جنجال چالش‌های دختران با مادرشان

توئیت یک کاربر درباره مادرش در فضای مجازی سروصدا به پا کرده و واکنش چند دین دختر نوجوان دیگر را به همراه داشته است؛ از رابطه مادر و دختری گفتیم

پرستو عادل صدیق | روان‌شناس

محوری

رابطه مادر و دختر یکی از مهم‌ترین پیوندهای زندگی است که بر سایر روابط فرد از جمله رابطه با همسر، تأثیر مستقیم دارد. این رابطه در دوران بلوغ، نوجوانی و جوانی دستخوش تغییراتی می‌شود که می‌تواند به اختلاف‌نظرها و فاصله‌های عاطفی منجر شود. در چنین شرایطی، درک متقابل و به‌کارگیری راهکارهای مناسب می‌تواند به حفظ و تقویت این پیوند عمیق کمک کند. به تازگی، توئیت کاربری در توئیتر درباره مادرش سروصدا به پا کرده است. او از افسردگی مادرش نوشته، از این که تقریبا چیزی برای مادرش اهمیت نداشته و این عادت به تک‌تک اعضای خانواده هم رسوخ کرده است. در ادامه چند توئیت را با هم مرور کرده و نکاتی درباره بهبود رابطه دختران نوجوان و مادرشان خواهیم گفت.

چند نمونه از توئیت‌های پربازدید در این باره

هانیه: «از وقتی یادم میاد مادرم افسرده بود. نه از اون افسرده‌هایی که گریه کنند یا همش بخوابند. از اون افسردگی‌هایی که هیچی براش مهم نبود، نه طعم غذا، نه بچه‌هاش، نه سر و وضع خودش، خونه‌اش، زندگیش. حالا ما هم همون جوری شدیم».

هلنا: «مامان من تا به حال تو عمرش به من نگفته خوشگل شدی یا این چیزی که خریدی قشنگه. از بچگی یه حسی دارم که من زشت‌ترین و بدلباس‌ترین آدم هر جمعی‌ام!»

خانم گزارشگر: «مامان من برای دختر بزرگش بلد نبود بعدا انگار یاد گرفت! برای مدرسه من همیشه از خونه خوراکی می‌بردم، خب زن تو که به من پول تو جیبی نمی‌دادی واقعا به ذهنت نمی‌رسید که این بدبخت چی کار باید بکنه؟ الان از خودم حرصم می‌گیره که چرا این قدر شرم داشتم؟»

رویا: «مادر منم افسردگی و اضطراب داشت و داره، کارای خونه رو انجام می‌داد، بهترین غذاها رو می‌پخت، خونه همیشه تمیز ولی مثل یه خدمتکار، روح نداشت. هیچ‌وقت بغلم نکرد، نبوسید، نخندید و ... منم با این که تمام تلاشم رو کردم شبیهش نشم ولی شدم...».

رایج‌ترین چالش‌های رابطه دختر و مادری

در دل‌های مطرح‌شده نشان می‌دهد که دختران نوجوان اغلب از کمبود درک متقابل، کنترل‌گری بیش از حد و نبود انعطاف در رفتار مادران خود شکایت دارند. این مسائل باعث کاهش صمیمیت و ایجاد دلخوری در روابط می‌شود. انتظارات دختران شامل احترام به استقلال، همدلی و درک احساسات و مشارکت در تصمیم‌گیری‌هاست. دوران نوجوانی فرصتی برای شکل‌گیری هویت و کسب استقلال است، اما تغییرات هورمونی و تلاش برای یافتن جایگاه شخصی، نوسانات خلقی و فاصله گرفتن از خانواده را هم به همراه دارد. از سوی دیگر، اگر مادران با چالش‌هایی مانند افسردگی یا نبود حمایت عاطفی مواجه باشند و نتوانند به‌درستی با نیازهای دخترانشان ارتباط برقرار کنند، این فاصله‌ها عمیق‌تر می‌شود. تفاوت‌های شخصیتی میان مادر و دختر (مثلاً مادر برون‌گرا و دختر درون‌گرا) نیز می‌تواند به تعارض‌هایی منجر شود. پذیرش این تفاوت‌ها و پرهیز از کنترل‌گری یا انتقاد مداوم، کلید حفظ رابطه‌ای سالم و صمیمانه است.

