بایدها و نبایدهای کارکردن در دوران دانشجویی

در آستانه روز دانشجو به این سوال رایج‌شان پاسخ دادیم که اگر بخواهند در کنار درس‌خواندن وارد بازار کار شوند، باید به چه نکاتی دقت ویژه داشته باشند؟

بنفشه دولت‌آبادی | روان‌درمانگر و مشاور خانواده

محوری

درس‌خواندن به تنهایی زمان و انرژی بسیاری از دانشجو می‌گیرد و باید به این موضوع فکر کند که آیا با انتخاب شغل، از عهده خواندن دروس که وظیفه اصلی‌اش است، بر می‌آید یا نه؟ به‌طور کلی دانشجو باید هدف اصلی خود را از پیدا کردن کار دانشجویی مشخص کند. معمولا دانشجویان به دلایلی از جمله رفع نیاز مالی و داشتن درآمد، یادگیری حرفه‌ای برای آینده، آشنایی با مهارت‌های پول‌ساز و داشتن کار دانشجویی در زمینه تحصیلی با هدف یادگیری بهتر دروس، وارد حوزه شغلی می‌شوند. نکته مهم این جاست که دانشجو قبل از انتخاب شغل دانشجویی ابتدا باید هدف و انگیزه خود را بشناسد و سپس با در نظر داشتن معیارهای مختلف و شخصی به دنبال کار بگردد. در آستانه روز دانشجو، درباره مزایا و معایب کار کردن در دوران دانشجویی که یکی از دغدغه‌های رایج این قشر است، خواهیم گفت.

مزایای کار کردن در دوران دانشجویی

۱ کسب درآمد| بی‌شک کسب درآمد رتبه اول را در بین مزایای کار دانشجویی به دست می‌آورد. کار دانشجویی فرصتی است تا فرد در کنار درس خواندن طعم داشتن حقوق را بچشد و در صورت نیاز هزینه‌های تحصیلی خود را تامین کند. این فرایند کمک می‌کند دانشجو قدر پول را درک کند و نگاه جدیدی به آن پیدا کند.

۲ زندگی هدفمندتر| زمانی که کار و تحصیل هر دو با هم در چرخه زندگی دانشجو قرار بگیرد، زمان عنصری ارزشمند برای فرد می‌شود. دانشجو از اندک اوقات فراغت خود بهتر استفاده و سعی می‌کند نظم و برنامه‌ریزی دقیق‌تری برای روزهای زندگی‌اش داشته باشد، بنابراین هدفمندتر عمل می‌کند.

۳ حس خوب استقلال| مستقل شدن از اولین دغدغه‌هایی است که در دوران بلوغ و نوجوانی سراغ هر شخصی می‌آید. بعد از قبولی در دانشگاه، پیدا کردن شغل و کسب درآمد این اجازه را به دانشجو می‌دهد تا حداقل از نظر مالی اندکی مستقل شود و به آهستگی استقلال فردی را تجربه کند با این که کار دانشجویی درآمدی بالا و ثابت ندارد اما تجربه خوبی برای شروع مستقل شدن است.

معایب کار کردن در دوران دانشجویی

۱ تداخل زمانی کار با دانشگاه| ساعت کاری یک دانشجو ممکن است با کلاس‌های دانشگاه تداخل داشته باشد. به همین علت است که بسیاری از دانشجویان نمی‌توانند در شرکت‌ها و کارهای تمام‌وقت مشغول کار شوند.

۲ کاهش تمرکز و افت تحصیلی| کار انرژی ذهنی و جسمی قابل توجهی از دانشجو می‌گیرد و این مسئله ممکن است روی عملکرد تحصیلی دانشجو اثر منفی بگذارد. نداشتن تمرکز و خسته شدن ذهن، درس خواندن را برای فرد سخت می‌کند و با گذشت زمان باعث افت تحصیلی می‌شود، بنابراین خوب است که کار دانشجویی با توجه به توانایی و فشردگی دروس در هر ترم انتخاب شود.

۳ درآمد پایین کارهای دانشجویی| میانگین کلی میزان درآمد کارهای دانشجویی عدد بالایی نیست و حدس این موضوع ساده است. بیشتر این مشاغل پاره‌وقت و غیرتخصصی و حتی بدون مزایا هستند و کارفرما به دنبال نیروی کم‌دردسر و با حداقل توقع است، بنابراین یکی از معضلات شغل دانشجویی درآمد یا دستمزد پایین است. البته بدون شک افرادی که در یک زمینه مهارت و تخصص خاص دارند با انجام ساعت کاری کم یا پاره‌وقت می‌توانند تا حدودی درآمد خوبی داشته باشند.

