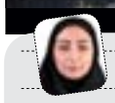
# به وقت آرزوها

**آرزو داشتن به چه معناست، تفاوت آرزوی بیرونی با درونی چیست و چگونه آرزوهای‌مان را پیدا کنیم و پرورش بدهیم؟ در روز جهانی آرزوها به این سوالات پاسخ دادیم**



دکتر الناز علوی | متخصص روان‌شناسی

محوری

**آرزو داشتن و فکر کردن به آن‌ها، یکی از لذت‌بخش‌ترین و زیباترین قسمت‌های زندگی است. همین آرزوها و رویاهای‌مان هستند که به افکار و اعمال ما جهت می‌دهند و انگیزه ما برای برداشتن هر قدم به سمت موفقیت و تحمل سختی‌ها هستند. ۲۹ آوریل، روز جهانی آرزوهاست. به همین بهانه به رایج‌ترین سوالات درباره آرزوها و دست یافتن به آن‌ها پاسخ خواهیم داد.**

**رابطه بین آرزوها با احساس ارزشمندی**

آرزوهایی که افراد دارند می‌توانند از نظر میزان دست‌یافتنی بودنشان با هم متفاوت باشند. بعضی از افراد آرزوهای ساده‌ای دارند و بر اهدافی متمرکز هستند که دستیابی به آن‌ها نسبتاً آسان است. برخی دیگر آرزوهای بزرگ‌تری دارند که رسیدن به آن‌ها به مراتب سخت‌تر است. کوچکی یا بزرگی آرزوی‌تان ممکن است با احساس ارزشمندی شما مرتبط باشد. داشتن آرزوهای بزرگ می‌تواند انگیزه‌دهنده باشد و ممکن است نشان‌دهنده این باشد که به توانایی خود برای دستیابی به آن آرزوها ایمان دارید. آرزوهای کوچک هم می‌توانند نشان‌دهنده کمبود خودباوری باشند. توجه داشته باشید که آرزوهای شخصی بلندمدت می‌توانند کمک کنند سبک زندگی و کارهای خاصی را انتخاب کنید که شما را در مسیر رسیدن به خواسته‌های‌تان قرار دهند.

**انواع آرزوها**

۲ نوع آرزوی اصلی داریم که هر کدام به دسته‌های کوچک‌تری تقسیم می‌شوند:

**۱ آرزوهای درونی** | این دسته از آرزوها معمولا بر مواردی متمرکز هستند مانند: ایجاد روابط معنادار با دیگران (وابستگی)؛ کمک به جامعه و جهان (تولید)؛ داشتن جسم و روانی سالم (سلامت) و رشد فردی. نمونه‌هایی از آرزوهای درونی عبارت‌اند از: آرزوهای اجتماعی می‌توانند شامل مواردی مانند دوست‌یابی و ایجاد روابط و داوطلب شدن برای انجام کاری به منظور کمک به جامعه باشند؛ آرزوهای خانوادگی می‌توانند شامل انجام کارهایی مانند شروع رابطه آشنایی، ازدواج و بچه‌دار شدن باشد؛ گاهی اوقات هم آرزوی کسب مهارتی را داریم که به آن علاقه‌مندیم. مثلا ممکن است آرزو داشته باشیم موسیقی‌دان یا هنرمندی حرفه‌ای شویم.

**۲ آرزوهای بیرونی** | هدف آرزوهای بیرونی معمولا دستیابی به چیزهایی مانند جذابیت جسمی، ثروتمند شدن یا محبوب بودن است. نمونه‌هایی از آرزوهای بیرونی عبارت‌اند از: آرزوهای مرتبط با پول آرزوهای رایجی هستند و معمولا شامل رسیدن به هدف مالی خاص (مانند استقلال مالی) یا کسب مقدار مشخصی پول هستند؛ آرزوهای مبتنی بر شهرت و جلب احترام دیگران یکی دیگر از آرزوهای بیرونی رایج است که ممکن است هدف از آن معروف شدن در مقیاس بزرگ باشد.

**چگونه آرزوهای‌مان را پیدا کنیم؟**

گاهی اوقات افراد آرزوهای بزرگ و زیادی برای زندگی‌شان دارند، اما گاهی هم واقعا مطمئن نیستند که چه آرزوهایی دارند. اگر در تلاش برای پیدا کردن یا پرورش آرزوهای‌تان هستید، کارهایی هست که با انجام‌دادنشان می‌توانید از تأثیر مثبت این آرزوها مطمئن شوید.