۶ راهکار مؤثر برای بهبود رابطه مادر و دختر

رابطه مادر و دختر ممکن است با چالش‌هایی مانند اختلاف‌نظر، نوسانات خلقی و تفاوت‌های شخصیتی مواجه شود اما با رویکردی همدلانه و همراهانه می‌توان پیوندی پایدار و قوی ایجاد کرد. مادران با بهره‌گیری از توصیه‌هایی که در ادامه مطرح می‌شود، می‌توانند مانع از تکرار چرخه‌های منفی در روابط شوند و پیوندی عمیق و مبتنی بر درک و محبت با دختران خود ایجاد کنند که تا دوران بزرگ‌سالی ادامه یابد.

۱ گفت‌وگوی صریح و بدون قضاوت

مادران باید فضایی ایجاد کنند که دختران بدون ترس از قضاوت درباره مسائل حساس مانند بدن، احساسات و تغییرات دوران بلوغ صحبت کنند. گفت‌وگوی صادقانه به دختران اعتمادبه‌نفس می‌دهد و آن‌ها را از احساس شرم دور می‌کند.

۲ گوش دادن فعال و همدلانه

شنیدن حرف‌های دختران بدون قضاوت و نصیحت، به آن‌ها احساس ارزشمندی می‌دهد. این همدلی نشان می‌دهد که مادر کنار فرزند خود است و او را درک می‌کند، حتی در مواجهه با شکست‌ها یا چالش‌ها.

۳ ابراز محبت و تشویق عاطفی

دختران به ابراز محبت کلامی و غیرکلامی نیاز دارند. جملاتی مانند «دوستت دارم» یا «به تو افتخار می‌کنم» و رفتارهایی مثل در آغوش گرفتن، به تقویت احساس ارزشمندی و صمیمیت در رابطه کمک می‌کند.

۴ احترام به استقلال و حریم شخصی

دوران نوجوانی، دوره‌ای است که دختران به دنبال استقلال هستند. مادران با احترام گذاشتن به حریم شخصی و مشارکت در تصمیم‌گیری‌های فرزند، به او اعتماد و از تنش‌های غیرضروری جلوگیری می‌کنند.

۵ مدیریت هیجانات و پرهیز از انتقال استرس

مادران باید مراقب باشند که مشکلات شخصی و خانوادگی بر رابطه‌شان با دختران اثر منفی نگذارد. سلامت روان مادر تأثیر مستقیمی بر کل خانواده دارد و در صورت لزوم، مشاوره یا روان‌درمانی می‌تواند به بهبود این وضعیت کمک کند.

۶ ایجاد لحظات مشترک و تجربه‌های معنادار

فعالیت‌های ساده مانند پیاده‌روی، تماشای فیلم یا آشپزی، فرصت‌هایی برای کاهش فاصله‌های عاطفی و تقویت پیوند مادر و دختر فراهم می‌کند. کیفیت این لحظات از مدت‌زمان آن‌ها مهم‌تر است.

روان شناسی

آیا می‌توانیم شخصیت‌مان را تغییر دهیم؟

آیا تا به حال شخصیت‌تان را آزموده‌اید؟ شاید پاسخ برخی از شما مثبت باشد و متوجه شده باشید که نتایج آزمون شما را در یکی از گونه‌های مختلف شخصیتی مانند برون‌گرا، درون‌گرا، شهودی یا احساسی قرار می‌دهد. به گزارش «ایندیپندنت»، برخی مدارس و سازمان‌ها به کمک این آزمون‌های شخصیت افراد را به سوی آینده شغلی ایده‌آل سوق می‌دهند اما مطالعات علم شخصیت مدرن می‌گوید قرار نیست تا آخر عمرتان با همان شخصیتی که با آن به دنیا آمده‌اید، زندگی کنید.

