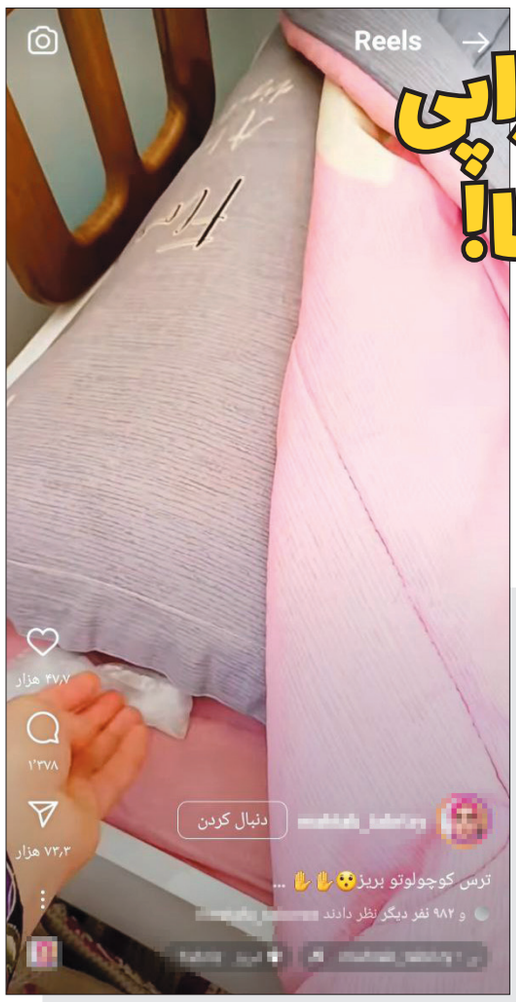
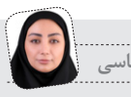
خانواده و مشاوره

نسخه نمک‌تراپی برای ترسوها!

ویدئویی در شبکه‌های اجتماعی پربازدید شده که در آن ادعا می‌شود با گذاشتن مقداری نمک زیر بالش بچه‌های ترسو، انرژی‌های منفی ناشی از ترسیدن‌شان دفع می‌شود؛ آیا این شیوه درمانی صحیح است؟





دکتر الناز علوی | متخصص روان‌شناسی

محوری

«ترس کوچولوتو خیلی راحت و با استفاده از کمی نمک، بریز». این متن مربوط به یکی از ویدئوهای پربازدید در شبکه‌های اجتماعی است که خانمی در آن می‌گوید: «یک مدتی بود که هر وقت اسم بچه‌ام رو صدا می‌زدم، می‌ترسید. می‌خواهم یک ترفندی به شما یاد بدهم که برای دفع انرژی منفی ناشی از ترسیدن استفاده می‌شود و مادربزرگم وقتی من و داداشم بچه بودیم، از آن استفاده کرده و واقعا هم کارساز بود. یک مقدار نمک رو بریزین داخل پلاستیک و بذارین زیر بالشت کسی که انرژی منفی دورشه یا ترسیده. بعد از یک شب، آن را با کمی آب مخلوط کنین و این محلول رو روی تابه‌ای که از قبل داغ شده، بریزین. با این روش، کل انرژی منفی خارج و نمک‌های ریزی هم که تو فضا پخش می شه، نوعی نمک تراپیه. حالا این رو بفرستین برای کسایی که می‌دونین ترسیدن یا انرژی منفی دور و برشونه.» از منظر روان‌شناسی این نسخه را بررسی کردیم و درباره ترس در کودکان گفتیم.