**۱ از خودتان سوال کنید**

فکر کردن درباره رویاها یا علایق‌تان می‌تواند به شما اطلاعاتی درباره چیزهایی بدهد که می‌خواهید. برخی از چیزهایی که آرزو دارید روزی به دست بیاورید‌شان یا تجربه‌شان کنید، چیستند؟ بعضی از فعالیت‌هایی که انجام می‌دهید و بیشترین هیجان یا اشتیاق را به آن‌ها دارید، چیستند؟

**۲ به خودتان زمان بدهید**

اگر چه آرزوها می‌توانند انگیزه‌دهنده و الهام‌بخش باشند، نیازی نیست که همین حالا برای فهمیدن همه چیز به خودتان فشار بیاورید. به خودتان فرصت یادگیری و رشد بدهید. چیزهای جدید را امتحان کنید، اطلاعاتی درباره خودتان جمع‌آوری کنید و سپس به این فکر کنید که آموخته‌هایتان چگونه می‌توانند شما را به آرزوهایتان برسانند.

**۳ خودتان را با دیگران مقایسه نکنید**

افراد دیگر ممکن است آرزوهای بزرگی داشته باشند اما این به معنای مناسب بودن آن آرزوها برای شما یا زندگی‌تان نیست. به‌جای مقایسه خودتان با دیگران باید روی یافتن آرزوهایی تمرکز کنید که به شما کمک می‌کنند در زندگی‌تان احساس رضایت کنید.

**۴ هدف‌تان را پیدا کنید**

فهمیدن این که چه چیزی به زندگی شما معنا و هدف می‌دهد، می‌تواند به شما برای پیدا کردن و پرورش آرزوهایتان کمک کند.

**۵ با روان‌شناس صحبت کنید**

گاهی اوقات نداشتن آرزو می‌تواند ناشی از یک اختلال روان‌شناسی باشد. اگر برای پیدا کردن انگیزه تلاش می‌کنید یا علاقه‌تان را به کارهایی از دست داده‌اید که قبلا از انجام‌شان لذت می‌بردید، مهم است که با درمانگر یا متخصص روان‌شناسی صحبت کنید.

از دنیای روان‌شناسی

## چرا یادمان نمی‌ماند در خانه را قفل کردیم یا نه؟

**دانشمندان یک قدم به درک این که چرا بعضی چیزها را به خاطر می‌سپاریم و برخی دیگر را فراموش می‌کنیم، نزدیک‌تر شده‌اند. محققان دانشگاه رایس آمریکا دست به پژوهشی زدند که نشان داد ما برخی جنبه‌های یک تجربه همچون شرایط کلی را به جای جزئیات کوچک‌تر به خاطر می‌سپاریم. به گزارش «روزیاتو»، به همین دلیل است که احتمال فراموش کردن تجربه‌های جزئی‌تر و پیش پا افتاده‌تری مانند قفل کردن یا نکردن در خانه، بیشتر است.**

**نحوه انجام این پژوهش**

برای درک بهتر نحوه عملکرد حافظه انسان، محققان دانشگاه رایس تصاویری را به شرکت‌کنندگان پژوهش خود نشان دادند. در این آزمایش حافظه، برخی از تصاویری که برای شرکت‌کنندگان به نمایش درمی‌آمدند، تکراری و برخی دیگر جدید بودند. برخی تصاویر شباهت زیادی به یکدیگر داشتند اما در برخی دیگر تشخیص تفاوت‌های آن‌ها از یکدیگر دشوارتر بود. هدف از نمایش تصاویر مشابه، مختل کردن حافظه با شبیه‌سازی تجربیات پیش پا افتاده‌ای بود که روزانه داریم، مانند قفل کردن در خانه.