شخصیت چه چیزهایی را دربرمی‌گیرد؟

آیا فردی هستید که به موقعیت‌های زندگی با بدبینی نگاه می‌کند یا این که نیمه‌پر لیوان را می‌بینید؟ آیا فرد دقیقه ۹۰ هستید و تا آخرین لحظه در انجام کار تعلل می‌کنید یا از قبل برنامه می‌ریزید و بعد سراغ انجام آن می‌روید؟ می‌توانید شخصیت را مجموعه‌ای از برچسب‌ها در نظر بگیرید که پاسخ‌های شما به این سوالات را در بر گیرد، بنابراین بسته به پاسخ‌های‌تان ممکن است به شما برچسب خوش‌بین، همدل یا قابل اعتماد بزنند. بنابر مطالعات، تمامی این برچسب‌های توصیفی را می‌توان در پنج مشخصه کلی خلاصه کرد؛ چیزی که روان‌شناسان آن را «پنج مشخصه بزرگ» می‌نامند. این کلمات عبارت‌اند از: روان‌رنجوری، برون‌گرایی، وظیفه‌شناسی، موافقت‌وهمراهی و گشودگی به تجربیات.

تغییر شخصیت دشوار به نظر می‌رسد

به یاد داشته باشید شخصیت؛ شیوه تفکر، احساسات و رفتار مشخص یک فرد است و با آن که تغییر شخصیت دشوار به نظر می‌رسد، افراد همواره قادرند نحوه تفکر، احساس و رفتارشان را تغییر دهند. برای مثال، فرض کنید که فرد چندان قابل اعتمادی نیستید، اگر اندیشیدن به این موضوع را شروع کنید که «با به موقع رفتن سر قرار با دوستانم، به آن‌ها احترام می‌گذارم»، قبل از دوستانتان سر قرار حاضر می‌شوید و احساس غرور و افتخار می‌کنید و رفتارهای جدید بروز می‌دهید که سروقت بودن شما را تقویت می‌کند؛ مانند برخاستن با زنگ ساعت یا برنامه‌ریزی دقیق. با همه این رفتارها شما در حال تجسم و ارائه ویژگی‌های یک فرد قابل اعتماد هستید و اگر این تغییرات را در طول زمان حفظ کنید، شخصیت شما تغییر خواهد کرد و فرد قابل اعتمادی می‌شوید. البته از تفاوت‌ها نباید غافل شد. برخی از افراد بسیار تغییر می‌کنند و برخی از افراد کاملا بی‌تغییرند. علاوه بر این، مطالعات به عامل مداخلات شخصیتی در تغییر ویژگی‌های فردی در طول زمان هم اشاره می‌کنند. به باور محققان، افراد می‌توانند با تغییرات عامدانه در تفکر و رفتارشان، بر سرعت تغییر شخصیت بیفزایند.

نکته ها

۶ رفتاری که باعث می‌شود طعمه دیگران شوید

۱- به شدت سازگار هستید
۲- نشانه‌های هشدار را نادیده می‌گیرید
۳- نیازهای دیگران را برتر از نیازهای خودتان قرار می‌دهید
۴- ارزش خودتان را نمی‌دانید
۵- از انتقاد می‌ترسید
۶- مرزهای واضح نمی‌گذارید

موفقیت

مقابله با «منفی‌بافی» با ۲ کلمه جادویی

حرف‌های همیشگی منفی که با خودمان می‌زنیم گاهی به سرعت برق از ذهن‌مان عبور می‌کنند اما گاهی همان جا می‌مانند و ما را از حرکت رو به جلو باز می‌دارند. به گزارش «راهنماتو»، بسیاری از آدم‌ها سعی می‌کنند که با تلاش برای انگیزه‌ایجاد کردن در خودشان گفتارهای درونی منفیِ «من نمی‌توانم و سخت است» را شکست بدهند. اما ابزار بهتر برای این کار، به گفته «تیم دیوید» کارشناس روابط انسانی، نفوذ است. او می‌گوید، ما حتی روی خودمان هم می‌توانیم نفوذ داشته باشیم و اثر بگذاریم.