این اشتباهات را مرتکب نشوید

دانشجویان انگیزه‌های متفاوتی برای پیدا کردن شغل دارند که هر کدام اهمیت خاص خود را دارد و نباید نادیده گرفته شود اما به عنوان یک مشاور که سال‌ها در دانشگاه مشغول کار است، می‌خواهم در مسیر پیدا کردن کار دانشجویی به چند نکته مهم ولی کاربردی اشاره کنم.

۱ نیاز مالی برای انجام کار در دوران دانشجویی قابل درک است اما فقط صرفا به پول فکر نکنید تا زمان درس و دانشگاه قربانی کسب درآمد شما نشود.

۲ با این که کار دانشجویی قرار نیست کار دایمی در شغل آینده شما باشد اما بد نیست اندک علاقه و شور و انگیزه‌ای برای آن داشته باشید. به هر حال چند ساعت در هفته را باید به آن کار مشغول باشید و قابل تحمل بودن اولین معیار است.

۳ مهارت. بله دنیای امروز دنیای مهارت‌یابی است. سعی کنید کار دانشجویی شما در حوزه یک مهارت خاص و پرکاربرد باشد، حتی اگر درآمد کمتری داشته باشید ارزش دارد که مهارتی را یاد بگیرید یا رزومه‌تان را غنی‌تر کنید.

۴ فشار کاری متعادل و اهمیت به فراغت را فراموش نکنید. کار دانشجویی باید در کنار زندگی روزمره شما باشد، نه همه زندگی شما. درس بخوانید، کار کنید و درآمد داشته باشید و در کنار آن به فراغت و تفریحات مورد علاقه خود برسید.

حواس‌تان به درس‌تان باشد

اگر نیاز به کسب درآمد در دوران دانشجویی ندارید، از کارهای تمام‌وقت و کارهایی که استرس فکری زیادی به شما وارد می‌کنند، به‌طور جدی پرهیز کنید. این نوع کارها ممکن است درآمدی برای شما ایجاد کنند ولی قطعا مزاحم درس و مطالعات شما می‌شوند و نمی‌گذارند به درستی به امور دانشجویی خود رسیدگی کنید.

مشاوره خانواده

اشتباهات رایج عروس‌ها در رفتار با مادرشوهر

رابطه نامناسب با مادرشوهر مشکلات بسیاری در زندگی مشترک ایجاد می‌کند. اما با راهکارهایی می‌توانید رابطه صمیمی با مادرشوهر و همچنین همسرتان داشته باشید. به گزارش «راهنماتو»، در ادامه به چند اشتباه رایج عروس‌ها در این رابطه اشاره می‌کنیم.

قضاوت کردن از قبل| متاسفانه در بسیاری از خانواده‌ها، تصویرهای ذهنی، بحث‌ها و صحبت‌های غلط درباره خانواده همسر به خصوص مادرشوهر وجود دارد که از همان کودکی در ذهن دختر و پسرها حک می‌شود. این تصورات نادرست از قبل باعث می‌شود که قبل از شروع زندگی مشترک، درباره مادرشوهر و خواهرشوهر، قضاوت عجولانه‌ای صورت گیرد و نتیجه چنین تصوراتی جز فضای کینه و کدورت میان عروس و خانواده شوهر نخواهد بود.

ایجاد نکردن ارتباط صمیمی| اگر طوری رفتار کنید که مادرشوهر و دیگر اعضای خانواده مطمئن شوند که با خانواده محترم و صمیمی وصلت کرده‌اند باعث تقویت ارتباط عاطفی و محبت در آن‌ها هم خواهد شد اما در صورتی که از ابراز محبت طفره روید، این احساس میان شما خدشه‌دار خواهد شد.

بدگویی از خواهرشوهر| برای هر مادری فرزندانش بسیار مهم و در اولویت هستند. برای آن‌ها مهم است که دخترانش بهتر از دیگران و حتی عروس خانواده باشد. به همین دلیل توصیه می‌کنیم هرگز از خواهرشوهر خود نزد دیگران و به خصوص مادرشوهرتان بدگویی نکنید. این کار شاید برای شما حکم دردل باشد و یا دلتان خنک شود اما قطعا مادرشوهرتان را ناراحت و عصبانی خواهد کرد و شاید تهدیدی برای ارتباط شما و همسرتان شود.