آسیب‌های متعدد انجام چنین راهکارهایی

افرادی که به این گونه از تصورات جادویی دچار می‌شوند، معمولا مضطرب هستند و عزت‌نفس پایینی دارند که همه مشکلات خود را به دلایل مافوق طبیعی نسبت می‌دهند و دنبال راهکار منطقی و اصولی برای درمان نمی‌روند. بنابراین آن‌ها برای باز گرداندن تسلط خود روی زندگی و این که کار موثری انجام داده باشند، این نوع رفتارهای اشتباه را مرتکب می‌شوند. برخی می گویند انجام این گونه کارها آسیبی به شخص وارد نمی کند پس اشکالی ندارد، اما باید گفت آسیب روانی بسیار بالایی دارد. اولین آسیب، باور نداشتن به قابل درمان بودن چنین مشکلی است؛ چون بعد از چندین بار تکرار این نسخه، نتیجه نخواهند گرفت. آسیب بعدی این است که فرد به جای تلاش و یافتن راهکار درمان علمی، صرفا به طلسم و جادو امید خواهد داشت. این رفتارها نه تنها هیچ تاثیری در واقعیت نخواهد داشت، بلکه امید را از بین خواهد برد. از بین رفتن امید می‌تواند به افسردگی و اضطراب منجر شود. متاسفانه هر زمان علم زیر سوال برود، خرافات گسترش می‌یابد و این که علوم انسانی واقعی از خرافات و شبه‌علم تفکیک شود، بسیار حیاتی است.

ترس کودکان همیشه ترسناک نیست

درباره ترسیدن کودکان باید گفت که ترس، در سنین مختلف طبیعی است و اگر در کودکان وجود نداشته باشد، می‌تواند یک بیماری تلقی شود. ترس، حسی است که در همه انسان‌ها وجود دارد و در کودکان با توجه به توانایی‌های کمتری که در انطباق با محیط و مقابله با اتفاق‌ها دارند، بیشتر است. ترس با اضطراب تفاوت دارد. اضطراب ناشی از عاملی ناشناخته است، ولی عامل ترس مشخص است؛ مثل ترس از آب یا آتش. به دنبال هر ترسی، رفتارهای اجتنابی دیده می‌شود، به طور مثال، کودکی که از آب می‌ترسد، حاضر نیست به استخر برود و اگر به زور او را در آب بیندازند، دچار تپش قلب می‌شود. بنابراین در سنین مختلف، ترس طبیعی محسوب می‌شود و اگر وجود نداشته باشد، به معنای وجود مشکل است.

درمان ترس با حساسیت‌زدایی تدریجی

درمان ترس کودک با توجه به حساسیت‌های آن باید زیر نظر یک روان‌شناس انجام شود. نوع ترس و ریشه آن، باعث می‌شود راهکار درمانی متفاوت باشد. با این حال به طور مثال، درباره کودکانی که از صدای وسایل الکترونیکی مثل جاروبرقی، چرخ گوشت و... می‌ترسند، باید حساسیت‌زدایی تدریجی انجام شود. اگر کودک از صدای جاروبرقی می‌ترسد، می‌توان یک جاروبرقی اسباب بازی که صدای کمی دارد، برای او خرید تا کودک با آن بازی کند. در ضمن، والدین نقش مهمی در ایجاد ترس در کودک دارند. پدر یا مادری که وقتی کودکش نمی‌خوابد به او می‌گوید: «اگر نخوابی میان می‌برنت!» ریشه ترس را در وجود فرزندش می‌کارد و کودک با شنیدن هر صدایی فکر می‌کند، آمده‌اند او را ببرند. بنابراین پدرها و مادرها نباید فرزند خود را نگران کنند.

چطور بفهمیم ترس کودک طبیعی است؟

اگر پدر و مادری با مراحل رشد آشنا باشند، می‌توانند بفهمند ترسی که در فرزندشان وجود دارد طبیعی است یا خیر. اضطراب جدایی در کودک دو ساله طبیعی است، ولی اگر کودک ۱۲ ساله‌ای هنوز می‌خواهد پیش مادرش بخوابد، غیرطبیعی است و چنین رفتاری در این سن از او انتظار نمی‌رود. اگر ترسی غیرطبیعی در کودک خود مشاهده کردید، برای ماندگار نشدن آن حتماً به یک روان‌شناس کودک مراجعه کنید.