**فراموش‌شدن سریع تصاویر شلوغ**

محققان پی بردند که به‌یادماندنی‌ترین تصاویری که احتمال به خاطر سپردن آن‌ها توسط شرکت‌کنندگان بیشتر بود، تصاویری رنگارنگ با حضور افرادی در عکس بودند. به عبارت دیگر، تصاویری که شلوغ و بی‌نظم نبودند، فراموش نشدنی‌تر بودند. اگر چه شرکت‌کنندگان به‌یادماندنی‌ترین تصاویر را به درستی به‌یاد آورده بودند، اما اثر آن بعد از **۲۴** ساعت از میان رفت. این به‌ویژه درباره به یاد آوردن تجربیات مثبت صدق می‌کرد، امری که نشان داد این دست تجربیات در ابتدا به‌یادمی‌مانند، اما بیشتر مستعد فراموش‌شدن هستند. برای مثال، اگر سعی کنیم به خاطر آوریم در سال گذشته چه کارهایی انجام دادیم، احتمالاً کارهای زیاد و مختلفی را به خاطر می‌آوریم. با این حال، احتمالاً تنها برخی از این خاطرات را با جزئیات زیاد به خاطر می‌آوریم. ممکن است به‌یاد بیاوریم که به سفر رفته بودیم، اما احتمالاً یادمان نمی‌آید که در هر روز سفر چه فعالیت‌هایی انجام داده بودیم.

**مغز ما ظرفیت محدودی دارد**

به گفته محققان دانشگاه رایس، ما اغلب تصور می‌کنیم که خاطرات احساسی بهتر به خاطر سپرده می‌شوند اما در حقیقت این ویژگی‌های اصلی یک خاطره است که به خاطر سپرده می‌شود اما جزئیات آن ممکن است فراموش شوند. یکی از دلایل این که ما نمی‌توانیم همه تجربیات‌مان را به خاطر آوریم این است که مغز ما ظرفیت محدودی دارد. به گفته محققان، مغز ما احتمالاً نمی‌تواند هر چه را که تجربه می‌کنیم، به خاطر بسپارد و به همین دلیل مجبوریم اندکی از اطلاعاتی را که مهم نیستند، به شکل انتخابی فراموش کنیم.

اتاق مشاوره

## عشقم در ۲۲ سالگی به دختر ۲۸ ساله محکوم به شکست است؟

**پسری هستم ۲۲ساله. دانشجو هستم و کار پاره وقت دارم. عاشق دختری شدم که ۲۸ ساله است. من مطمئنم که بدون این دختر، خوشبخت نخواهم شد اما سوالم این است که آینده این ازدواج به طلاق و شکست منتهی خواهد شد یا نه؟ صریح پاسخ بدهید.**

دکتر سید علی ظریفی | روان‌شناس

مشاوره ازدواج

مخاطب گرامی، تفاوت سن دختر و پسر برای ازدواج در فرهنگ ما اهمیت دارد ولی میزان آن را هیچ علم و منطقی با قاطعیت تخمین نزده است. آن چه از سن مهم‌تر است، این است که تفاوت در سن بلوغ دختر و پسر این روند را طوری نهادینه کرده که پسرها باتوجه به دیرتر بالغ شدنشان باید از دخترها بزرگ‌تر باشند. برای پاسخ صریح به سوال‌تان که آینده این ازدواج به طلاق و شکست منتهی خواهد شد یا نه، چند نکته را باید بدانید.

**دلایل مخالفان با بزرگ‌تر بودن زن از شوهر**

عده‌ای به دلایلی که در ادامه مطرح می‌شود، با بزرگ‌تر بودن زن از مرد مخالفت کرده‌اند: ۱- ترس از این که این ازدواج‌ها بعد از مدت کوتاهی با شکست مواجه شود؛ به‌ویژه اگر این ازدواج به خاطر موقعیت مادی زن صورت گرفته باشد. ۲- زنی که چند سال بزرگ‌تر باشد، معمولا انتظار دارد همسرش هم همانند او فکر کند و مسائل را بسنجد ولی وقتی با چیزی غیر از این مواجه می‌شود، احساس تکیه‌گاه بودن به شوهرش نخواهد داشت. ۳- از سوی دیگر، مردی که با زن بزرگ‌تر از خودش ازدواج می‌کند، ممکن است پس از چند سال زندگی با تحلیل رفتن جسم زن، احساس ناخوشایندی پیدا کند و شاید به فکر جدایی و... بیفتد.

**این ازدواج می‌تواند جنبه مثبت هم داشته باشد**

اما در مقابل، چنین ازدواج‌هایی جنبه‌های مثبتی هم دارد؛ از جمله اداره زندگی از سوی زنی آگاه و مدیر. البته به شرطی که خود فرد پذیرای شرایط باشد و بتواند نگاه جامعه و مردم را تحمل کند چرا که تاثیرهای منفی برخورد جامعه و اطرافیان ممکن است در زندگی مشترک بروز پیدا کند.

