دام گلایه‌های نابودگر در زندگی مشترک

ناآشنایی زن و شوهرها با شیوه اصولی شکایت و گلایه از همسر در درازمدت زندگی مشترک‌شان را به صحنه جنگ تبدیل می‌کند

زهرا متقی‌شکیب | کارشناس ارشد روان‌شناسی

محوری

یک‌سری باورهای نادرست اما رایج در بین بعضی زوجین وجود دارد که منجر به نارضایتی از زندگی مشترک می‌شود و چالش‌های زیادی برای آن‌ها ایجاد می‌کند. برخی از رفتارهای منفی خاص اگر فرصت بروز در زندگی مشترک را پیدا کنند، برای رابطه کشنده هستند. یکی از رایج‌ترین این رفتارها، گله‌گزاری و شکایت از همسر به شیوه اشتباه است که به قلب هر رابطه زناشویی می‌تازد و در دراز مدت زندگی را تبدیل به صحنه جنگ می‌کند. البته اختلاف سلیقه در همه زندگی‌های مشترک وجود دارد اما ناآشنایی زوجین با نحوه بیان صحیح ناراحتی‌های‌شان باعث ایجاد چالش‌های متعدد می‌شود که گاهی به طلاق می‌انجامد. بنابراین و با توجه به اهمیت این مسئله، نکاتی در همین باره و در ادامه مطرح خواهد شد.

گلایه اصولی از همسر ۳ بخش دارد

شما همیشه از کسی که با او زندگی می‌کنید، گله‌هایی خواهید داشت؛ اما گله کردن و عیب‌جویی به شیوه اشتباه با بیان احساسات و خواسته‌ها از زمین تا آسمان فرق دارد. شکایت اصولی از یک رفتار همسر باید بر رفتار یا رویداد خاصی متمرکز باشد. بگذارید با یک مثال، موضوع را شفاف‌تر بررسی کنیم. مثلا بیان این جملات، یک نوع گلایه اصولی به حساب می‌آید: «من واقعاً عصبانی‌ام که تو دیشب آشپزخانه را تمیز نکردی. ما توافق کرده بودیم که به‌نوبت این کار را انجام بدهیم. می‌شود لطفاً الان آن را انجام بدهی؟» همان‌طور که می‌بینید، شکایت اصولی از همسر ۳ بخش اصلی باید داشته باشد:

۱ گفتن این که من چه احساسی دارم؟ (مثلا من واقعاً عصبانی‌ام.)

۲ از یک موقعیت مشخص گلایه کرد. (مثلا تو دیشب آشپزخانه را تمیز نکردی.)

۳ دقیقا خواسته‌ام چیست و چه چیزی نیاز دارم؟ (مثلا می‌خواهم یا ترجیح می‌دهم لطفاً الان آن کار را انجام بدهی.)

گلایه‌های اشتباه با باورهای منفی

اما در طرف مقابل، عیب‌جویی کلی است که یک شیوه رایج در گلایه از همسر محسوب شده و به مرور باعث تباهی زندگی مشترک می‌شود. در این نوع گلایه‌ها، احساس یا باور منفی درباره ویژگی‌ها یا شخصیت طرف مقابل بیان می‌شود. مثلا: «چرا تو این قدر فراموش کاری؟» یا «متنفرم از این که هر وقت نوبت تو هست، به‌خوبی کارت را انجام نمی‌دهی» یا «تو اصلا به حرف‌های من اهمیت نمی‌دهی». جمله‌ای که حاوی شکایت اصولی باشد، شروع آرامی دارد، در حالی که شروع جمله‌های حاوی عیب‌جویی، خشن و توهین‌آمیز است.

شکایت اصولی را به عیب‌جویی تبدیل نکنید

رایج‌ترین نوع عیب‌جویی و گلایه به شیوه اشتباه از همسر، استفاده از جمله‌هایی است که با «تو همیشه...» یا «تو هرگز...» آغاز می‌شود. شما می‌توانید هر شکایت درست و به‌حقی را با گفتن یک جمله یا عبارت اشتباه به عیب‌جویی تبدیل کنید! در عیب‌جویی به‌جای بیان رفتار متفاوتی که دوست داریم همسرمان انجام دهد، مسائل را طوری پیش می‌کشیم که به ویژگی‌ها یا شخصیت همسرمان می‌تازیم. عیب‌جویی این پیام را می‌رساند که همسرمان مشکل دارد و او نقص یا عیبی دارد. عیب‌جویی مقدمهٔ سرزنش، کاربرد عناوین توهین‌آمیز یا ترور شخصیت است.

