خانواده و مشاوره

مرزهای صحبت‌های کاری در زندگی مشترک

«گولسیانی»، مدافع پرسپولیس گفته که من و همسرم هیچ‌وقت در خانه درباره فوتبال صحبت نمی‌کنیم؛ آیا صحبت نکردن درباره مسائل کاری در خانه به همه زوج‌ها توصیه می‌شود؟

دکتر حسین محرابی | روان‌شناس و مدرس دانشگاه

محوری

بر خلاف باور عمومی که می‌گوید کار و زندگی دو مقوله کاملا جدا هستند، اگر بخواهیم از منظر روان‌شناسی به این موضوع بنگریم، متوجه می‌شویم که این دو کاملا از هم جدا نیستند و به‌طور متقابل روی یکدیگر اثر می‌گذارند. «گئورگی گولسیانی»، مدافع گلزن سرخ‌پوشان به تازگی نکاتی در همین باره گفته که پربازدید شده است. او گفته: «ما هیچ‌وقت در خانه درباره فوتبال صحبت نمی‌کنیم. همسر من هیچ چیزی از فوتبال نمی‌دانست. او حتی نمی‌دانست که چرا بین دو نیمه بازیکنان دو تیم جای خودشان را عوض می‌کنند. من هم این را دوست داشتم. واقعا علاقه نداشتم که بعد از تمرین و فوتبال بازی کردن در خانه هم به فکر فوتبال باشم. در خانه بیشتر به فکر آرامش هستم». آیا صحبت درباره مسائل کاری با همسر، توصیه می‌شود یا آسیب‌زاست؟

تفکیک سخت‌گیرانه باعث استرس بیشتر می‌شود

درست است که برای مدتی متخصصان حوزه خانواده توصیه می‌کردند برای ایجاد تعادل میان کار و زندگی باید مرزهای مشخصی برای هر دو قائل شد اما تحقیقات جدید نشان می‌دهند که اگر سعی کنیم بیش از حد میان وظایف کاری و وظایف خانگی خود تمایز قائل شویم، این کار می‌تواند احساس استرس بیشتری برای ما ایجاد کند. به جای آن که بگوییم مطلقا کار فقط باید در شرکت باشد و خانه باید در نقش خانه بماند، ترکیب این دو می‌تواند راهبرد بهتری برای بهبود رفاه و کارایی افراد باشد.

مفهوم روان‌شناسی «انتقال نقش شناختی»

برای آن که به دلیل این مسئله پی ببریم باید به مفهوم روان‌شناسی اشاره کنیم که به آن «انتقال نقش شناختی» می‌گویند. وقتی شما به‌طور فعال در یک نقش هستید، اما در عین حال فکر می‌کنید که به نقش دیگری هم مرتبط هستید، در واقع شما انتقال نقش شناختی را تجربه می‌کنید. از آن جا که این انتقال‌های شناختی نیازمند سعی و تلاش هستند، در گذشته توصیه می‌شد که آن‌ها را از طریق ایجاد مرزهای منظم و مشخص مدیریت کنند؛ اما گروهی از محققان دانشگاه بال به مدیریت «برندسون اسمیت» پی برده‌اند که شاید عکس این عمل صادق باشد؛ یعنی محو کردن مرزها و ترکیب کردن کار و زندگی شاید بهتر بتواند ما را برای اداره کردن انتقال شناختی کمک کند بدون آن که منابع شناختی ما را تحلیل ببرد. محققان دریافتند کسانی که مرزهای باریک‌تری میان خانه و کار داشتند، انتقال نقش شناختی بیشتری را هم تجربه می‌کردند، ضمن این که در نتیجه آن انرژی کمتری از آن‌ها گرفته می‌شد. اما آن‌هایی که سعی می‌کردند زندگی کاری و خانه را تفکیک کنند باید برای انتقال نقش شناختی سعی و تلاش بیشتری می‌کردند و به همین دلیل کارایی آن‌ها کاهش می‌یافت.

این مسئله یک قاعده کلی ندارد

البته در خور ذکر است که بر اساس نتایج این پژوهش نمی‌توان گفت هیچ مدیریتی در این خصوص نباید وجود داشته باشد بلکه لازم است با در نظر گرفتن شرایط زندگی، ویژگی‌های شخصیتی همسران، نوع کار و بسیاری از مولفه‌های دیگر تعادل بین زندگی خصوصی و شغلی برقرار شود. به‌عنوان مثال همسر «گولسیانی» شاید خودش علاقه‌ای به دانستن این موضوعات نداشته باشد ولی شاید همسر یک فوتبالیست دیگر کنجکاوی زیادی در خصوص شغل همسرش داشته باشد بنابراین نمی‌توان به‌عنوان یک قاعده کلی از آن سخن گفت.