**انگیزه‌تان از این ازدواج چیست؟**

فراموش نکنید انگیزه زوج‌ها برای ازدواج با یکدیگر در این زمینه بسیار دخیل است. کسانی هستند که با انگیزه‌های اقتصادی با دخترانی ازدواج می‌کنند که تفاوت سنی بسیار زیادی با آن‌ها دارند. ازدواجی بدون پایه‌های عاطفی و شناخت که نبودن عامل علاقه در این نوع از ازدواج‌ها، آن‌ها را با شکست مواجه می‌کند. در این صورت نمی‌توان گفت شکست این زندگی تنها به خاطر بالا بودن سن دختر از پسر بوده بلکه به خاطر انتخاب غلط، منجر به شکست شده است.

**نکته پایانی**

اگر دو نفر تفاهم فرهنگی و اخلاقی داشته باشند، همسن یا بزرگ‌تر بودن دختر از پسر، مشکل خیلی حاد و پیچیده‌ای نیست. پس اگر در تمام معیارها و مسائل با یکدیگر تفاهم دارید و احساس می‌کنید که فرد مدنظرتان را پیدا کرده‌اید، می‌توانید با کمک یک مشاور از این یک مورد چشم‌پوشی کنید و ازدواجی صحیح داشته باشید.

مشاوره زوجین

# ۶ سوال پایان‌دهنده به اختلافات زوجین

**مطالعه‌ای در سال ۲۰۲۴ میلادی انجام و نتایج آن در مجله علمی Personal Relationships منتشر شد که نشان می‌دهد در جریان مشاجره‌هایی که بین زن‌وشوهر رخ می‌دهد، درنگ برای تفکر درباره موقعیت موجود می‌تواند ناراحتی و تنش را به طور قابل توجهی کاهش و «خودکارآمدی» یا باور فرد به توانایی مدیریت مناسب تعارض را افزایش دهد. خودکارآمدی بالاتر یا ایمان شخص به توانایی خود، به نوبه خود، رضایت از رابطه و رفتارهای سازنده در مشاجره‌ها را افزایش می‌دهد. به گزارش «عصر ایران»، نویسندگان این مطالعه بر این باورند که اغلب افراد می‌دانند که کدام رفتارها برای حل تعارض‌ها مفیدند و صرفاً به زمانی برای تامل در آن نیاز دارند.**

**تامل زوجین درباره ۶ سوال بعد از جروبحث**

آن‌ها به شرکت‌کنندگان در مطالعه تحقیقاتی خود یک تمرین فکری دادند تا با یادآوری یک درگیری اخیر و چشمگیر با شریک زندگی خود، در شش سوال تامل کنند:

۱- درباره علت وقوع درگیری فکر کنید.

۲- درباره نحوه‌ای که باید با درگیری برخورد می‌شد، فکر کنید.

۳- به این فکر کنید که به‌طور کلی چطور باید با تعارضات برخورد کرد.

۴- به این فکر کنید که مردم به‌طور کلی چگونه باید به درگیری‌ها در روابط خود واکنش نشان دهند.

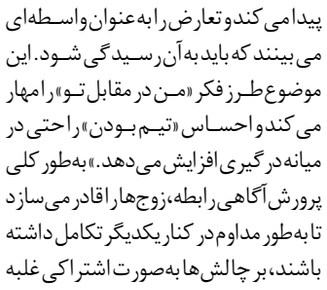
۵- فکر کنید که چرا این نوع واکنش منطقی است.

۶- به این فکر کنید که برای برخورد با تعارضات آینده چه چیزی مفیدتر خواهد بود.

محققان دریافتند که این تمرین، شرکت‌کنندگان را تشویق می‌کند تا در گیر خوداندیشی عمدی و سازنده شوند، نسبت به پاسخ‌های خود در درگیری‌ها و تعارضات منصف‌تر و آگاه‌تر شوند و درک بهتری از نحوه هدایت چنین موقعیت‌هایی در آینده داشته باشند.