نشناختن تفاوت‌های فرهنگی| گاهی اوقات افراد به‌طور غیرعمدی مشکلاتی را ایجاد می‌کنند که ناشی از تفاوت فرهنگی میان دو خانواده است. مسائل دیگری مانند تفاوت در روابط اجتماعی، تفاوت در ظاهر و لباس پوشیدن، تفاوت عمیق در دستپخت و تفاوت در نحوه اداره زندگی می‌تواند زمینه‌ساز مشکلات جدی شود، بنابراین شناخت تفاوت‌ها ضروری است. از روی عمد بر شرایط فرهنگی خود پافشاری نکنید.

خبرچینی| اگر همسرتان به راحتی صحبت‌های شما را به مادر خود انتقال می‌دهد، نباید درباره مادرشوهرتان و رفتارهای ناراحت کننده او با همسرتان صحبت کنید. خبرچینی کردن فقط شرایط را بدتر می‌کند.

نکته ها

۶ عادت اشتباه زمان صحبت کردن در جمع

۱- نادیده گرفتن زبان بدن
۲- خواندن از روی متن نوشته
۳- باور نداشتن به پیام سخنرانی‌تان
۴- آماده نبودن
۵- نادیده گرفتن مخاطب
۶- استفاده از کلمات نامناسب

روان شناسی

راهکارهایی برای مداوای اضطراب مسری

همه ما کم و بیش می‌دانیم که آنفلوآنزا و ویروس‌ها چگونه گسترش می‌یابند، اما آیا می‌دانستید که ممکن است اضطراب هم مسری و انتقال‌دهنده از فردی به فرد دیگر باشد؟ البته اضطراب دقیقا مانند ویروس انتقال نمی‌یابد اما می‌تواند از بسیاری جهات مسری باشد. به گزارش «همشهری آنلاین»، وقتی در اطراف افراد استرس‌زا یا مضطرب هستید، حتی اگر فردی مثبت‌اندیش و آرامی باشید، این افراد می‌توانند بر شما تاثیر بگذارند تا همین احساس را پیدا کنید. تاثیر آن‌ها می‌تواند شما را دچار استرس یا اضطراب کند. این اضطراب مسری نامیده می‌شود و به راحتی می‌تواند بدون این که متوجه شوید شما را تحت تاثیر قرار دهد. اما در این مواقع چگونه از سلامت روان خود محافظت کنیم؟

منبع را شناسایی کنید| اولین قدم این است که تشخیص دهید منبع اضطراب کجاست؟ و چه کسی بر شما تاثیر می‌گذارد؟

مرزها را تعیین کنید| دوست قابل اعتماد بودن یا شنونده قابل اعتماد بودن به این معنی نیست که به خودتان اجازه می‌دهید رنج بکشید. باید محدودیت‌هایی تعیین کنید و خود را از مکالمه با یک فرد مضطرب معاف کنید.

اطراف خود را با افراد مثبت احاطه کنید| شما باید افراد آرام و مثبت را در اطراف خود داشته باشید. وجود این افراد به کاهش استرس و اضطراب کمک خواهد کرد. می‌توانید روی چیزهای مهم و غیرمهم تمرکز کنید.

کمک بخواهید| اضطراب مسری می‌تواند بسیار چالش برانگیز باشد، زیرا نمی‌دانید چه چیزی در حال حاضر شما را تحت فشار قرار می‌دهد. می‌توانید با یک درمانگر مشورت کنید یا از دوستان خود کمک بخواهید.

از دنیای روان شناسی

پژوهش ۹۰ساله درباره خوشبختی؛ پول، شغل یا خانواده؟

چه چیزی در زندگی خوشبختی می‌آورد؟ پول، شغل رضایت‌بخش یا خانواده و فرزندان خوب؟ این یکی از ماندگارترین پرسش‌هایی است که انسان‌ها در طول تاریخ برای خود مطرح کرده‌اند. به گزارش «یورونیوز»، مطالعه هاروارد درباره رشد بزرگ سالان نزدیک به ۹۰ سال است که آغاز شده است و اکنون در هشتاد و ششمین سال خود قرار دارد. اما آغاز آن با دو پروژه جداگانه بود.