تفاوت عملکرد انگیزه و نفوذ

انگیزه به جمله «سخت است» این طور پاسخ می‌دهد: «نه سخت نیست. آسونه. تصور کن (اصلاً تظاهر کن) که آسونه و می‌بینی که به طرز معجزه‌آسایی آسون می‌شه.» این کار اسمش «انکار کردن» است. اما نفوذ به جمله «این کار سخت است»، این طوری پاسخ می‌دهد: «بله سخت است اما من قوی و توانمند هستم.» همچنین انگیزه در پاسخ به «نمی‌توانم انجامش بدهم»، می‌گوید: «چرا می‌تونی!» این پاسخ یک بحث درونی راه می‌اندازد، برای همین است که خود درونی‌تان همه نقطه‌ضعف‌هایش را کاوش می‌کند تا حتی این جمله را اثبات کند و بگوید: «دیدی گفتم نمی‌تونم». اما نفوذ در پاسخ به عبارت: «نمی‌توانم انجامش بدهم»، می‌گوید: «هنوز نمی‌توانی!» این یک ذهنیت است که دوباره واقعیت را به رسمیت می‌شناسد. در این باره، دو واقعیت به رسمیت شناخته شده است که همزمان با هم وجود دارند: ۱. الان نمی‌تونی انجامش بدی ۲. در آینده قادر به انجامش خواهی بود.

قدرت جادویی ۲ کلمه «اما» و «هنوز نه»

انگیزه روی حال و هوای ما اثر می‌گذارد. نفوذ با هویت ما صحبت می‌کند. تغییر حال و هوا آسان‌تر از تغییر هویت است اما هویت اثر بسیار قوی‌تری روی رفتار دارد. پس قدرت جادویی دو کلمه «اما» و «هنوز نه» را دست کم نگیرید. به جای آن که روی موقعیت تمرکز کنید، روی خودتان تمرکز کنید. ما نمی‌توانیم شرایط را تغییر بدهیم اما واکنش‌مان به شرایط را می‌توانیم تغییر بدهیم.

از دنیای روان شناسی

افسردگی در کمین عاشقان شیرینی

براساس پژوهشی جدید، افرادی که به شیرینی‌جات علاقه وافری دارند، بیشتر در معرض خطر ابتلا به افسردگی، دیابت و بیماری‌های قلبی هستند. به گزارش «دیجیاتو»، در این پژوهش ۱۸۰ هزار نفر بررسی شدند و محققان از هوش مصنوعی برای بررسی داده‌ها بهره بردند.

بررسی اطلاعات ترجیحات غذایی ۱۸۰ هزار نفر

محققان دانشگاه ساری (Surrey) انگلیس، اطلاعات ترجیحات غذایی ۱۸۰ هزار داوطلب بریتانیایی را با هوش مصنوعی به سه گروه تقسیم کردند؛ گروه اول کسانی بودند که بیشتر سبزیجات و میوه می‌خوردند و مراقب تغذیه خود بودند. گروه دوم عموم غذاها، از گوشت و سبزیجات تا شیرینی و دسر را مصرف می‌کردند. گروه سوم هم که اصطلاحاً به آن‌ها شیرینی دوست یا SweetTooth گفته می‌شود عمدتاً غذاو نوشیدنی‌های شیرین را ترجیح می‌دادند و کمتر به میوه و سبزیجات علاقه‌مند بودند. محققان همچنین نمونه‌های خونی این ۱۸۰ هزار نفر را برای اندازه‌گیری ۲۹۲۳ پروتئین و ۱۶۸ متابولیت بررسی کردند تا ببینند این سطوح در هر گروه چگونه تغییر می‌کند. پروتئین‌ها یکی از اصلی‌ترین عناصر بدن ما هستند و وظایف مختلفی مانند مبارزه با عفونت‌ها، انقباض عضلات و تفکر را برعهده دارند. متابولیت‌ها هم مولکول‌های کوچکی هستند که در طول هضم و سایر فرایندهای شیمیایی در بدن تولید می‌شوند و می‌توانند چیزهای زیادی درباره عملکرد بدن به ما بگویند.