این ۳ مثال را بخوانید

برای این که با تفاوت شکایت یا همان بیان احساس و خواسته با عیب‌جویی در زندگی مشترک آشنا شوید، این ۳ مثال را بخوانید.

✓ **شکایت|** ماشین بنزین ندارد، ناراحت شدم از این که قرار بود با ک را پر کنی اما انجام ندادی، می‌توانی لطفاً فردا این کار را بکنی؟

✗ **عیب‌جویی|** تو خیلی بدقولی، هزار بار باید یک چیز را یادآوری کنم. بعد از این که هزار بار قول دادی باک را پر کنی، پشت گوش انداختی.

✓ **شکایت|** کاش زودتر می‌گفتی برای شام نان نداریم، ناراحت شدم که الان باید بروم نانوایی، لطفاً از این به بعد قبل از ساعت ۸ برای تهیه خریدها خبر بده.

✗ **عیب‌جویی|** چقدر خودخواهی، من الان که خسته از کار برگشتم و گرسنه‌ام باید ببینم که نان تمام شده و تو همه‌ش سرت توی گوشی بود و حواست به زندگی نیست.

✓ **شکایت|** من ازت می‌خواهم که قبل از این که کسی را به خانه دعوت کنی با من در میان بگذاری، من باید آمادگی پذیرایی داشته باشم. این که مهمان سرزده می‌آید، من را مضطرب می‌کند.

✗ **عیب‌جویی|** تو همیشه برای دوستانت بیشتر از من اهمیت قائلی، انگار من آخرین فرد فهرست توأم که از اتفاقات باخبر می‌شود.

مراقب باشید در دام عیب‌جویی نیفتید

با توجه به مثال‌های مطرح شده، حالا نوبت این است که بررسی کنید خودشما (نه همسرتان)، چقدر از عیب‌جویی به جای گلایه اصولی از همسرتان در زندگی مشترک استفاده می‌کنید. برخی از جملات رایج خود را بنویسید و مشخص کنید که شکایت بود یا عیب‌جویی؟ بعد از آن می‌توانید، نظراتتان را با همسرتان در میان بگذارید تا در صورت نیاز، رفتارهای‌تان را اصلاح کنید.

اتاق مشاوره

نگران دختر ۶ ساله‌ام هستم که باید تنها در خانه بماند

خانمی شاغل و تنها هستم. بعضی روزها که خانواده‌ام شرایط مراقبت از فرزندم را ندارند، مجبور می‌شوم که او را برای چند ساعت در خانه تنها بگذارم. در این مواقع، خیلی نگران دخترم می‌شود چون تنها ٦ سال دارد. چه کنم؟

دکتر نجمه عابدی‌شرق | متخصص روان‌شناسی بالینی

تربیت فرزند

مخاطب گرامی، نگرانی شما را درک می‌کنم. بسیاری از مادرانی که مسئولیت زندگی را برعهده دارند، پیش می‌آید که مجبور می‌شوند، فرزندشان را در خانه تنها بگذارند. البته این نکته را مدنظر داشته باشید که تنها گذاشتن کودک در خانه را به‌عنوان آخرین راه‌حل در نظر بگیرید. با این حال و در ادامه چند توصیه به شما دارم.

نحوه تماس با شما را به او یاد دهید

اولین نکته در رابطه شما با کودک‌تان این است که کیفیت رابطه‌تان با فرزندتان مهم‌تر از مدت زمان با هم بودن است. نکته مهم بعدی این که باید مطمئن شوید که دخترتان در خانه را می‌تواند با کلید باز یا قفل کند، شماره تماس شما را حفظ است و در صورت نیاز می‌تواند با شما تماس برقرار کند، در شرایط ضروری می‌تواند از یک همسایه مورد اعتماد کمک بگیرد و شماره پلیس و آتش‌نشانی را می‌داند.