همدلی با شناخت نسبی شغل همسر

نکته دیگری که مطرح کردن آن ضرورت دارد، این است که مولفه‌ای به نام همدلی در زندگی مشترک همه افراد باید وجود داشته باشد و این همدلی زمانی بهتر رخ می‌دهد که زن و شوهر شناخت نسبی از شرایط کار و سختی‌های آن داشته باشند. البته بین صحبت کردن درباره شغل با بردن مشکلات شغل به خانه باید تفاوت قائل شوید. گاهی اتفاق می‌افتد که افراد خستگی‌ها و مشکلات مربوط به کار را به خانه می‌برند و به بهانه سختی کار از قبول مسئولیت‌های همسری طفره می‌روند در حالی که صحبت کردن از اتفاقات خوب محل کار هم می‌تواند به ایجاد احساس خوب در طرف مقابل کمک کند چرا که شریک زندگی هر فردی از این که ببیند همسرش از کار خود راضی است و احساس خوبی دارد، خوشحال می‌شود.

مراقب سوء تفاهم‌ها باشید

گاهی مرزبندی سخت‌گیرانه بین کار و زندگی شخصی ممکن است این شائبه را در ذهن برخی از خانم‌ها ایجاد کند که همسرش او را لایق شنیدن بعضی از حرف‌ها نمی‌داند یا برای او ارزش قائل نیست بنابراین توصیه می‌شود اگر احساس کردید چنین برداشتی در حال شکل‌گیری است به بهانه جداکردن شغل از زندگی صحبت کردن را ترک نکنید.

نکته آخر هم این که آگاهی داشتن همواره و در همه زمینه‌ها باعث تصمیم‌گیری‌های بهتر می‌شود. زمانی که یک زن درباره شغل همسرش اطلاعات کافی دارد یا یک مرد در خصوص سختی‌های نقش همسرش در خانه آگاهی دارد، می‌تواند در تنظیم انتظارات، درک شرایط روحی و جسمی وی و کمک کردن به او عملکرد بهتری داشته باشد و تعادل عاطفی لازم را برقرار کند.

روان شناسی

چگونه خشم بر تفکر غلبه می‌کند؟

«وقتی عصبانی می‌شوم، فکرم کار نمی‌کند»، «خون جلوی چشمم را می‌گیرد و دیگر نمی‌توانم خودم را کنترل کنم». جملات آشنایی است، نه؟ همه ما خشمگین می‌شویم، اما چرا واکنش‌های شدید داریم و چطور می‌توانیم از این واکنش‌ها پیشگیری کنیم؟ دکتر «کریستوفر میلر» در مقاله‌ای در واشنگتن پست به این سوال پاسخ می‌دهد.

فعال‌شدن بخش احساسی مغز هنگام خشم

هنگام خشم بخش احساسی مغز فعال و فعالیت بخش متفکر مغز کمتر می‌شود. مدیریت خشم نیازمند این است که بخش تفکر مغز را دوباره فعال کنیم. هنگام عصبانیت، دو ناحیه احساسی مغز ممکن است بیش از اندازه فعال شوند: بادامه یا آمیگدال که کیفیت احساسات مانند احساس مثبت یا منفی و همچنین شدت واکنش‌های احساسی را کدگذاری می‌کند و قشر جزیره‌ای یا اینسولا که نقشه مغزی چگونگی احساس بدن در موقعیت‌های گوناگون را ایجاد می‌کند از جمله آن چه «حس درونی» می‌نامیم.

نور اپی نفرین، آدرنالین و ...

آستانه خشم افراد متفاوت است. فشار عصبی یکی از دلایل رایج خشم است. فشار عصبی با میزان نور اپی نفرین، نوعی ناقل عصبی که در بدن ترشح می‌شود مرتبط است. نور اپی نفرین ماده‌ای شیمیایی است که روی مغز تاثیر می‌گذارد و با آدرنالین ارتباط نزدیک دارد. این ماده برای کارهای فکری روزمره ضروری است و وقتی میزان آن مناسب باشد، قشر مخ حدقه‌ای و قشر شکمی میانی پیش‌پیشانی را فعال می‌کند و به ما امکان می‌دهد به شیوه‌های متمرکز و منعطف فکر کنیم. وقتی فشار عصبی افزایش پیدا می‌کند، میزان نور اپی نفرین هم بالا می‌رود و شروع به فعال‌سازی بخش احساسی مغز می‌کند. با غیرفعال شدن قشر شکمی میانی پیش‌پیشانی، بخش احساسی تفسیر شرایط را بر عهده می‌گیرد. بنابراین، بیشتر در حالت ستیز قرار می‌گیریم که توانایی واکنش منعطف را محدود می‌کند.