این یک کشف مهم است

در سال ۱۹۳۸، مطالعه «گرانت» روی ۲۶۸ مرد از کلاس‌های کارشناسی دانشگاه هاروارد انجام می‌شد. همزمان، مطالعه دیگری به نام «گلوئک» در حال انجام بود که شامل تحقیق روی ۴۵۶ مرد از محله‌های درونی شهر بوستون می‌شد. هدف هر دو مطالعه مشابه بود: دنبال کردن شرکت‌کنندگان در طول زندگی‌شان و مشاهده تاثیر عوامل مختلف بر سلامت و خوشبختی آن‌ها در گذر زمان. در سال‌های اخیر، پژوهشگران تمرکز خود را بر فرزندان گروه اصلی به رهبری روان‌پزشک دکتر «رابرت والدینگر» معطوف کرده‌اند. اما تاکنون چه درس‌هایی از طولانی‌ترین مطالعه خوشبختی انسان آموخته‌ایم؟ دکتر والدینگر در سال ۲۰۱۷ به نشریه هاروارد گفت: «یافته شگفت‌انگیز این است که روابط ما و میزان خوشحالی ما در این روابط تاثیر عمیقی بر سلامت ما دارد. مراقبت از بدن مهم است، اما رسیدگی به روابط هم شکلی از مراقبت از خود است. به نظر من این یک کشف مهم است».

کیفیت یا کمیت؟

البته این بدان معنا نیست که برای خوشبخت بودن، الزاما همیشه باید افراد زیادی دور و بر شما باشند. به گفته «والدینگر»، کیفیت ارتباطات اجتماعی مهم‌تر از کمیت آن‌هاست. او می‌گوید: «انسان‌های درون گرا کاملاً سالم هستند. آن‌ها ممکن است فقط به یک یا دو رابطه واقعاً قوی نیاز داشته باشند و از داشتن افراد بیشتر خوشحال نباشند. این اصلاً اشکالی ندارد».

چرا روابط خوب ارزشمندند؟

والدینگر می‌گوید نظریه غالب این است که تعامل اجتماعی به ما کمک می‌کند تا از لحاظ احساسی خود را تنظیم کنیم. روزی پر از استرس در محل کار اغلب با صحبت کردن با شریک زندگی در خانه تسکین می‌یابد. اگر در رابطه با شریک زندگی یا فرزندان‌تان دوران سختی را سپری می‌کنید، ممکن است با حرف زدن با یک دوست نزدیک بتوانید آرامش پیدا کنید. اهمیت روابط، تنها یکی از درس‌های این مطالعه است اما شاید شگفت‌آورترین آن‌ها باشد. دیگر مؤلفه‌ها برای پیش‌بینی رفاه بلندمدت شامل مواردی است که با آن‌ها آشنا هستیم: پرهیز از سیگار، خودداری از مصرف الکل یا مواد مخدر، ورزش منظم و معاینات منظم پزشکی که همه به سلامت جسمی کمک می‌کنند و اثر مهمی بر خوشبختی دارند. مطالعه درباره خرسندی و خوشبختی بشر همچنان ادامه دارد، اما همان‌طور که والدینگر در یک سخنرانی در تِد گفت: «کسانی که بهترین وضعیت را داشتند، کسانی بودند که روی روابطشان سرمایه‌گذاری کردند».

اتاق مشاوره

پسر نوجوانم فقط دنبال عشق و حال است!

مادری هستم که یک پسر نوجوان دارم. درس‌خوان نیست. هرچه به او می‌گویم که به فکر آینده‌ات باش، گوش نمی‌دهد. می‌گوید می‌خواهم تا قبل از ۲۰ سالگی، عشق و حال کنم فقط! خیلی به آینده امیدواری الکی دارد. چه کنم؟

رمیسا ایزدپناه | کارشناس ارشد روان‌شناسی

تربیت فرزند

والد گرامی، گفته‌اید که پسرتان خیلی به آینده امیدواری الکی دارد. در ابتدا لازم است مشخص کنید که منظورتان از امید به آینده چیست و در ادامه تفاوت بین امید و توهم مشخص شود. فردی که امید به آینده دارد، برای خود برنامه‌ریزی می‌کند و طبق آن برنامه اقدام عملی را در دستور کارش قرار می‌دهد. از آن طرف، فردی که در توهم سیر می‌کند، تنها در ذهن خود چیزهایی را می‌پروراند و هیچ‌گاه به عمل منجر نمی‌شود. با این مقدمه و در ادامه، چند توصیه به شما داریم.