آموزش نحوه پاسخگویی به غریبه‌ها

به کودک‌تان نحوه پاسخگویی به تلفن و زنگ در را آموزش بدهید و این که چگونه رفتار کند، بدون این که فرد غریبه بفهمد او تنهاست. همچنین یک سری کارها را با همکاری هم مشخص کنید و برعهده او بگذارید؛ برای مثال شستن ظرف‌ها و تمیز کردن خانه. با این کار هم باعث اعتمادبه‌نفس و تقویت مسئولیت‌پذیری در فرزندتان می‌شوید و هم باری از دوش شما برداشته و اوقات فراغت کودک هم پر می‌شود. بعد از این که از سر کار هم برگشتید، با او صحبت کنید و از او بخواهید درباره اتفاقاتی که در طول روز افتاده با شما صحبت کند و از نگرانی‌هایش با شما بگوید.

حواس‌تان به نیازهای کودک‌تان باشد

فراموش نکنید کودک شما به بازی، گردش و تفریح و ارتباط با دیگران نیاز دارد. می‌توانید زمان‌هایی را با هم برنامه‌ریزی کنید و بیرون بروید. تمام وقت خود را برای کار نگذارید، درست است که تامین مالی مهم است اما کودک شما از نظر روانی به شما احتیاج دارد. درباره احساسات و مشکلات خود هم با او صحبت کنید و اجازه بدهید او هم احساساتش را با شما در میان بگذارد. سعی کنید زمان خاصی را برای این کار مشخص کنید؛ مثلا بعد از شام و فلان ساعت و به آن عمل کنید و با تمام دقت به حرف‌های او گوش دهید. کارهای مثبت او را تشویق کنید. کودکی که ارتباط خوبی با مادرش دارد، احساس امنیت بیشتری می‌کند و شما می‌توانید بدون نگرانی و با اعتمادبه‌نفس به کار خود ادامه دهید.

نکته ها

۵ مورد از رایج‌ترین علت‌های دزدی کودکان

۱- تکانش‌گری، ضعف خودکنترلی یا بی‌اراده بودن

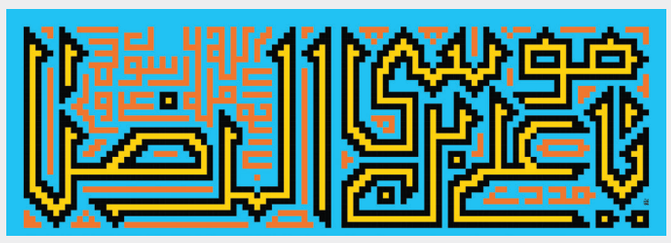
۲- عقده خودکم‌بینی کودک

۳- درست تشخیص ندادن چیزهایی که به او تعلق دارند

۴- جنون دزدی (تمایلی بیمارگونه به سرقت)

۵- مجبور شدن به انجام دزدی (از سر ترس یا به اجبار دیگران)

چهارشنبه های امام رضایی (ع)



تقسیم‌شدن مردم به ۲ دسته بعد از مرگ

جواد رستمی | کارشناس مذهبی

امام رضا(ع) هنگام عیادت از یکی از اصحاب‌شان فرمودند: «مردم دو دسته‌اند: یکی آن که با مرگ، آسوده می‌شود. دیگری آن که مردم با مرگش از دست او آسوده می‌شوند (مسند الامام الرضا علیه السلام، ج ۱، ص ۲۶۳)». فردی که زندگی دنیایی او بر اساس انسانیت و معارف دینی باشد، اطرافیان و مرتبطین با او از همراهی با چنین فردی خرسند بوده و اذیت و آزاری نمی‌بینند. آن‌ها از جسم، امکانات و نعمات الهی برای زندگی دنیا و البته بیشتر آن را برای آخرت و کمک به همنوع و نیازمندان بهره می‌گیرند. اما بسیاری از آدم‌ها در نقطه مقابل این گروه قرار دارند که با زیستی غیرانسانی و غیردینی به دنبال منافع مادی و مالی خویش، سبب آسیب و آزار دیگران می‌شوند. اطرافیان و مرتبطین این دسته از مردم قربانی طمع و خواسته‌های غیرمعقول و نادرست آن‌ها می‌شوند و به سختی همراهی و بودن با او را تحمل می‌کنند. فرمایش امام رضا(ع) هنگام عیادت از مریض، ناظر به همین دوگونه زیستن مردم است.