از دنیای روان شناسی

تاثیر لذت‌های کوچک روزانه بر بهبود عملکرد حافظه

مطالعه‌ای جدید به نقل از ایندیپندنت نشان می‌دهد لذت‌های روزمره مثل صحبت کردن با یک دوست، قدم زدن در پارک، گوش دادن به موسیقی یا نوشیدن یک فنجان قهوه فعالیت مغز را افزایش می دهد و در کارهایی که به تمرکز و حافظه نیاز دارد، موجب بهبود کارکرد شناختی می‌شود. گروهی از پژوهشگران، مطالعه جدید دانشکده مهندسی تاندون نیویورک را که مرتبط با عملکرد حافظه بود، بررسی و نتایج آن را منتشر کردند.

تاثیرات قهوه، عطر و موسیقی

شرکت کنندگان در این مطالعه که نتایج آن در نشریه «نیچر ساینتیفیک ریپورتس» منتشر شد، برای تکمیل گستره وسیعی از آزمون‌های شناختی، از مچ‌بندهای پایش پوست و سربندهای پایش مغز استفاده کردند. همزمان که شرکت کنندگان به موسیقی گوش می‌دادند، قهوه می‌نوشیدند و عطرهای محبوبشان را استشمام می‌کردند، این آزمون‌ها از آن‌ها به عمل آمد. این آزمون‌ها را دوباره بدون هیچ‌یک از آن محرک‌ها هم انجام دادند. در بیانیه مطبوعاتی دانشگاه نیویورک آمده است که پژوهشگران دریافتند موسیقی و قهوه بر تحریک مغز شرکت کنندگان تاثیری چشمگیر داشته و آن‌ها را در «وضعیتی ذهنی» قرار داده که کارکرد مغز آن‌ها را در کارهایی که به حافظه نیاز داشته، تنظیم کرده است. این دستگاه پوشیدنی نشان داد که محرک‌ها به‌ویژه باعث افزایش فعالیت امواج مغزی «باند بتا» می‌شود که به بیشینه کارکرد شناختی ربط دارد. عطر هم اندکی تاثیر مثبت داشت و به پژوهشگران نشان داد که بررسی بیشتری در این زمینه باید انجام شود.

ضرورت توجه به این مسائل بعد از همه‌گیری کووید

یکی از دانشیاران مهندسی پزشکی زیستی که در این پژوهش حضور داشت، می‌گوید: «همه‌گیری کووید بر سلامت روان بسیاری از مردم در سراسر جهان تاثیر گذاشته و اکنون بیش از هر زمان دیگری نظارت بی‌وقفه بر تاثیر منفی عوامل اضطراب‌آور روزمره بر کارکرد شناختی افراد ضرورت دارد». آن‌ها سه موسیقی را هم به بوته آزمایش گذاشتند، موسیقی پرانرژی و آرامش‌بخشی که برای شرکت کنندگان آشنا بود و موسیقی جدیدی که هوش مصنوعی تولید کرده و بازتاب سلیقه شرکت کننده بود. نتایج نشان داد که موسیقی آشنا و پرانرژی بهترین عملکرد شرکت کننده را در پی دارد و پس از آن، موسیقی ساخته هوش مصنوعی که با سلیقه شرکت کننده سازگار بود، قرار گرفت، اما تاثیر مثبت کمتر قهوه و عطر همچنان چشمگیر بود. این پژوهشگران اشاره کردند هر چند مداخله‌های خاص ممکن است به‌طور کلی کارکرد مغز را بهبود ببخشد، اما نتایج فردی ممکن است متفاوت باشد.

برای نوشتن این مطلب از «ایندیپندنت فارسی» کمک گرفته شده است

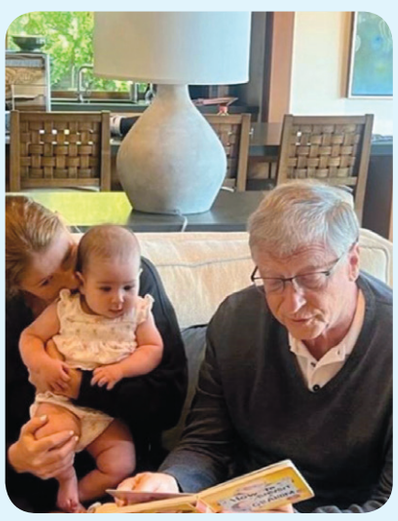
نکته ها

۸ دلیل بدبین‌شدن کودکان

کودکان بدبین، فرزندانی هستند که تمایلی به دیدن و بررسی مسائل و اتفاقات با نگاه مثبت و سازنده ندارند. آن‌ها به‌طور معمول به مسائل از جنبه‌های منفی و نقاط ضعف تمرکز می‌کنند. این پدیده پیچیده‌ای است که می‌تواند دلایل مختلفی داشته باشد:

۱. تجربه‌های منفی مانند هدف بدرفتاری یا سوءاستفاده قرار گرفتن
۲. طلاق والدین
۳. تاثیرپذیری از اطرافیان بدبین
۴. داشتن ویژگی‌های شخصیتی مانند حساسیت، هوشیاری یا احتیاط بیش از حد
۵. حمایت نشدن
۶. درک نشدن
۷. ناآشنایی با احساسات منفی
۸. ندانستن مهارت‌های حل مسئله

چهره‌ها



مزایای پدربزرگ شدن به‌روایت «بیل گیتس»

«بیل گیتس» به تازگی گفته است که پدربزرگ شدن به او انگیزه می‌دهد برای نوه‌اش، دنیای بهتری بسازد. او که بنیان گذار مایکروسافت است، روز جهانی پدربزرگ را با انتشار عکسی که نشان می‌دهد نوه‌اش در بغل دخترش است و او کتاب «چطور از بابابزرگ پرستاری کنیم»، نوشته «جین ریگن» را برایش می‌خواند، پاس داشت. گیتس ۶۷ ساله، درباره آن چه از پدربزرگ بودن آموخته، در یادداشت اینستاگرامی کوتاه نوشته است: «پدربزرگ بودن نگرشی کاملا جدید برای دیدن دنیا به من داده است. این موقعیت برایم انگیزه می‌شود که مطمئن شوم نوه‌ام و همه نوه‌ها، دنیایی بهتر از آن چه ما در آن به دنیا آمدیم، به ارث ببرند.»

سر سوزنی احساس در وجود شوهرم نیست

خانمی ۲۶ ساله هستم. ٤ سال پیش ازدواج کردم. تنها مشکل همسرم این است که من را درک نمی‌کند. شوهر خوبی است، اما در برابر اتفاقاتی که در زندگی برای من می‌افتد، واکنش نشان نمی‌دهد و سر سوزنی احساس در وجودش نیست. یعنی بابت موفقیت‌هایم خوشحال نمی‌شود و از شکست‌هایم، ناراحت نمی‌شود. من یک زنم و توقع دارم شوهرم من را درک کند. کم کم دارم به او بی‌علاقه می‌شوم. راهنمایی ام کنید.

وحید نادی یزدی | کارشناس ارشد مشاوره خانواده

مشاوره زوجین

اساس ازدواج متکی بر احترام و همکاری متقابل است، اما زمانی که شوهر نسبت به احساسات، افکار و اهداف همسر بی‌احساس و بی‌تفاوت باشد، باعث دلخوری و رنجش در رابطه خواهد شد. یادگیری نحوه کنار آمدن با رفتارهای شوهر غیراحساسی می‌تواند به شما کمک کند برای بهبود رابطه و رفع نیازهای عاطفی یکدیگر گام بردارید.

شاید شوهرتان بی‌احساس نباشد

شاید اصلاً همسرتان نسبت به شما بی‌احساس نیست و فقط میزان احساس و توجهی که شما و همسرتان برای یک رابطه لازم می‌دانید با هم متفاوت است؛ به هر حال رفتار و کردار شما می‌تواند باعث شود که ایشان دست از بی‌تفاوتی بردارد و سعی کند احساسات بیشتری در برابر شما نشان دهد. در ادامه به برخی از مهم‌ترین اقدامات در برابر شوهر بی‌احساس اشاره خواهیم کرد.