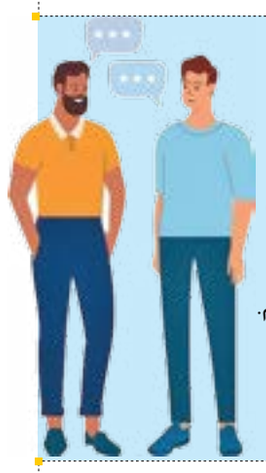
**چرا ذهن آگاهی رابطه یک ابزار قدرتمند برای حل تعارضات است؟**

محققان این پژوهش توضیح می‌دهند: «حتی زمانی که افراد دانش و مهارت لازم برای حل مؤثر مشکلات را در روابط خود دارند، ناراحتی شدید از شریک زندگی یا داشتن کارایی پایین در توانایی حل تعارضات ممکن است مانع از توانایی آن‌ها در به خدمت گرفتن مؤثر آن دانش و مهارت شود.» تمرین تاملی محققان به زوج‌ها اجازه می‌دهد با به کار گرفتن برداشت درونی خود متوجه شوند در چنین لحظاتی، رویکرد سودمند چیست و این دانش را به کار بگیرند، نه این که در هنگام تشدید احساسات پاسخ‌های تکانشی بیشتری نشان بدهند. محققان می‌افزایند: «یافته‌های ما نشان می‌دهد وقتی افراد حتی ۱۰ دقیقه به تعارض‌های رابطه خود فکر می‌کنند، آمادگی‌شان برای برخورد با تعارض‌های آینده بهبود معناداری پیدا می‌کند و تعارض را به عنوان واسطه‌ای می‌بینند که باید به آن رسیدگی شود. این موضوع طرز فکر «من در مقابل تو» را مهار می‌کند و احساس «تیم بودن» را حتی در میانه درگیری افزایش می‌دهد.» به‌طور کلی پرورش آگاهی رابطه، زوج‌ها را قادر می‌سازد تا به‌طور مداوم در کنار یکدیگر تکامل داشته باشند، بر چالش‌ها به صورت اشتراکی غلبه کنند و تعارضات را به عنوان فرصتی برای رشد و ارتباط تلقی کنند.



نکته ها

## این ۶ جمله را تنها از افراد باشخصیت می‌شنوید



**۱- چگونه می‌توانم به تو کمک کنم تا احساس بهتری داشته باشی؟**

**۲- باید مثل همیشه در این مورد هم کاملاً صادق باشم.**

**۳- به دلایلی که عرض می‌کنم، با این موضوع موافق نیستم.**

**۴- اگر این روش را امتحان کنیم، چه اتفاقی می‌افتد؟**

**۵- می‌خواهم مطمئن شوم که چیزی از قلم نیفتاده است.**

**۶- می‌خواهم بیشتر و بیشتر در این باره بدانم.**

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*من از فصل‌های قبلی سریال «نون خ» فقط چند قسمتش رو دیده بودم ولی این دفعه به خصوص این قسمت‌های پایانی برام جذاب بود و همه‌اش رو کنار خانواده دیدم. باید از سعید آقاخانی بابت این سریال خوش‌ساخت تقدیر بشه.

*در آینده مشخص خواهد شد که این ظروف تفلون چه آسیب‌هایی به سلامت انسان خواهد زد. همه رفتن قابلمه‌های مسی رو فروختن، از اینا خریدن و اشتباه کردن.

*این که در صفحه خانواده گفتین که پرسپولیس باخت و این مزدترس اوسمار بود، درست نیست. پرسپولیس ۴ تا گل زد، بدشانسی آورد و گل‌های بدی هم خورد. اگر ترسیده بودن که نمی‌تونستن ۴ تا گل بزنن.

*هر چند همه می‌گن یک فکری باید برای کولبرها کرد ولی تنها راهش اینه که راهش رابندن دیگه.

*من هم روز ملی روان‌شناس و مشاور رو به همه فعالان در این حوزه که برای بالا بردن کیفیت زندگی ما و سلامت روان‌مان تلاش می‌کنند، تبریک می‌گویم.