از دنیای روان شناسی

اختلال خودبیمارانگاری؛ ۸۴ درصد مرگبارتر از خودبیماری

به تازگی و در مطالعه‌ای جدید، پژوهشگران وضعیت مبتلایان به هیپوکندریا را که به آن اختلال اضطراب بیماری هم می‌گویند، بررسی کردند. این مطالعه که همین ماه در نشریه روان‌پزشکی جاما منتشر شد، نشان داد احتمال مرگ افراد مبتلا به هیپوکندریا در اثر ده‌ها بیماری به‌ویژه بیماری‌های قلبی، خونی، ریوی و...، ۸۴ درصد بیشتر از افرادی است که به هیپوکندریا مبتلا نیستند.

ترس از ابتلا به یک بیماری صعب‌العلاج

هیپوکندریا یا خودبیمارانگاری ترس مداوم از ابتلا به یک بیماری جدی و صعب‌العلاج است. اختلالی مزمن که ممکن است در هر سنی رخ بدهد؛ هرچند بین سنین ۲۰ تا ۴۰ سال شایع‌تر است. نتایج پژوهش‌ها نشان می‌دهد که چهار تا پنج درصد مراجعان مطب پزشکان عمومی مبتلا به هیپوکندریا هستند. به گفته متخصصان، بسیاری از افراد مبتلا به این اختلال حتی اگر پزشک به آن‌ها اطمینان دهد که سالم‌اند، باز هم در توهم بیماری باقی می‌مانند. جست‌وجوی اطلاعات درباره نشانه‌های بیماری در اینترنت هم می‌تواند اضطراب بیمار را تشدید کند.

بررسی ۴۱۲۹ نفر در ۹ ماه

پژوهشگران، داده‌های پایگاه‌های اطلاعاتی سرشماری و سلامت سوئد بین سال‌های ۱۹۹۷ و ۲۰۲۰ را جمع‌آوری و چهارهزار و ۱۲۹ نفر را که به این بیماری مبتلا بودند، شناسایی کردند. سپس هر فرد مبتلا را با یک گروه ۱۰ نفری که هیپوکندریا نداشتند اما بیماری مشابهی داشتند، مقایسه کردند. در مدت تقریبا ۹ ماه مشاهده مداوم، ۲۶۸ فرد مبتلا به خودبیمارانگاری و یک هزار و ۷۶۱ نفر بدون این بیماری جانشان را از دست دادند که افراد درگذشته مبتلا به هیپوکندریا به‌طور متوسط حدود پنج سال جوان‌تر از افراد فوت‌شده بدون این اختلال بودند.

تاثیر این اختلال بر کیفیت زندگی

پژوهشگران دریافتند که این اختلال بر کیفیت زندگی هم تاثیر می‌گذارد؛ به‌طوری که افراد بدون هیپوکندریا بیش از افراد مبتلا تحصیل کرده و متاهل بودند و درآمد بیشتری هم داشتند. از آن‌جا که این بیماری کمتر تشخیص داده می‌شود، ممکن است زمانی که خطر مرگ برای موارد تشخیص داده نشده نیز مدنظر قرار بگیرد، آمار از این هم بالاتر باشد. به گفته این پژوهشگران، زندگی مبتلایان به این بیماری به دلیل استرس مزمن ممکن است کوتاه‌تر باشد و باعث شود آن‌ها با الکل یا مواد مخدر خوددرمانی کنند. حتی برخی بیماران ممکن است از ترس تشخیص بیماری جدی از مراجعه به پزشک اجتناب کنند.

منبع: ایند یپندنت فارسی

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*ربات‌ها در آینده همه مشاغل رو تسخیر خواهند کرد، رستوران‌ها هم جزو همان‌ها خواهند بود. چیز عجیبی نیست.

*مطلب «خط قرمزهای انتشار دلخوری‌ها در شبکه‌های اجتماعی» جالب بود. به‌خصوص نوجوان‌ها بخونن که زود جو گیر نشن و هر چیزی رو منتشر کنن چون پشیمانی بعدش فایده نداره.

*اون رباتی که غذا بهت پیشنهاد میده، خیلی خوبه. یکی از مشکلات من اینه که در رستوران نمی‌دونم چه غذایی پیشنهاد بدم و گیج میشم.

*زندگی سلام. سلیقه مردم برای انتخاب موسیقی داره خیلی خراب و بد میشه. خواننده‌های خوب هم کم کار شدن. حواس هیچ کی هم به این موضوع نیست.