پسرتان در هویت‌یابی دچار تعارض شده است

در نظر داشته باشید که ۲۰ سالگی، مرحله ورود به دوره جوانی است و مشخصه این دوره، داشتن هدف و برنامه و برقراری روابط سالم با دیگران است. افرادی به سلامت از این مرحله عبور می‌کنند که در مرحله قبل یعنی دوره نوجوانی به کسب هویت سالم شخصیت پرداخته‌اند؛ تشکیل هویت عبارت است از: مشخص کردن چه کسی هستم و برای چه چیزی ارزش قائل‌ام و در زندگی دنبال چه هستم و در کدام مسیر می‌خواهم حرکت کنم، بنابراین اگر فرزندتان هیچ برنامه و هدفی ندارد و فقط دنبال وقت‌گذرانی است، احتمالا در مرحله هویت‌یابی دچار تعارض شده و لازم است از یک متخصص کمک بگیرید تا از این سردرگمی نجات یابد.

ویژگی‌های دوره نوجوانی را بشناسید

بخش عمده‌ای از هویت در دوران کودکی و نوجوانی در خانواده شکل می‌گیرد، بنابراین خانواده نقش مهمی در تحقق دستیابی به این هدف دارد. در دوره نوجوانی فرد سوالات زیادی را درباره ماهیت خود مطرح می‌کند و اگر خانواده به درستی به آن‌ها پاسخ نگوید، او از نظر هویت فردی، فرهنگی و خانوادگی دچار تزلزل می‌شود. نوجوانان بسیار پرسشگر و کاوشگرند، این ویژگی نشان دهنده سلامت روانی یک نوجوان است و اگر نوجوانی پرسشگر نباشد، نشان‌دهنده وجود اختلالاتی در اوست اما متاسفانه برخی خانواده‌ها با این روحیه نوجوانان به درستی برخورد نمی‌کنند.

به او نگویید که خیلی بی‌خیال هستی

با توجه به توضیحات‌تان، لازم است که چند توصیه را جدی بگیرید: در برخورد با پسر نوجوان‌تان ملایم و منطقی باشید، نظرات خود را به او تحمیل نکنید، به او نگویید که خیلی بی‌خیال هستی، تجارب موفقیت‌آمیزش را افزایش دهید، او را با الگوهای رفتاری مطلوب آشنا کنید و نسبت به عواطف و احساساتش بی‌تفاوت نباشید.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*خانه‌های قدیمی با این که امکاناتی مثل آسانسور، پکیج، کولرگازی، لباس‌شویی و ظرف‌شویی نداشتن، اما زندگی خیلی زیباتر و بدون استرس‌تر در آن‌ها جریان داشته. همین باعث می‌شده که آرامش بخش‌تر باشه.

*درباره مطلب «بعد هر وعده غذایی حداقل ۲ دقیقه راه بروید»، من این کار رو انجام میدم و خیلی خوبه. به هضم بهتر غذا هم کمک می‌کنه.

*شاید بعضی‌ها از این حرف من ناراحت بشن و حتی شاید خراسان هم چاپش نکنه ولی اگر خانم‌ها، معماری همه خانه‌ها رو انجام بدن، شهر خیلی قشنگ‌تر میشه.

*برای فرهنگ‌سازی در ارتباط با معلولان، بنویسید که خیره به آن‌ها نگاه نکنیم. زشت است و ناراحت می‌شوند.

*عکس‌های این خانه تاریخی در کاشان بسیار زیبا بود. لذت بردم. فقط مرمت حمامش به شیوه معماری قدیم نبود.

برگ سبز توپاتا کرونا به ش انتظامی ۹۴۴ن ۷۱ ایران ۱۲ شماره شاسی ۰۶۳۸۸۰۴TR۱۰۰ شماره موتور ۱۲۴۱۵۶۰۳۳۷ به نام محمدرضا عوضی فنود مفقود و فاقد اعتبار است ۹۹۰۱۲

برگ سبز موتورسیکلت هوندا ۱۲۵ باختر به ش انتظامی ۷۶۵-۶۵۱۷۶ش تنه NEA***۱۲۵۸۹۰۸۲۵۲۲ شماره موتور ۱۰۷۹۰۲۸*NEA به نام نبی موسای مفقود و فاقد اعتبار است ۹۹۰۳۴

برگ سبز و برگ کمپانی پراید مدل ۹۰ رنگ سفید به ش موتور ۴۲۰۳۷۰۸ش شاسی ۵۳۴۱۲۲۹۰۹۴۷۶۸۶ ش انتظامی ایران ۷۴- ۳۷۷ ص ۹۵ به نام غلامعلی یوسفی مفقود گردیده و از درجه اعتبار ساقط است. ۹۹۰۹۶