**یکی از مخاطبان صفحه خانواده و مشاوره**

برگ سبز و کارت خودرو سواری پژو ۴۰۵ جی ال ایکس مدل ۱۳۸۲ رنگ مشکی متالیک ش انتظامی ایران ۱۲ - ۵۷۷ د ۳۷ ش شاسی ۸۲۰۳۹۷۵۹ ش موتور ۱۲۴۸۲۰۰۴۲۴۶ بنام ارشیا صفایی پور مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۴۴۲

برگ سبز و سند کمپانی خودرو MVM405 2PBD مدل ۱۴۰۱ ش انتظامی ایران ۱۴ - ۸۴۴ م ۷۶ ش شاسی NAFPBAUBXN1012459 ش موتور MVM4P31C0AEN0012469 بنام جلیل کاظمی خبری مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۴۲۷

برگ سبز و سند کمپانی و کارت خودرو سمند مدل ۱۳۸۳ به شماره انتظامی ۳۲ ایران ۱۸۸ ط ۲۸ و شماره شاسی ۸۴۲۱۳۵۲۸ و شماره موتور ۱۲۴۸۳۰۰۴۳۷۷۲ به مالکیت نصرت الله کلی مفقود و از درجه ی اعتبار ساقط می باشد ۹۵۴۱۵

سند کمپانی و برگ سبز هیوندای آکسنت ۱۶۰۰ مدل ۲-۱۴ به ش پلاک ایران ۷۴ - ۶۹۳ ب ۸۲ به ش موتور KMHDU41DBEU899159 به ش شاسی G5PCDU519516 بنام حسن جیافر مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۰۹

برگ سبز و سند موتورسیکلت توس نو ۱۲۵ مدل ۱۳۹۵ شماره انتظامی ۷۷۶ - ۱۲۷۱۶ شماره موتور ۱۲۵۱۹۵۸۳۳۵۰ شماره شاسی N3N***1251950583350 بنام جواد نظری فارمد مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۰۱

اصل برگ سبز سایپا مدل ۱۴۰۰ بشماره انتظامی ۷۴ ایران ۳۱۵ ی ۴۵ و شماره شاسی NAS831100*3857168869 بشماره موتور M15D91313797 به مالکیت احمدرضا اصالت مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۹۵۴۱۸

برگ سبز خودرو سواری پژو هاچ بک مدل ۱۳۹۱ به شماره انتظامی ۳۶ ایران ۵۲۳ د ۴۲۵ به شماره موتور NAAP-FHDBC5BA87246 به مالکیت امیرحسین عشقی مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۹۵۴۲۸

برگ سبز خودرو پیکان مدل ۱۳۸۳ به رنگ سفید با شماره موتور ۱۱۲۸۳۰۱۱۶۵۴ و شماره شاسی ۸۲۴۰۶۵۵۹ به شماره انتظامی ایران ۴۲ - ۴۲۵ و ۲۸ به نام سید مصطفی حسینی مفقود و فاقد اعتبار می باشد ۹۵۴۳۹

برگ سبز خودرو پیکان ۵ مدل ۹۹ به ش پلاک ایران ۷۴ - ۶۳۸ ص ۵۷ بنام مجید حسن پور دشن آبادی به ش موتور MVM4E2150BA9L0001011 ساخت ایران به ش شاسی NAT05BA19*EL100176 مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۴۰

برگ سبز سواری پراید خی تی ایکس آی مدل ۱۴۰۳ سفید شهری به شماره موتور: ۰۰۹۸۷۷۳۰ و شماره شاسی: ۸۴۰۱۴۱۴۸۳۳۶۸ شماره پلاک ۴۶ - ۵۵۹ د ۷۳ بنام محمد سازدار مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۳۷

سند کمپانی و برگ سبز کامیونت کمپرسی مدل ۱۳۸۶ به ش پلاک ایران ۱۲ - ۳۱۱ د ۹۹ به ش موتور ۳۷۶۰۲۴ به ش شاسی ۸۰۵۸۳۳۲ بنام سجاد برگلی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۱۷

برگ سبز خودرو پژو ۴۰۶ هاچ بک مدل ۱۳۸۶ به شماره انتظامی ۷۴ ایران ۸۶ ی ۸۱ و شماره موتور ۱۴۱۶۶۰۲۱۱۷۶ و شماره شاسی ۲۱۵۱۶۷۲۹ به مالکیت حسن قربانی مفقود و از درجه ی اعتبار ساقط می باشد ۹۵۴۲۳

اصل برگ سبز و کارت خودروی پراید ۱۳۲ مدل ۱۳۸۸ و شماره شاسی ۰۶۰۴۸۵ بشماره انتظامی ۲۶ ایران ۳۲۶ ص ۷۵ بشماره موتور ۱۱۴۲۲۲۸۸ به مالکیت جواد قربان علی نژاد مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۹۵۴۲۹