خشم سبب می‌شود به جای فکر، اول عمل کنیم

افزایش نور اپی نفرین این پیام را ارسال می‌کند که درباره چیزی باید مشکوک یا نگران باشیم و ما را وادار می‌کند که به‌جای فکر، وارد عمل شویم. فشار برای رهایی از احساسات ناخوشایند باعث می‌شود که کنترل واکنش ناگهانی و سنجش پیامدها بر ایمان دشوار شود. وقتی مغز این گونه عمل می‌کند، ما درباره پیامدهای عمل‌مان از قبل فکر نمی‌کنیم، بلکه عمل می‌کنیم و می‌بینیم چه پیش می‌آید. وقتی خشم فروکش می‌کند، سطح نور اپی نفرین پایین می‌آید و بخش تفکر مغز دوباره فعال می‌شود. توانایی همدردی بازمی‌گردد و احتمالا آن موقع است که از آن چه انجام داده‌ایم احساس پشیمانی می‌کنیم و در صدد جبران برمی‌آییم.

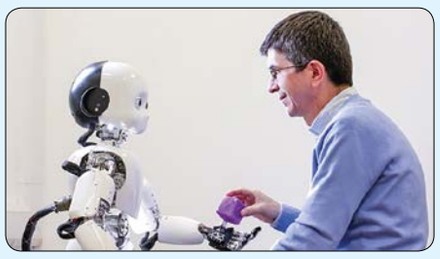
برای نوشتن این مطلب از «ایندیپندنت» کمک گرفته شده است

از دنیای روان شناسی

تنبل‌تر شدن انسان‌ها با فراگیر شدن روبات‌ها؟

نتایج یک مطالعه جدید نشان می‌دهد که انسان‌ها از روبات‌ها بیشتر به‌عنوان یک همکار یاد می‌کنند تا یک ابزار. جهان در حال پیشرفت در زمینه روباتیک و هوش مصنوعی است و همین موضوع باعث شده تا همکاری انسان‌ها و روبات‌ها برای آینده‌ای شاید نزدیک قابل تصور باشد. با این حال، تحقیقات جدید دانشمندان نشان می‌دهد که وقتی در کنار یک روبات کار می‌کنیم، کمی تنبل‌تر می‌شویم.

نقص‌های بیشتر انسان در زمان همکاری با روبات



برای انجام این تحقیق، محققان از شرکت‌کنندگان خواستند تا تصاویر بردهای مدار را برای عیب‌یابی بررسی و سپس کار آن‌ها را به‌طور دقیق ردیابی کنند. به یک گروه گفته شد که بردها قبلاً توسط روبات بررسی شده‌اند و گروه دیگر تصور می‌کردند که به‌تنهایی باید این کار را انجام دهند. نتیجه نهایی نشان می‌دهد گروهی که با روبات کار کرده‌اند، نقص‌های بیشتری را از دست داده‌اند و تعداد خطاهای آن‌ها هم بیشتر بوده است، در حالی که هر دو گروه زمان یکسانی را مشغول بررسی بردها بوده‌اند. به گفته «کاتلین ریچاردسون»، استاد اخلاق، فرهنگ و هوش مصنوعی «دانشگاه دی مونتفورت»، این نتایج نشان می‌دهد که انسان‌ها روبات‌ها را به‌عنوان همکار خود در نظر می‌گیرند نه یک ابزار.

رایج‌ترین نگرانی‌ها درباره همکاری با روبات‌ها

«دیتلیند هلن سیمک»، یکی از نویسندگان مطالعه از دانشگاه فنی برلین، درباره این تحقیق می‌گوید: «کار کردن با یکدیگر می‌تواند به افراد انگیزه دهد تا عملکرد خوبی داشته باشند، اما همچنین می‌تواند منجر به از دست‌دادن انگیزه شود؛ زیرا مشارکت فردی در آن چندان قابل مشاهده نیست». محققان باور دارند که این نوع تنبلی در کار گروهی می‌تواند خطرناک باشد. هر چند این مطالعه در یک محیط آزمایشی انجام شده است، اما نتایج آن می‌تواند در دنیای واقعی قابل توجه باشد. صنایعی مانند تولید که در آن‌ها توجه به وظایف بسیار مهم است، ممکن است به‌دلیل کاهش انگیزه و افزایش بی‌دقتی در امر همکاری میان انسان و روبات، تأثیر منفی بپذیرد. نتایج این تحقیق در مجله Frontiers in Robotics and AI منتشر شده است.