*بانظر صاحبان ربات‌های سرآشپز موافق نیستم که دست‌پخت ربات‌ها بهتر خواهد بود. آن‌ها خلاقیت در پخت غذا را، کلا زیر سوال بردند که ربات‌ها در این حوزه، ناتوان هستند.

* بیرانوند یکی از بااخلاق‌ترین و باحال‌ترین فوتبالیست‌های ایرانیه. حالا که این قدر معروف شده، خودش رو هم گم نکرده. آفرین بهش. لذت بردم که به تماس پدرش هم پاسخ داده.

*نان سیر بخوریم، دهن‌مون بوی سیر نمی‌گیره؟ مربوط به مطلب «قلق‌های تهیه یک نان سیر خوشمزه با نان باگت» در صفحه سلامت.

برگ سبز، سند کمپانی، کارت خودرو و کارت سوخت خودرو پراید صبا (حی‌تی. ایکس) مدل ۱۳۸۰ پلاک ایران ۲۲- ۲۱۲ ط ۷۲ش شاسی ۱۴۱۲۲۸۰۶۹۷۶۹۵ش موتور ۰۰۲۲۴۷۲۰ بنام فرهاد بستانی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۸۷۱

برگ سبز پژو ۲۰۶ مدل ۸۵ نقره ای متالیک به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۳۳۱ د ۹۱ به شماره موتور ۱۳۰۸۵۰۱۳۰۴۹ و شماره شاسی ۱۰۸۳۹۳۵۹ بنام خدیجه اکبر اف مفقود وفاقد اعتبار است ۴۹۹۹۰

برگ سبز و سند کمپانی، وانت پیکان مدل ۹۳ به شماره پلاک ۸۸ ایران ۷۷۱ ل ۶۶ و شماره موتور ۱۱۸P۰۰۶۴۹۰۹ و شماره شاسی NAAA۳۶AA۸EG۶۶۵۴۲۵ به نام صدیقه برزنونی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۰۰۱۴

اصل برگ سبز و سند خودرو سپند بشماره انتظامی ۱۲ ایران ۲۹۹ ص ۲۶ بشماره موتور M۱۳۱۷۸۹۳۳۹ و شماره شاسی PSV۶۸۱۵۰۷۰۴۹۶ مدل ۱۳۸۵ به مالکیت هادی محمدپور روجی مفقود گردیده واز درجه اعتبار ساقط میباشد. ۴۹۹۹۶

برگ سبز خودرو سمند LX XU۷ مدل ۱۳۹۵ سفید - روغنی ش پلاک ایران ۳۶- ۸۵۲ ی ۱۱ ش شاسی NAAC۹۱CE۵GF۱۲۴۶۸ ش موتور ۱۲۴K۰۹۴۱۷۱۰ بنام شادی بهرام پور گوش لاغر مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۸۷۰

برگ سبز پژو ۲۰۶ آریان مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۱۲- ۵۲۲ هـ ۵۹ ش موتور ۱۴۱۹۰۰۳۸۷۰۸ به نام غلامرضا ابراهیم خانی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۴۹۸۷۳

برگ سبز خودرو تیبا مدل ۱۳۹۷ به شماره انتظامی ایران ۷۴- ۲۹۵ س ۴۳ به شماره موتور M۱۵/۸۵۸۲۹۱۶ و شماره شاسی NAS۸۱۲۱۰۰۱۵۷۸۷۶۹۷ بنام حسین ناصری کلوتی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۴۹۹۹۱

برگ سبز و سند کمپانی پراید حی تی ایکس آی مدل ۸۶ اطلسی متالیک به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۴۱۳ ص ۶۷ به شماره موتور ۱۹۰۳۶۴۱ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۶۰۶۵۰۱۳ بنام فرهاد مشایخی قویونلو مفقود وفاقد اعتبار است ۴۹۹۹۲

برگ سبز و سند کمپانی وانت پیکان مدل ۹۸ به شماره پلاک ۹۲ ایران ۶۲۱ د ۱۲- ۶۲۱ ش شاسی ۱۴۲۹۳۹۶۸ ش موتور ۱۲۴۸۴۲۳۸۰۴۵ بنام مهدی اسدی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۹۸۹