ابتدا علت را کشف کنید

لازم است متوجه شوید که چرا او یک مرد بی‌تفاوت و بی‌عاطفه است. آیا از ابتدای ازدواج این گونه بوده یا به تازگی این بی‌تفاوتی از او سر زده؟ و مورد دیگر این که در برابر دیگران هم این گونه است یا فقط در برابر شما احساسی ندارد؟ کشف علت بی‌احساسی شوهر می‌تواند به شما کمک کند تا بهتر با این ویژگی منفی او مقابله کنید. شاید متوجه شوید که رفتارهای او به دلیل لجبازی با شما بر سر موضوعی خاص است یا شاید هم بی‌احساس بودن او مربوط می‌شود به مشکلاتی که در کودکی و گذشته خود داشته است.

درباره احساسات‌تان صحبت کنید

ناراحتی‌ها و احساسات را در درون خود پنهان نکنید و درباره آن با همسرتان صحبت کنید. سعی کنید در موقعیتی مناسب حرف‌های‌تان را بازگو کنید. شاید شوهرتان ناخواسته به شما بی‌توجهی می‌کند یا نمی‌داند که چگونه باید احساساتش را بروز دهد. همچنین از همسر خود بخواهید که با همراهی یکدیگر فهرستی از رفتارهایی که از نظر هر دوی شما توهین‌آمیز محسوب می‌شود، تهیه کنید تا از آسیب‌رساندن به احساسات و رنجش نسبت به یکدیگر جلوگیری کنید. پیشنهاد می‌شود هنگام ابراز ناراحتی در برابر بی‌احساسی شوهر، با آرامش ارتباط برقرار کنید و لحن‌های تند یا منتقدانه تلخ را از بحث حذف کنید تا از ایجاد حالت تدافعی همسرتان جلوگیری کنید. مسلما علاقه نشان دادن به شوهر بی‌احساس کار بسیار سختی است، اما شما با نشان دادن عشق و محبت می‌توانید همسرتان را به سمت احساسی شدن هدایت کنید و این رفتارها را به او بیاموزید.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

* عجب نقاشی‌های عجیب و غریبی در صفحه اول زندگی سلام زدین. به خصوص طاووس، خیلی جذاب بود. امیدوارم این همه استعداد در ریاضی رو در مسیر درستی به کار بگیرین.
* برای اشک نریختن موقع خرد کردن پیاز، جویدن آدامس هم خیلی راهکار خوبیه و تضمین شده است. مربوط به صفحه سلامت.
* در صفحه خانواده درباره رایج‌ترین علل طلاق زوج‌های مشهور جهان نوشتید. اگر اشتباه نکنم، در چند هفته اخیر، خبر طلاق ۳ یا ۴ زوج مشهور ایرانی منتشر شد.
* من وقتی انتگرال و تابع و مشتق یادم میاد، حالم بد می‌شه. چی بود اون همه فرمول که الکی یاد گرفتیم. بعد این آقای نادری، هر روز برای پر کردن اوقات فراغتش می‌شینه و تابع و انتگرال برای خودش تعریف می‌کنه! تصورش هم برام سخته.
* من برای بچه‌ام که کلاس پنجم ابتداییه، یک سری لوازم تحریر کاملا عادی و با قیمت مناسب خریدم، شد نزدیک ۲ میلیون تومان. اگر لاکچری می‌بود، قیمتش چقدر می‌شد؟
* نکاتی که در ستون زنگ خطرهای نامرئی که از طلاق عاطفی خبر می‌دهد، اشاره شده اگر اتفاق بیفتد، دیگر زنگ خطر نیست و آن رابطه را باید تمام شده دانست.
* زندگی سلام، رونالدو را الکی بزرگ نکنیم. رونالدو زمانی آماده و خطرناک بود که در رئال بود، الان راحت می‌شه مانع گل زدنش شد.