منبع: دیجیاتو

هیچ خواستگاری به دلم نمی‌نشیند

خواستگارهای زیادی در چند سال اخیر داشتم اما هیچ‌کدام به دلم ننشسته و هنوز مجردم. ۲۳ ساله هستم. باید زودتر یک نفر را انتخاب کنم چون هم خودم و هم خانواده‌ام، اذیت می‌شویم. چه کنم؟

صدیقه معدنی | کارشناس ارشد روان‌شناسی

مشاوره ازدواج

مخاطب گرامی، شما ۲۳ سال دارید و باید توجه داشته باشید که ازدواج موضوعی زمان‌بر است. اگر از دید اطرافیان‌تان و یک مشاور، خواسته‌های منطقی و معیارهایی اصولی برای انتخاب همسر دارید، مطمئن باشید بالاخره به نتیجه مطلوب خواهید رسید و یک عمر زندگی شیرین را با انتخاب خودتان خواهید ساخت. در این بین، اگر خواسته‌ها و معیارهایتان غیرمنطقی باشد، هم‌زمان را از دست می‌دهید و هم فرصت‌ها را.

در جلسه دوم، خواستگار را ارزیابی کنید

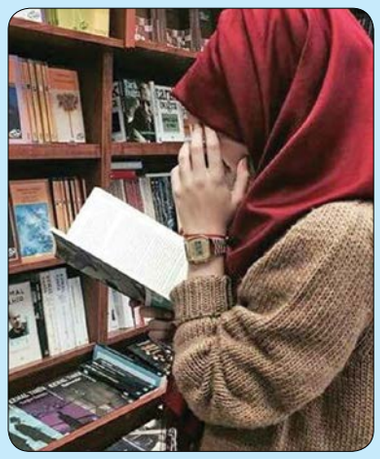
در جلسات خواستگاری، جلسه اول را به صحبت درباره معرفی یکدیگر مثل بیوگرافی، کار و شرایط کاری، وضعیت خدمت و تحصیلات و دانشگاه و معرفی خانواده و بیان دغدغه‌ها اختصاص دهید. در واقع در این جلسه، به دنبال بررسی آمادگی‌هایی مثل هویت‌یافتگی فرد و میزان استقلال‌اش برای شروع زندگی باشید. پس از آن در صورت خوشایند بودن خواستگار برای ازدواج، در جلسات بعدی به بیان اهداف کاری و تحصیلی، خط قرمزها و حساسیت‌ها و ارزش‌ها و مسائل مالی مشغول شوید. در جلسات دوم به بعد شما به دنبال هماهنگی بین خودتان و خواستگار باشید.

از خانواده و مشاور کمک بگیرید

قرار نیست شما به تنهایی بار تجزیه و تحلیل خواستگارتان را به عهده بگیرید بلکه قسمتی از آن توسط شما و شرایط دلخواه‌تان است و بقیه، باید نتیجه تحقیقات خانواده از شرایط کار و خانواده طرف مقابل باشد. در نهایت بدانید جلسات مشاوره از دواج به شما در غربال و بررسی هماهنگی شما و طرف مقابل‌تان کمک کننده است. در نتیجه بعد از یک بررسی اولیه از معیارها و شرایط خانوادگی طرف مقابل و پس از چند جلسه گفت‌وگو، در صورت رضایت نسبی از خواستگار و شرایطش به وی پیشنهاد جلسات مشاوره پیش از ازدواج را بدهید و نگرانی‌های خود را با یک مشاور در میان بگذارید.

