



(رزومه)

## سوابق آموزشی، پژوهشی و عملی

### مشخصات فردی:

نام و نام خانوادگی: میلاد سبزه آرای لنگرودی  
سال تولد: ۱۳۶۶/۰۶/۳۰  
تلفن تماس (واتس‌آپ و تلگرام): ۰۹۳۸۳۴۷۵۳۳۴  
آدرس الکترونیکی:  
[m.sabzehara@gmail.com](mailto:m.sabzehara@gmail.com)  
[sabzehara@rahman.ac.ir](mailto:sabzehara@rahman.ac.ir)

### سوابق آموزشی:

کارشناسی: مدیریت بازرگانی، دانشگاه گیلان  
کارشناسی ارشد: روان‌شناسی عمومی، دانشگاه تهران  
دکتری: روان‌شناسی، دانشگاه محقق اردبیلی

### جوایز و تشویق‌ها:

جایزه طرح شهید صیاد شیرازی-بنیاد ملی نخبگان

### کتاب‌ها:

آرونو؛ ادوارد؛ آلتمن وایس، کیم و رزنیکوف، ماروین (۲۰۰۱). *راهنمای عملی آزمون اندریافت موضوع (TAT)*. ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی (۱۴۰۱). تهران: انتشارات اندیشه آگاه.

بلوم، پل (۲۰۲۱). *نقطه مطلوب (لذت‌های رنج و جستجوی معنا)*. ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی (۱۴۰۱). تهران: انتشارات اندیشه آگاه.

سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۴۰۱). *روان‌شناسی علم. گردآوری و ترجمه*. تهران: انتشارات ارجمند.

سولومون، شلدون؛ گرینبرگ، جف و پیزینسکی، تام (۲۰۱۵). *روان‌شناسی مرگ*. ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی (۱۴۰۱). تهران: انتشارات اندیشه آگاه.

کاسر، تیم (۲۰۰۱). *بهای سنگین مادی‌گرایی*. ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی، چاپ دوم (۱۳۹۹). تهران: انتشارات ققنوس.

کاسر، تیم (۲۰۱۳). *لوسی در ذهن جان لنون*. ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی (۱۴۰۰). تهران: انتشارات اندیشه آگاه.

هاردی، بنجامین (۲۰۲۲). *خود آینده‌ات باش*. ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی (۱۴۰۱). تهران: انتشارات اندیشه آگاه.

هری، یوهان (۲۰۲۲). *تمرکز از دست رفته*. ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی و علیرضا نظری انامق (۱۴۰۱). تهران: انتشارات اندیشه آگاه.

هوگود، می‌لینگ (۲۰۱۲). *اسکیموها چگونه فرزندانشان را تربیت می‌کنند* (ماجراهای فرزندپروری از آرژانتین تا تانزانیا). ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی (۱۴۰۰). تهران: انتشارات اندیشه آگاه.

هیوز، ایان (۲۰۱۸). *ذهن‌های آشفته* (چگونه شخصیت‌های خطرناک دموکراسی را از بین می‌برند). ترجمه میلاد سبزه آرای لنگرودی (۱۴۰۱). تهران: انتشارات اندیشه آگاه.

### مقالات در مجلات داخلی:

افخمی، سارا؛ ملکی پیربازاری، معصومه و سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۴۰۲). مدل علی رابطه بین سوء استفاده جسمی و عاطفی والدین و اضطراب اجتماعی زنان با گری محرومیت هیجانی. *رویش روان‌شناختی، زیرچاپ*.

سبزه آرای لنگرودی، میلاد؛ ابوالقاسمی، عباس و محمدی، مصطفی (۱۳۹۳). بررسی فرضیه‌های بنیادین نظریه مدیریت وحشت. *فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۴ (۱۳)، ۴۵-۳۱.

سبزه آرای لنگرودی، میلاد؛ سرافراز، مهدی‌رضا و قربانی، نیما (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی مقیاس وابستگی‌های ارزش خود. *فصلنامه اندیشه‌های نوین تربیتی*، ۱۰ (۱)، ۱۴۲-۱۲۲.

سبزه آرای لنگرودی، میلاد؛ سرافراز، مهدی‌رضا و قربانی، نیما (۱۳۹۳). بررسی ویژگی‌های روان‌سنجی شاخص آرزو. *فصلنامه مطالعات روان‌شناختی*، ۱۱ (۱)، ۹۷-۱۱۴.

سبزه آرای لنگرودی، میلاد؛ محمدی، مصطفی؛ طالعی، علی و مهری، یدالله (۱۳۹۳). مولفه‌های سلامت روانی و اضطراب امتحان در دانش‌آموزان استعدادهای درخشان و عادی. *فصلنامه پژوهش‌های کاربردی روان‌شناختی*، ۵ (۳)، ۱۷-۱.

سبزه آرای لنگرودی، میلاد؛ حاجلو، نادر؛ بشرپور، سجاد و ابوالقاسمی، عباس (۱۳۹۵). اثر آزمایشگاهی اضطراب مرگ بر پیگیری ارزشها و آرزوهای ناسالم. *فصلنامه پژوهش‌های روان‌شناسی اجتماعی*، ۷ (۲۳)، ۲۰-۱.

سبزه آرای لنگرودی، میلاد؛ حاجلو، نادر؛ بشرپور، سجاد و ابوالقاسمی، عباس (۱۳۹۵). مرگ‌آگاهی تجربه‌ای بیدارکننده: دو مطالعه بر اضطراب مرگ و ارزش‌گذاری آرزوهای بیرونی. *فصلنامه پژوهش سلامت در روان‌شناختی*، ۱۰ (۴)، ۳۰-۲۰.