رابطه علاقه به شیرینی و سلامت روان

پروفسور «نوفار گایفمن»، نویسنده ارشد این پژوهش، می‌گوید: «به نظر می‌رسد غذاهایی که دوست دارید یا دوست ندارید مستقیم با سلامت جسم و روان شما ارتباط دارند. اگر غذاهای مورد علاقه شما کیک، شیرینی و نوشیدنی‌های شیرین باشد، نتایج مطالعه ما نشان می‌دهد که این‌ها ممکن است اثرات منفی بر سلامت شما داشته باشند. ما دریافتیم که گروه شیرینی‌دوست ۳۱ درصد بیشتر در معرض ابتلا به افسردگی هستند». به گفته پروفسور گیفمن، برعکس، گروهی که مراقب سلامتی خود بودند و مصرف فیبر بیشتری نیز داشتند، خطرات کمتری برای نارسایی قلبی، بیماری‌های مزمن کلیوی و سکته نشان دادند؛ گروهی هم که همه‌چیزخوار بودند، با خطرات سلامت جسمی و روانی متوسطی روبه‌رو بودند. یافته‌های این پژوهش در Journal of Translational Medicine منتشر شده است.

اتاق مشاوره

پسرم ابدا مشق‌هایش را تنهایی نمی‌نویسد

پسری ۹ ساله دارم. دوست دارم که یاد بگیرد خودش برای انجام تکالیف و خواندن درس‌هایش، برنامه‌ریزی کند و نیازی نباشد که من مدام در کنارش بنشینم و به او تذکر بدهم. ابدا مشق‌هایش را تنهایی نمی‌نویسد. چه کنم؟

صدیقه معدنی | کارشناس ارشد روان‌شناسی

تربیت فرزند

بسیاری از کودکان علاقه‌ای به انجام تکالیف مدرسه ندارند. در دوره‌ای که کودک‌تان می‌تواند تفریحات جذابی مانند بازی‌های رایانه‌ای یا برنامه‌های متنوع تلویزیونی را تماشا کند، شما نباید توقع داشته باشید او با علاقه‌مندی و اشتیاق و بدون حواس‌پرتی پای درس و مشق بنشیند. شما باید به عنوان پدر یا مادر احساس کودکی که اطرافش پر است از سرگرمی و اتفاقات هیجان‌انگیز را درک کنید. اما چند توصیه به شما دارم.

درباره انتظارات‌تان به توافق برسید

بهتر است کودک بداند بعد از آمدن از مدرسه چه کاری باید انجام دهد. اگر مایل است اول تلویزیون ببیند و بعد به تکالیف خود بپردازد، این را تعیین کنید و با هم به توافق برسید. یا این که بهتر است بداند از او انتظار می‌رود بعد از یک چرت کوتاه شروع به انجام تکالیفش کند. سعی کنید انجام اولین تکلیف مدرسه را به یک خاطره خوب و جذاب و توام با نشاط تبدیل کنید. وقتی به بچه‌ها امکان انتخاب داده می‌شود، بهتر عمل می‌کنند چرا که احساس می‌کنند کنترل بیشتری بر زندگی خود دارند.

برنامه منظم تهیه کنید

با کمک فرزند خود یک برنامه منظم برای انجام تکالیف تهیه کنید. برنامه را در یک محل مناسب و در دید او نصب کنید. در مقابل هر روز که تکلیف آن را به موقع، خوب و دقیق انجام داده یک علامت بزنید و در آخر هفته اگر تکالیف خود را خوب انجام دهد و با توجه به تعداد ستاره‌ها، جایزه‌ای به او بدهید. به این ترتیب عملکرد کودک دایم جلوی چشم او قرار دارد و مسئولیت‌پذیری او هم تقویت می‌شود. به تدریج می‌توانید تعداد ستاره‌ها را برای دریافت جایزه افزایش دهید. مثلا اگر در آغاز برنامه به ازای هر هفت ستاره می‌توانست جایزه کسب کند، در مراحل بعد به ازای هر ۱۴ ستاره می‌تواند به جایزه مدنظر برسد.