برگ سبز و کارت خودرو پراید ۱۳۲ مدل ۱۳۸۸ به رنگ سفید ش انتظامی ۳۷۷ ل ۱۲ ایران ۱۲ ش شاسی ۰۰۶۳۲۵ ش موتور ۰۰۶۹۸۸ بنام رضا خردمند مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۴۲۲

اصل برگ سبز و کارت خودرو پژو روآ مدل ۱۳۹۰ بشماره انتظامی ۷۴ ایران ۹۹۶ ص ۶۵ و شماره شاسی NAAB1*M4EBH851942 شماره موتور ۱۱۸۹۰۰۰۱۶۳۱ به مالکیت ملیحه صالحی مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط می باشد ۹۵۴۱۹

سند و کارت موتورسیکلت تیز پر مدل ۸۳ به شماره پلاک ۷۶۶ - ۱۸۵۸۱ و شماره موتور ۱۲۰۰۰۰۷۸ و شماره بدنه ۱۲۵۰۵۲۵۷۶۱۸۳ به نام محسن عبدی به شماره ملی ۰۹۰۱۷۸۸۱۲۸ مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۲۴

برگ سبز و سند کمپانی خودرو سمند مدل ۸۵ به شماره انتظامی ایران ۴۲ - ۱۵۲ م ۲۳ شماره موتور ۱۲۴۸۵۰۲۴۶۶۲ شماره شاسی ۱۷۶۲۲۹۹۱ به نام محسن فرمانزاده رشنخواری مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۲۱

برگ سبز و سند کمپانی (برگ کمپانی) خودرو پراید مدل ۸۵ به شماره انتظامی ایران ۳۲ - ۶۲۲ ب ۴۱ شماره موتور ۱۴۸۶۲۷۷ به شماره شاسی ۱۱۴۸۲۷۸۵۱۴۴۹۰۳ به نام معصومه آبیری مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۱۶

برگ سبز و سند کمپانی خودرو سایپا ۱۲۱ به ش انتظامی ۴۶ ایران ۴۴۲ ب ۳۲ و ش موتور ۱۴۱۲۳۹۰۰۳۲۴۳۶ به شماره شاسی ۴۴ - ۵۵۸۰ بنام معصومه خیدری مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۱۴

برگ سبز و سند کمپانی موتورسیکلت یاکسیما مدل ۱۳۸۶ به ش پلاک ۷۶۸ - ۵۵۶۵۳ به ش موتور ۵۵۵۹۰۲۰ به ش بنه ۱۲۵۶۸۶۱۵۱۶۲ بنام مجتبی زحمانی سیج مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۲۶

برگ سبز خودرو کوئیک ۵ به ش انتظامی ۳۲ ایران ۳۸۰ ب ۸۸۷ و ش موتور ۱۵۵۰۲۶۲۶۸ وش شاسی ۴۴ - ۲۴۷۵ بنام آصف نظام الدینی زیره مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۱۵

مجوز نگهداری سلاح شکاری مدل تک لول ته پر کوسه کالیبر ۱۲ به شماره بدنه ۰۱۲۳۰۳۴۲ ساخت ایران به نام خدابخش شیخی به کد ملی ۵۶۳۹۷۹۰۵۵۵ مفقود گردیده و فاقد اعتبار می باشد ۹۵۴۲۳

اصل سند کمپانی خودرو سمند مدل ۸۵ به شماره انتظامی ایران ۴۲ - ۱۵۲ م ۲۳ شماره موتور ۱۲۴۸۵۰۲۴۶۶۲ شماره شاسی ۱۷۶۲۲۹۹۱ به نام محسن فرمانزاده رشنخواری مفقود و فاقد اعتبار است ۹۵۴۲۱

برگ سبز و سند کمپانی خودرو سواری پژو ۴۰۵ جی ال ایکس مدل ۱۳۸۲ رنگ مشکی متالیک ش انتظامی ایران ۱۲ - ۵۷۷ د ۳۷ ش شاسی ۸۲۰۳۹۷۵۹ ش موتور ۱۲۴۸۲۰۰۴۲۴۶ بنام ارشیا صفایی پور مفقود شده و فاقد اعتبار است ۹۵۴۴۲