برگ سبز و سند کمپانی سواری پیکان مدل ۷۸ به شماره پلاک ۴۲ ایران ۱۴۶ ص ۵۷ و شماره موتور ۱۱۱۲۷۸۲۵۳۱۹ و شماره شاسی ۷۸۴۲۶۸۶۸ به نام زیبا یار محمدی فرح ابادی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۰۰۱۳

برگ سبز و سند مالکیت سواری پژو مدل ۱۳۹۲ و شماره پلاک ایران ۷۴ - ۵۵ ن ۶۲۱ و شماره موتور ۱۵۴B۰۰۰۰۲۹۷ و شماره شاسی NAAM۳۱FC۹DK۸۶۶۰۹۱ بنام مرضیه زردادی مفقود و اعتبار ندارد. ۵۰۰۲۲

برگ سبز و سند کمپانی پراید حی تی ایکس آی ۱۶۰۰ مدل ۱۳۸۴ رنگ طوسی به شماره انتظامی ایران ۱۲- ۱۴۹ هـ ۸۲ و شماره شاسی ۱۱۷۸۴۰۰۲۰۶۳ بنام قائم عرفی زید آبادی مفقود و فاقد اعتبار است ۵۰۰۰۲

برگ سبز پژو پارس سفید مدل ۱۴۰۱ ش پلاک ۵۹۱ ص ۴۲- ایران ۴۲ ش شاسی NAANA۱۵E۷NK۶۶۸۸۳۳ ش موتور ۱۲۵k۰۰۹۸۹۲۹ بنام توران رحیمی نسب مفقود وفاقد اعتبار است ۵۰۰۱۵

برگ سبز، سند کمپانی مزدا ۳۲۳ نقره ای مدل ۱۳۸۵ ش پلاک ۳۳۷ هـ ۷۵- ایران ۳۶ ش شاسی NAG۰۸MBSD۴۵۰۰۲۲ ش موتور ۷۴۳۹۰۴ بنام محمد کاشانی فر مفقودو فاقد اعتبار است ۵۰۰۱۸

برگ سبز و کارت ام وی ام ۱۱۰ S مدل ۹۵ به شماره پلاک ایران ۷۴- ۷۶۹ ب ۹۵ به شاسی NATEBAPM۱G۱۰۰۷۰۳۳ به شماره موتور MVM۳۷۱FBHG۰۰۷۴۹۳ بنام بهزاد میثاقیان مفقود و فاقد اعتبار است ۵۰۰۰۹

برگ سبز و سند کمپانی پژو ۴۰۵ مدل ۱۳۸۵ ش پلاک ۱۲- ۶۲۱ د ۲۳ ش شاسی ۱۴۲۹۳۹۶۸ ش موتور ۱۲۴۸۴۲۳۸۰۴۵ بنام مهدی اسدی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۹۸۹

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۵ مدل ۱۳۸۵ ش پلاک ۱۲- ۶۲۱ د ۲۳ ش شاسی ۱۴۲۹۳۹۶۸ ش موتور ۱۲۴۸۴۲۳۸۰۴۵ بنام مهدی اسدی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۹۸۹

برگ سبز پراید سرمه ای-متالیک مدل ۱۳۸۳ به شماره موتور ۰۱۰۱۷۳۲۹ و شماره شاسی ۱۴۱۲۲۸۳۳۹۸۵۲۶ به نام وحید تاتاری فرزند رمضانعلی به شماره پلاک ایران ۴۲ ۷۸۸ ط ۵۷ مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط است. ۵۰۰۲۴

برگ سبز موتورسیکلت تیزتک به شماره انتظامی ۷۷۳- ۵۲۵۵۹ مدل ۱۳۸۶ به شماره موتور ۰۰۳۴۱ شماره شاسی ۸۶۰۰۳۹۴ به نام علیرضا طاحونه مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۰۰۳۵

برگ سبز و سند کمپانی بنز ای ۳۰۰ مدل ۲۰۱۲ به شماره پلاک ایران ۱۲- ۳۲۹ ج ۷۹ به شماره موتور ۲۷۲۹۵۲۳۱۹۵۶۲۰۹ به شماره شاسی WDDHF۵EB۱CA۵۱۶۲۵۲ سعید فرشچیان دربان مفقود و فاقد اعتبار است ۵۰۰۳۶