سند کمپانی برلیانس به ش انتظامی ۵۸ ج ۸۲۲ ایران ۳۶ ش شاسی ۱۰۱۳۲۲۷NAPH۳۲۰AAH ش موتور BM۱۵L*G۰۴۹۹۸۶ ب نام پوریا کریمی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۹۰۹۳

پروانه مسئول فنی نوبت صبح فیزیوتراپی در مانگاه شهید شوریده بنام فریبرز آمالی باکدملی ۰۶۵۱۷۱۲۴۹۱ به ش ۲۳۶۴۲۸-۴ به تاریخ ۱۴۰۰/۴/۲۹ و تاریخ اعتبار ۱۴۰۵/۰۴/۲۹ مفقود و فاقد اعتبار است ۹۸۹۷۶

برگ سبز پژو ROA مدل ۱۳۸۵ به ش انتظامی ۷۴ ایران ۴۸۱م ۵۶ به شماره شاسی ۱۵۴۰۲۶۷۷ موتور ۱۱۶۸۵۰۰۲۷۹۹ بنام هادی ابراهیمی سلمانی مفقود و فاقد اعتبار است. ۹۹۰۹۷

برگ سبز پژو ۴۰۵GLX-۱۶۰۰cc مدل ۱۳۹۱ به شماره انتظامی ۳۶ ایران ۷۷۸ ط ۵۹ به شماره شاسی ۱۳۹۹۰۰۱۷۴۸۷ و شماره موتور NAAM۳۱FC۴CK۳۵۶۲۱۴ بنام حمیرا درویشی مفقود و فاقد اعتبار است. ۹۹۱۰۶

مدرک دانشگاهی اینجانب مریم سلیمیان اول بجستانی فرزند رضا متولد ۱۳۷۸ به شماره ملی ۵۶۲۰۰۴۸۱۲۸ فارغ التحصیل ۱۴۰۰/۰۵/۲۲ کارشناسی روانشناسی عمومی دانشگاه آزاد اسلامی بجستان (واحد مشهد) مفقود و فاقد اعتبار است. ۹۹۱۰۷

برگ سبز خودرو ام وی ام ۳۱۵ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۱۴۷ ص ۸۲ شماره شاسی natfbamd۳۴۱۰۳۰۸۶۸ شماره موتور mvm۴۷۷fjaf۰۴۰۷۹۷ به نام محمد مقنی باقرآبادی مفقود و فاقد اعتبار است. ۹۹۱۰۰

مدرک فارغ التحصیلی اینجانب منصور شریفی فرزند فتح الله ش ش ۱۰۴۸۶ ص نیشابور در مقطع کارشناسی رشته معماری صادره از دانشگاه آزاد اسلامی نیشابور مفقود و فاقد اعتبار است. ۹۹۳۴

برگ سبز، سند کمپانی و کارت موتورسیکلت هیرمند CDI ۱۲۵ مدل ۱۳۸۷ به ش انتظامی ۱۹۵۳۳ مشهد ۱۵ شماره تنه ۱۵۶FM۱۳۲۰۹۵۳۵۴ NFZوش موتور ۱۲۵h۸۷۱۶۶۶۳ بنام محمود وطن دوست مفقود و فاقد اعتبار است. ۹۹۱۱۳

مدرک فارغ التحصیلی اینجانب منصور شریفی فرزند فتح الله ش ش ۱۰۴۸۶ ص نیشابور در مقطع کارشناسی رشته معماری صادره از دانشگاه آزاد اسلامی نیشابور مفقود و فاقد اعتبار است. ۹۹۳۴

برگ سبز خودرو پیکان به ش پلاک ایران ۱۲-۲۲۹ و ۱۴ شماره شاسی ۸۰۴۷۶۶۸۲ شماره موتور ۱۱۱۲۸۰۷۴۹۳۹ به نام جواد رجائی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۹۱۳۲

برگ سبز سمند ایکس ۷ مدل ۸۲ قرمز متالیک به ش پلاک ایران ۴۲-۵۴۹ج ۶۲ به ش شاسی ۸۲۲۰۲۶۶۷ به ش موتور ۳۲۹۰۸۲۰۳۰۱۷ بنام امیر مومن دررخته مفقود و فاقد اعتبار است ۹۹۱۹۸