مکانی مناسب برای انجام تکالیفش فراهم کنید

کودک را از محیطی پر از وسایل بازی و برهم‌زننده تمرکز دور کنید. اتاقی که او در آن درس می‌خواند نباید شلوغ و پررفت‌وآمد باشد. هر چیزی که او را وسوسه می‌کند، از اتاقش دور کنید. اگر صدای تلویزیون حواس کودک را پرت می‌کند، برای مدتی تلویزیون را خاموش کنید. البته این نکته را فراموش نکنید که کودک باید یاد بگیرد در شرایط متفاوت و حتی گاهی نامناسب درس را بخواند اما برای شروع و برای ایجاد انگیزه این روش‌ها مناسب و ضروری هستند.

ما و شما

راه ارتباطی با زندگی سلام
پیامک ۲۰۰۰۰۹۹۹ و تلگرام ۰۹۳۵۴۳۹۴۵۷۶

*کنجکاو شدم تا نرم‌افزار صحبت با نسخه ۶۰ ساله خودم رو نصب کنم! تجربه متفاوت و هیجان‌انگیزی به‌نظر میاد. مربوط به پرونده «گردو خاک هوش مصنوعی در جهان».

*هنوز عوارض آخرین باری که کرونا گرفتم، در بدنم باقی مونده. دیگه تحمل سویه جدید امیکرون که در صفحه سلامت درباره‌اش نوشتین رو ندارم.

*اصلی‌ترین دلیل طلاق در سال اول ازدواج که بهش اشاره نکردین، اینه که دختر و پسرها با روش‌های غلطی با هم آشنا می‌شن و احساسی تصمیم به ازدواج می‌گیرن. این هم از عواقب ارتباط‌های نامناسب است.

*وضعیت پیشرفت هوش مصنوعی در کشور ما هم خوبه. فقط باید سرمایه‌گذاری بشه و به نخبه‌هامون اهمیت بدیم تا دستاوردهاشون، دنیا روشگفت‌زده کنه.

*می‌ایستیم، دانشمندها می‌گن خطرناکه. می‌شینیم، باز دوباره می‌گن خطرناکه. چی کار کنیم؟ فقط بخوابیم؟

سند کمپانی و برگ سبز سمند ایکس ۷ مدل ۹۱ به ش پلاک ایران ۴۲-۵٤۶۶۷٤ به ش موتور NAACN1CM1CF0121007 به ش شاسی ۱۲٤۹۰۳۲۰٤۲٤ بنام مهدی علیشاهی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۴۸

برگ سبز و سند کمپانی پژو پارس مدل ۱٤۰۱ به ش پلاک ایران ۱۲-۷٤۹۸۸۷ به ش شاسی ۹۹۸۵٤٤ به ش موتور ۱۶۷B۰۱۹۰۱۲٤ بنام حمید پیوندی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۷۸

برگ سبز خودرو پژو پارس Tu۵ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۸۵۹ س ۹۸ شماره شاسی NAAN11FE7KH5E15۳۸ شماره موتور ۱۳۹B۰۱٤۷۵۰۳ به نام سپیده ثانیان یزدی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۲۱

برگ سبز خودروی سواری ٤۰۵ جی ال ایکس آی ۱/۸ مدل ۸۵ به شماره انتظامی ۳۲-۱۶۳ط۱۵ به شماره موتور ۱۲٤۸۵۱۳۷۸۵۶ و شماره شاسی ۱۳۲٤٤۱۷۱ بنام زهرا اصغرزاده داودلی مفقود گردیده وفاقد اعتبار می باشد ۹۰۹۷۲