آگهی دعوت از بستانکاران شرکت مانا سیستم نیتا در حال تصفیه (سهامی خاص) به شماره ثبت: ۱۶۳۱ و شناسه ملی: ۱۴۰۰۹۴۶۷۰۷۳

در اجرای ماده ۲۲۵ اصلاحیه قانون تجارت از کلیه بستانکاران شرکت مانا سیستم نیتا در حال تصفیه (سهامی خاص) به شماره ثبت ۱۶۳۱ و شناسه ملی ۱۴۰۰۸۴۹۲۴۹۵ که آگهی انحلال آن در صفحه ۸۸ روزنامه رسمی کشور به شماره ۲۲۵۰۲ مورخ: ۱۴۰۱/۰۳/۳۱ درج گردیده است دعوت به عمل می آید تا ظرف مدت حداکثر ۶ ماه از تاریخ انتشار آگهی نوبت اول با ارائه مدارک مثبته ادعای خود به مدیر تصفیه آقای رضا قریب تیتکانلو به شماره همراه ۰۹۳۵۷۴۲۶۵۴۷ مستقر در استان خراسان رضوی، شهرستان قوچان، بخش مرکزی، شهر قوچان، محله امام خمینی، خیابان شهید کلاهدوز [شهید مطهری ۶]، بن بست شهید کلاهدوز ۳، پلاک ۵۰، طبقه همکف کدپستی ۹۴۷۱۶۱۳۹۵۹ مراجعه نمایند. بدیهی است شرکت و مدیر تصفیه در مورد هر گونه ادعای احتمالی که خارج از مدت فوق به شرکت منعکس گردد مسئولیتی نخواهد داشت

مدیر تصفیه شرکت مانا سیستم نیتا در حال تصفیه – رضا قریب تیتکانلو
۲۷۷۳۴

اینجانب **حسینعلی جمالی** مالک خودرو سواری پژو پارس رنگ خاکستری متالیک مدل ۱۳۸۸ به شماره شهربانی: ۳۷۳/۲۶ د ۶۷ و شماره بدنه: NAAN۰۱CA۹۹E۸۳۹۱۴۳ و شماره موتور: ۱۲۴۸۸۰۸۵۰۹۸۰ به علت فقدان اسناد فروش تقاضای رو نوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هرکس 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.

پلاک و سند کمپانی موتورسیکلت هندا ۱۵۰ به شماره پلاک ۷۷۶-۸۲۱۵۶ به شماره موتور ۰۱۵۰NC۵۰۲۱۳۶۳ به شماره تنه NC۵***۱۵۰Z۹۳۲۴۱۵۱ **بنام حسنعلی سلیمانی** مفقود و فاقد اعتبار است. ۳۵۶۸۸

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت هانگ ۱۵۰ سی سی مدل ۱۳۹۳ پلاک ۷۷۲-۵۸۲۲۷ ش موتور ۰۱۵۰NC۵۰۱۸۹۱۹ ش تنه NC۵***۱۵Z۹۳۲۲۰۷۵ بنام **مرتضی حسین زاده درخت توتی** مفقود شده و فاقد اعتبار است ۳۵۶۹۳

کارت خودرو پژو PARSXU۷ مدل ۱۴۰۰ خاکستری متالیک به شماره انتظامی ۸۴ ایران ۳۱۲ ط ۳۵ به شماره موتور ۱۲۴K۱۶۶۲۴۸۱ و شماره شاسی NAAN۰۱CE۴MK۱۶۸۵۱۹ بنام **موید حسن نژاد بستانوئی** مفقود و فاقد اعتبار است ۳۵۵۷۹

اصل برگ نمایندگی فروش بیمه عمر پارسیان به کد ۳۲۰۰۶ بنام اینجانب **لیلا برادران سیرجانی** به شماره ۱۰۱۱/ق ع ۸۸/۱ و کد ملی ۰۹۳۱۵۷۱۶۶۹ مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد. ۳۵۶۹۵

برگ سبز و سند کمپانی پراید ۱۴۱ نقره آبی به شماره پلاک ۴۲-۳۵۵ج۵۲ به شماره موتور ۱۵۷۱۸۱۲ به شماره شاسی S۱۴۸۲۲۸۵۱۶۱۵۸۹ بنام **زهره رحمتی اله آباد** مفقود و فاقد اعتبار است ۳۵۶۴۴