نکته ها

۸ توصیه برای به‌خاطر سپردن بهتر مطالب یک کتاب



۱- انتخاب کتاب خوب
۲- دانستن دلیل خود برای مطالعه آن
۳- مطرح کردن پرسش‌هایی عمیق درباره مطالب
۴- آماده‌شدن برای مطالعه
۵- حفظ تمرکز موقع مطالعه
۶- یادداشت‌برداری
۷- دست کشیدن از مطالعه در صورت خستگی
۸- خلاصه‌سازی و بحث کردن درباره آن

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*هر کدام از طرح‌های چاپ‌شده در صفحه اول زندگی سلام، یک دنیا حرف پشت‌شان است و داستان‌های زیادی دارند.
*پوکی استخوان رو جدی بگیرین. مادر من، ۵۰ ساله است، به این مشکل دچار شده. حتی راه رفتن ساده براش سخته. اگر خدایی نکرده، جاییش بشکنه، براش دردسر می‌شه.
*با خواندن مطلب «همه رنگ‌های لباس مورد علاقه‌مان را بخریم؟»، یاد تی‌شرت‌های مارک زاکربرگ افتادم که همه‌شون یک طرح و در رنگ‌های مختلف هستن.
*تلخ‌ترین عکسی که در پرونده «همدردی هنرمندانه با غم‌های غزه» دیدم، کودکی بود که همه آرزوهایش سیاه‌شده بود. دلم برای کودکان و زنان غزه می‌سوزد، خداوند کمک‌شان کند.
*رفتارهای ممنوعه با کودکان مبتلا به لکنت زبان در مواجهه با افراد بزرگ‌سال هم نباید انجام بشه. واقعا زشته بعضی‌ها کمترین آگاهی درباره این اختلال ندارن.
*همه خوراکی‌هایی که دشمن شکم تخت هستند، واقعا خوشمزه هستن. سخته که آدم نخوره!
*زندگی سلام، از خرید وسایل خونه برای جهیزیه هم بنویس. هم گرون شده و هم انتخاب‌شون سخته.

مخاطبان گرامی، اگر دوست داشتین، نام یا نام خانوادگی‌تون رو هم در انتهای پیامک‌هاتون برای زندگی سلام بنویسین تا به اسم خودتون چاپ کنیم.

مزایده عمومی

برگ سبز و سند کمپانی پراید مدل ۸۲ به شماره انتظامی ۳۲- ۳۶۶ ب ۸۵ به شماره موتور ۰۰۶۱۵۹۹۶ و شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۲۱۶۶۴۷ به نام **مریم اقبالی نژاد** مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۰۳۹۱

اصل برگ سبز خودرو تیبا ۲ بشماره انتظامی ۱۲ ایران ۵۶۵ ب ۱۷ بشماره موتور M۱۵/۹۶۴۲۹۷۸ و ش شاسی NAS۸۲۱۱۰۰N۱۰۶۷۵۷۲ مدل ۱۴۰۱ به مالکیت **علی سلطانی** مفقود واز درجه اعتبار ساقط میباشد. ۴۰۳۱۱

برگ سبز موتورسیکلت روان -QM۱۱۰ مدل ۱۳۸۸ ش پلاک ۷۷۸-۲۴۱۷۹ ش موتور ۳۰۰۵۵۵۱۵ ش شاسی NFK***۲۰۰۴۸۸۰۰۰۹۶ نام **سجاد دانش پرور رستگار** مفقود و فاقد اعتبار است ۴۰۳۰۹

برگ سبز خودرو پژو پارس XU۷ مدل ۱۴۰۱ به ش پلاک ۷۴-۴۹۷و۹۳ به ش موتور ۱۲۵K۰۰۰۸۹۶۹ به ش شاسی NAANA۱۵F۱XK۴۶۱۳۴۰ بنام **شاه بی بی گله بچه** مفقود و فاقد اعتبار است ۴۰۴۷۰

برگ سواری میلی بوس بنز تیپ ۵۰۸ سقف بلند مدل ۱۳۸۱ سفید آبی -روغنی پلاک ۱۲-۱۹۸ ش موتور ۳۳۴۹۱۱۱۰۱۴۱۴۸۹ ش شاسی ۳۷۹۳۰۲۵۹۰۰۲۹۵۱ بنام شرکت ایرانکار طوس مشهد. سیامی خاص مفقود و فاقد اعتبار است ۴۰۴۲۵

کارت ماشین و برگ سبز **پژوپارس** ELX سفارشی بامو تور XU۷P کلاس ۲ سفید به ش پلاک ۴۱۲ ص ۸۷ ایران ۵۰ به شماره شاسی PH۲۳۱۰۰۶ به شماره موتور ۱۲۵K۰۱۲۸۷۳۸ مفقود و فاقد اعتبار است ۴۰۳۱۹