برگ سبز و سند کمپانی پژو پارس مدل ۱٤۰۱ به ش پلاک ایران ۱۲-۷٤۹۸۸۷ به ش موتور ۹۹۸۵٤٤ به ش شاسی ۱۶۷B۰۱۹۰۱۲٤ بنام حمید پیوندی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۷۸

سند کمپانی و برگ سبز سمند ایکس ۷ مدل ۹۱ به ش پلاک ایران ۴۲-۵٤۶۶۷٤ به ش موتور NAACN1CM1CF0121007 به ش شاسی ۱۲٤۹۰۳۲۰٤۲٤ بنام مهدی علیشاهی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۴۸

برگ سبز،سند کمپانی و کارت خودرو پراید مدل ۸۱ سفید به شماره پلاک: ۷۵۳ ق ۹۳ ایران ۴۲ و شماره شاسی S1٤۱۲۲۸۱۷۶۱۳۰۵ شماره موتور:۰۰۲۹۷۱۱۷ بنام سکینه عسکری مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۴۰

برگ سبز سند خودرو پراید ۱٤۱ مدل ۸۷ به شماره پلاک ۶۶۱ ق ۶۳۷ ایران ۷٤ به شماره شاسی S1٤۸۲۲۸۷۲٤۹۷۸۲ و شماره موتور ۲۳۸۹۱۷۲ به نام پوریا پیشاور مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۱

سند کمپانی و برگ سبز پیکان وانت مدل ۸۵ به ش پلاک ایران ۱۲-۹۷۶م۲۷ به ش شاسی ۱٤۱۰۰۷۰۲ به ش موتور ۱۱٤۸۵۰۰۰۷۹۹ بنام خدانظر نصیری مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۲

برگ سبز خودرو پاترول استیشین چهاردرب به شماره انتظامی ۵۲ ایران ۵۵٤ ج ۲٤ شماره شاسی ۷۰۰۹۱۶ شماره موتور ۵۶۱۲۹۷ به نام حمید کلثومی مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۶

برگ سبز مینی بوس بنز ۳۰۹ مدل ۱۳۶۲ آبی به شماره انتظامی ۳۶ ایران ۵۱۳ ع ۵۸ به شماره موتور ۳۳٤۹۱۱۱۰۰۷۵۹٤۲ و شماره شاسی ۳۷۹۳۹۱۵۰٤۱۲۵۳۷ بنام مهدی بهداد فر مفقود وفاقد اعتبار است ۹۱۰۱۹

گواهینامه پایان تحصیلات دوره کاردانی ناپیوسته مرکز آموزش علمی-کاربردی نهبندان رشته کاردانی حرفه ای حقوق-خدمات قضایی بنام مجتبی خزاعی فرزند عباسعلی به شماره ملی ۰۹۲۳۰۶۵٤۶۶ صادره از مشهد متولد ۱۳۷٤ مفقود و از درجه اعتبار ساقط می باشد. ۸۶۴۲۸

برگ سبز،سند کمپانی و کارت خودرو پراید مدل ۸۱ سفید به شماره پلاک: ۷۵۳ ق ۹۳ ایران ۴۲ و شماره شاسی S1٤۱۲۲۸۱۷۶۱۳۰۵ شماره موتور:۰۰۲۹۷۱۱۷ بنام سکینه عسکری مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۹۴۰

اصل برگ سبز تراکتور مدل ۱۳۶۱ به شماره انتظامی ۱۲ ایران ۸٤۲ ک ۴۳ به شماره موتور CD۵۵۳٤۷٤ و شماره شاسی ٤۶۸۱۰٤۱ بنام احمد رحیمی مفقود و فاقد اعتبار است. ۹۰۸۸

سند کمپانی و برگ سبز پژو روآ مدل ۸۷ به ش پلاک ایران ۱۲-۱۹۶ق ۱۳ بنام سیدمحمد میرزائی به ش موتور ۱۱۶۸۷۰۰۳۸۳۳ به ش شاسی NAAB۳۱۸A۱۸H۰۱۵۸۱۰ مفقود و فاقد اعتبار است ۹۰۸۷