برگ سبز خودرو سواری پراید صبا حی تی ایکس مدل ۱۳۷۹ سفید شیری به شماره انتظامی ایران ۲۶-۳۴۹د۵۹۳ به شماره موتور ۰۰۱۹۳۸۱۱ و شماره شاسی: s۱۴۱۲۲۷۹۶۶۷۳۷۹ به نام **ابوالفضل امامی قره لر** مفقود و فاقد اعتبار است ۳۵۶۴۸

مدارک و اسناد (برگ سبز و سند) خودرو آوانته نقره ای به شماره انتظامی ۹۶۱ د ۴۵ ایران ۲۶ و شماره موتور G۴GC۶۶۷۴۴۹۴ و شماره شاسی ۸۵۳۳۱۱۰۱۳۵۳ به نام **عطرین کفاشی** مفقود و فاقد اعتبار است. ۳۵۶۷۶

شناسنامه به نام مجید رمضانیان تیتکانلو فرزند ابراهیم متولد ۱۳۵۲.۲.۱ شماره ملی ۰۸۷۰۳۷۰۹۷۷ مفقود گردیده و فاقد اعتبار است. ۳۵۷۰۵

برگ سبز نیمه یدک ماموت یخچال دار مدل ۱۳۹۳ رنگ قرمز-روغنی شماره شاسی NACTY۱۳۷۴E۱۰۳۰۵۶۳ و شماره پلاک ایران ۲۷د۸۷۵_۲۷ به نام **امیر دست افکن** شماره ملی ۲۸۲۰۰۲۲۴۹۹ مفقود گردیده و فاقد اعتبار است. ۳۵۶۲۸

برگ سبز و کارت جک S۵ اتومات به ش پلاک ایران ۱۲-۴۲۱ل۶۱ به ش موتور HFC۴GA۳۱DH۰۰۱۵۸۴۳ به ش شاسی NAKSH۷Y۳۲۹HB۱۵۲۷۶۵ بنام **مهدی فاتحی حقیقت** مفقود و فاقد اعتبار است ۳۵۶۷۰

سند کمپانی اچ سی کراس (دانگ فنگ) مدل ۹۶ به ش پلاک ایران ۷۴-۶۹۹د۷۲ به ش موتور FA۱۷۳B۰۰۳۲۳۹۳ به ش شاسی NAAE۴CFCZXH۰۴۴۹۴۹ بنام **امین فروغ نیا** مفقود و فاقد اعتبار است ۳۵۶۴۰

مجوز سلاح شکاری به شماره KG۳۰۰۶۶۵۷۶۰۶ متعلق به **علی قربانیان سوم** مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد. ۳۴۸۳۰

برگ سبز خودرو پژو ۲۰۶TU۵ مدل ۹۹ سفید روغنی به شماره انتظامی ایران ۷۴-۲۴۳هـ۷۱ به شماره موتور ۱۶۷B۰۰۹۳۶۰۵ و شماره شاسی NAAP۱۲TE۹LJ۰۴۹۷۷۱ بنام **حسین فرشته پور** مفقود و فاقد اعتبار است ۳۵۶۱۶

برگ سبز خودرو سواری پراید صبا (جی. تی ایکس) مدل ۱۳۷۸ به شماره موتور ۰۰۱۰۶۵۱۲ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۷۸۵۸۵۶۱۰ و شماره پلاک ۸۸۳ س ۴۹ ایران ۶۲ به نام **امیر اشکان ملکشاهی بندپی** مفقود گردیده و اعتبار ندارد ۳۵۶۸۷

اینجانب **مسعود خلاده** مالک پژو پارس به ش پلاک ایران ۳۶-۷۷۸ط ۱۹ به شماره موتور ۱۲۴۹۱۰۳۴۸۱۵ و شماره شاسی NAAN۰۱CAYCH۶۰۰۵۱ به علت فقدان اسناد فروش (سند کمپانی، برگ سبز، برگ سند قطعی) تقاضای رونوشت المثنی اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هرکس 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. ۳۵۶۸۰