برگ سبز پژو ۲۰۶ مدل ۱۴۰۱ سفید روغنی به ش انتظامی ۳۲ ایران ۳۱۴ ب ۵۶ به ش موتور NAAP۰۳EEANJ۳۱۲۵۴۸ ش شاسی ۱۶۵A۰۲۱۳۴۸۲ به علت فقدان اسناد فروش (برگ سبز-سند کمپانی-کارت خودرو-کارت سوخت) 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. ۵۰۰۰۷

برگ سبز پژو ۲۰۶ آریان مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۱۲- ۵۲۲ هـ ۵۹ ش موتور ۱۴۱۹۰۰۳۸۷۰۸ به نام غلامرضا ابراهیم خانی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۴۹۸۷۳

برگ سبز خودرو تیبا مدل ۱۳۹۷ به شماره انتظامی ایران ۷۴- ۲۹۵ س ۴۳ به شماره موتور M۱۵/۸۵۸۲۹۱۶ و شماره شاسی NAS۸۱۲۱۰۰۱۵۷۸۷۶۹۷ بنام حسین ناصری کلوتی مفقود و از درجه اعتبار ساقط است. ۴۹۹۹۱

برگ سبز و سند کمپانی پراید حی تی ایکس آی مدل ۸۶ اطلسی متالیک به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۴۱۳ ص ۶۷ به شماره موتور ۱۹۰۳۶۴۱ و شماره شاسی S۱۴۱۲۲۸۶۰۶۵۰۱۳ بنام فرهاد مشایخی قویونلو مفقود وفاقد اعتبار است ۴۹۹۹۲

برگ سبز و سند کمپانی وانت پیکان مدل ۹۸ به شماره پلاک ۹۲ ایران ۶۲۱ د ۱۲- ۶۲۱ ش شاسی ۱۴۲۹۳۹۶۸ ش موتور ۱۲۴۸۴۲۳۸۰۴۵ بنام مهدی اسدی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۹۸۹

برگ سبز و سند کمپانی پژو ۴۰۵ مدل ۱۳۸۵ ش پلاک ۱۲- ۶۲۱ د ۲۳ ش شاسی ۱۴۲۹۳۹۶۸ ش موتور ۱۲۴۸۴۲۳۸۰۴۵ بنام مهدی اسدی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۹۸۹

برگ سبز و کارت ام وی ام ۱۱۰ S مدل ۹۵ به شماره پلاک ایران ۷۴- ۷۶۹ ب ۹۵ به شاسی NATEBAPM۱G۱۰۰۷۰۳۳ به شماره موتور MVM۳۷۱FBHG۰۰۷۴۹۳ بنام بهزاد میثاقیان مفقود و فاقد اعتبار است ۵۰۰۰۹

برگ سبز، سند کمپانی مزدا ۳۲۳ نقره ای مدل ۱۳۸۵ ش پلاک ۳۳۷ هـ ۷۵- ایران ۳۶ ش شاسی NAG۰۸MBSD۴۵۰۰۲۲ ش موتور ۷۴۳۹۰۴ بنام محمد کاشانی فر مفقودو فاقد اعتبار است ۵۰۰۱۸

برگ سبز و سند کمپانی پیکان مدل ۷۸ به شماره پلاک ۴۲ ایران ۱۴۶ ص ۵۷ و شماره موتور ۱۱۱۲۷۸۲۵۳۱۹ و شماره شاسی ۷۸۴۲۶۸۶۸ به نام زیبا یار محمدی فرح ابادی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۰۰۱۳

برگ سبز و سند مالکیت سواری پژو مدل ۱۳۹۲ و شماره پلاک ایران ۷۴ - ۵۵ ن ۶۲۱ و شماره موتور ۱۵۴B۰۰۰۰۲۹۷ و شماره شاسی NAAM۳۱FC۹DK۸۶۶۰۹۱ بنام مرضیه زردادی مفقود و اعتبار ندارد. ۵۰۰۲۲

برگ سبز و سند کمپانی وانت پیکان مدل ۹۳ به شماره پلاک ۸۸ ایران ۷۷۱ ل ۶۶ و شماره موتور ۱۱۸P۰۰۶۴۹۰۹ و شماره شاسی NAAA۳۶AA۸EG۶۶۵۴۲۵ به نام صدیقه برزنونی مفقود و فاقد اعتبار است. ۵۰۰۱۴