یک عدد پروانه فعالیت مرکز روزانه بهزیستی آرامش به شماره ۹۲۰/۹۷/۱۷۳۵۸۳ به تاریخ ۱۳۹۷/۱۲/۱۳ به نام **شهناز مکاری** مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط گردیده. ۴۰۳۵۴

برگ سبز و سند کمپانی پژو پارس TU۵ مدل ۱۳۹۷ به ش انتظامی ۷۴ - ۴۲۱ س ۵۴ و ش موتور NAANA۵۱FRXJ۱۶۴۰۹۰۷ و ش شاسی ۱۳۴B۰۰۰۱۷۶۳ به نام **عبدالامیر شاوردی** مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۴۰۴۴۹

برگ سبز و کارت پراید نوک مدادی جی تی ایکس آی مدل ۱۳۸۹ پلاک ۳۶- ۸۳۴ س ۷۴ ش موتور ۳۵۵۶۸۸۵ شاسی S۱۴۱۲۳۸۹۵۱۷۸۴۱ بنام **حسین قربانی دوغشکی** مفقود و فاقد اعتبار است ۴۰۴۰۴

پروانه کسب آرایشگاه مردانه اینجانب **جواد تکمر** به شماره مسلسل ۲۴۷۱۸۸۶ و پروانه کسب به شماره ۱۷۸ تاریخ صدور ۱۳۹۱/۰۲/۱۴ وانقضا ۱۴۰۱/۰۲/۱۴ مفقود و فاقد اعتبار است ۴۰۴۳۹

پروانه حمل سلاح شکاری (ساچمه زنی) به سریال ۲۳۶۶۶۱۹ منعلق به اینجانب **امیر پیله وران** فرزند محمد در مورخ ۱۴۰۲/۶/۰۱ در شهرستان مشهد مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۴۰۴۶۶

برگ سبز خودرو سمند LXU۷ مدل ۹۷ به شماره پلاک ۲۲- ۸۷۶ ی ۳۲ و شماره موتور ۱۲۴K۱۲۵۵۲۹۹ شماره شاسی NAAC۹۱CEAJ۳۹۳۰۹۱ به نام **علی نجفی** مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۰۴۴۰

اینجانب **حسین حاضری رودمعجنی** مالک خودرو پژو پارس به شماره انتظامی ۳۶-۷۵۵ط ۶۷ به شماره شاسی NAAN۰۱CA۲DK۸۲۲۶۹۴ و شماره موتور ۱۲۴K۰۱۴۱۳۸۴ به علت فقدان اسناد فروش (سند و برگ سبز) 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. ۴۰۴۴۵

اینجانب **سیده طوبی تابعی** مالک پژو ۴۰۵ مدل ۸۵ پلاک ایران ۷۴- ۲۲۳ ی ۹۱ ش شاسی ۲۴۲۰۰۹۶۹ ش موتور ۱۲۴۸۵۰۰۵۲۷۵ به علت فقدان اسناد فروش 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. ۴۰۴۱۸

اینجانب **جواد جباری** مالک خودرو پژو پارس مدل ۱۳۸۴ پلاک ایران ۳۲- ۴۱۱ و ۹۸ ش شاسی ۱۹۳۱۶۲۳۴ ش موتور ۱۲۴۸۴۰۹۹۱۵۹ به علت فقدان اسناد فروش سند کمپانی و برگ سبز 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. ۴۰۴۶۹

برگ سبز، سند کمپانی و کارت خودرو آیفا مدل ۱۹۸۳ پلاک ایران ۱۲- ۵۸۶ ع ۸۶ ش موتور ۰۰۴۱۴۱ شاسی ۰۰۲۷۶۵ بنام **حسین قدردان** مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۰۴۴۱

برگ سبز و کارت تراکتور فرگوسن ۳۹۹ مدل ۸۵ به شماره انتظامی ایران ۱۲- ۸۵۴ ک ۳۱ و شماره موتور ۳۸۱۶۹ به شماره شاسی F۲۰۵۲۸۵ به نام **مومن علی قاسمی** مفقود و فاقد اعتبار است. ۴۰۴۵۴

اصل برگ سبز پرایدش انتظامی ۷۷۶ ط ۸۸ ایران ۱۲ بشماره موتور ۱۴۸۵۵۷۲ شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۵۸۲۴۹۶۵ مدل ۱۳۸۵ به مالکیت **طیبه نوروزی نژاد یزد** مفقود واز درجه اعتبار ساقط میباشد. ۴۰۴۴۲