اصل برگ سبز و سند خودرو سپند بشماره انتظامی ۱۲ ایران ۲۹۹ ص ۲۶ بشماره موتور M۱۳۱۷۸۹۳۳۹ و شماره شاسی PSV۶۸۱۵۰۷۰۴۹۶ مدل ۱۳۸۵ به مالکیت هادی محمدپور روجی مفقود گردیده واز درجه اعتبار ساقط میباشد. ۴۹۹۹۶

برگ سبز خودرو سمند LX XU۷ مدل ۱۳۹۵ سفید - روغنی ش پلاک ایران ۳۶- ۸۵۲ ی ۱۱ ش شاسی NAAC۹۱CE۵GF۱۲۴۶۸ ش موتور ۱۲۴K۰۹۴۱۷۱۰ بنام شادی بهرام پور گوش لاغر مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۸۷۰

برگ سبز پژو ۲۰۶ آریان مدل ۱۳۹۰ ش انتظامی ۱۲- ۵۲۲ هـ ۵۹ ش موتور ۱۴۱۹۰۰۳۸۷۰۸ به نام غلامرضا ابراهیم خانی مفقود و فاقد اعتبار می باشد. ۴۹۸۷۳

برگ سبز پژو ۲۰۶ مدل ۸۵ نقره ای متالیک به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۳۳۱ د ۹۱ به شماره موتور ۱۳۰۸۵۰۱۳۰۴۹ و شماره شاسی ۱۰۸۳۹۳۵۹ بنام خدیجه اکبر اف مفقود وفاقد اعتبار است ۴۹۹۹۰

برگ سبز، سند کمپانی، کارت خودرو و کارت سوخت خودرو پراید صبا (حی‌تی. ایکس) مدل ۱۳۸۰ پلاک ایران ۲۲- ۲۱۲ ط ۷۲ش شاسی ۱۴۱۲۲۸۰۶۹۷۶۹۵ش موتور ۰۰۲۲۴۷۲۰ بنام فرهاد بستانی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۸۷۱

برگ سبز و سند کمپانی، کارت خودرو و کارت سوخت خودرو پراید صبا (حی‌تی. ایکس) مدل ۱۳۸۰ پلاک ایران ۲۲- ۲۱۲ ط ۷۲ش شاسی ۱۴۱۲۲۸۰۶۹۷۶۹۵ش موتور ۰۰۲۲۴۷۲۰ بنام فرهاد بستانی مفقود شده و فاقد اعتبار است ۴۹۸۷۱

اینجانب عی اصغر پیر گزی مالک خودرو سمند مدل ۸۹ به شماره انتظامی ایران ۳۶- ۵۶۶ ل ۵۵ شماره موتور ۱۴۷۸۹۰۱۸۴۰۸ به علت فقدان اسناد فروش NAACJ۱JC۴BF۲۷۴۲۲۵ ش شاسی برگ 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. ۵۰۰۱۹

اینجانب قاسم قاسمی مالک خودرو پژو ۴۰۵ به شماره انتظامی ۱۲- ۱۲۴۱ د ۱۱ به شماره موتور ۲۲۵۶۸۱۱۲۷۴۱ شماره شاسی ۰۰۸۱۰۲۵۶۳۹ به علت فقدان اسناد فروش (برگ سبز و سند کمپانی و قولنامه) 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. ۵۰۰۱۱

اینجانب سید محسن علوی مالک خودرو ۲۰۶ مدل ۱۴۰۰ به شماره انتظامی ایران ۴۲ / ۴۷۴ و ۳۸ وشماره موتور ۱۸۲A۰۱۴۵۸۶۴ و شماره شاسی NAAP۰۳EEXMJ۴۵۶۷۰۱ به علت فقدان اسناد فروش اسناد مذکور را نموده است لذا چنانچه هر کس ادعایی در مورد خودرو 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 ۴۹۸۷۲

پروانه مجری ذیصلاح شرکت آباد گران الکاپارس به ش ثبت ۲۲۱۹۲ و شماره پروانه اشتغال ۱۷-۱۹-۰۰۸۰-۰۰۱ پایه ۳ مورخ ۱۳۹۴/۶/۱۹ شخص حقوقی صادر کننده وزارت راه و شهرسازی استان خراسان رضوی مفقود و فاقد اعتبار است ۵۰۰۵۷