فروغی، زهرا و سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۳۹۸). نقش پیش‌بینی‌کنندگی آرزوها، شفقت خود، حرمت خود و خودشناسی در اضطراب مرگ دانشجویان. *فصلنامه سلامت اجتماعی*، ۷ (۱)، ۵۷-۶۶.

کمالی تبریزی، پروین؛ ملکی پیربازاری، معصومه و سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۴۰۲). مدل علی رابطه جو عاطفی خانواده و مشکلات رفتاری کودکان پیش‌دبستانی با میانجی‌گری حمایت اجتماعی. *رویش روان‌شناختی*، ۱۲ (۸)، ۱۷۱-۱۸۰.

محمدی، مصطفی؛ نوری مقدم، ثنا؛ شهسوارانی، امیرمحمد و سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۳۹۲). مقایسه رابطه حرمت خود با سلامت روانی در پیش‌بینی اضطراب مرگ. *مجله علوم روان‌شناختی*، ۱۲ (۴۷)، ۲۳-۵.

مهری، یدالله؛ قربانی، نیما و سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۳۹۱). رابطه بین ارضا نیازهای بنیادین روان‌شناختی، خودشناسی انسجامی، بهوشیاری، شفقت خود، خود مهارگری و شاخص‌های سلامت روان با

عملکرد شغلی معلمان. مجله تازه‌های روانشناسی صنعتی و سازمانی (فصلنامه روانشناسی تحلیلی شناختی)، ۳ (۱۱)، ۹-۲۰.

- Baghizade, R., Maleki Pirbazari, M., & SabzehAra Langaroudi, M. (2023). The Effectiveness of Mindfulness Group Training on Psychological Well-being, Alexithymia and Marital Burnout. *Journal of Modern Psychology*.
- Elahi, K., Maleki Pirbazari, M., & Sabzeara, M. (2021). Predicting Anxiety level for COVID 19 based on Mindfulness and Resilience. *Journal of Modern Psychology*, 1(2), 50-61.
- JaliliParvar, S., SabzehAra Langaroudi, M., & Maleki Pirbazari, M. (2022). The Effectiveness of Family Education on Digital Game Addiction. *Journal of Modern Psychology*, 2(1), 11-20.
- Javanmard Kamel, E., SabzehAra Langaroudi, M., & Maleki Pirbazari, M. (2023). The relationship of Parent-child Interaction, Sense of security, Entitlement Schema and Adjustment with Mediating Role of Resilience. *Journal of Modern Psychology*.
- Mokhtari, S., SabzehAra Langaroudi, M., & Maleki Pirbazari, M. (2022). Qualitative Study of Biological, Psychological, Social and Spiritual Needs in Chronic Mental Patients. *Journal of Modern Psychology*, 2(2), 11-24.
- Tanhaei Dilmaghani, P., Maleki Pirbazari, M., & SabzehAra Langaroudi, M. (2022). A Causal Model of Relationship between Basic Psychological Needs and Academic Resilience: The Mediating Role of Ambiguity Tolerance in Online Education. *Journal of Modern Psychology*.

#### مقالات در مجلات اسکوپوس و ISI:

- Ahadi, F., Khosravi, T., Ansariniaki, M., & Langaroudi, M. S. (2015). Self-knowledge and mental well-being in Iranian university students. *International Journal of Academic Research*, 7(1).
- Ahadi, F., Khosravi, T., Ansariniaki, M., & Langaroudi, M. S. (2015). IMPLICIT-EXPLICIT SELF-ESTEEM AND TEST ANXIETY IN IRANIAN GIFTED STUDENT. *International Journal of Academic Research*, 7(1).
- Ahmadi, K., Ghanei, M., & Sabzehara Langaroudi, M. (2020). Knowledge Production Model in Psychology. *Pakistan journal of medical and health sciences*, 14(2), 208-1216.
- Anamagh, A. N., Sabzehara Langaroudi, M., & Seyedi Asl, S. T. (2020). Two studies on death anxiety and personal aspirations. *Pakistan journal of medical and health science*, 19(1), 1217-1220.
- Khosravi, M., Asl, S. T. S., Anamagh, A. N., Langaroudi, M. S., Moharami, J., & Ahmadi, S. & Kasaeiyan, R. (2023). Parenting styles, maladaptive coping styles, and disturbed eating attitudes and behaviors: a multiple mediation analysis in patients with feeding and eating disorders. *PeerJ*, 10:11:e14880.
- Sabzehara, M., Ferguson, Y. L., Sarafraz, M. R., & Mohammadi, M. (2014). An investigation of the associations between contingent self-worth and aspirations among Iranian university students. *The Journal of social psychology*, 154(1), 59-73.

#### مقالات در همایش‌های داخلی و خارجی:

- جاوید، طاها؛ ملکی پیربازاری، معصومه و سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۴۰۰). مقایسه اضطراب مرگ، تاب آوری و بهزیستی ذهنی در زنان و مردان سالمند. هشتمین کنگره انجمن روانشناسی ایران.

داوودی، مریم؛ ملکی پیربازاری، معصومه و سبزه آرای لنگرودی، میلاد (۱۴۰۰). رابطه طرحواره های ناسازگار اولیه و تامین نیازهای مالی با رضایت زناشویی و نگرش به رابطه فرازناشویی. هشتمین کنگره انجمن روانشناسی ایران.

سبزه آرای لنگرودی، میلاد؛ محمدی، مصطفی و شهسوارانی، امیرمحمد (۱۳۸۹). چرایی نیاز انسان به حرمت خود از منظر نظریه مدیریت وحشت: دو مطالعه آزمایشگاهی. سومین کنگره انجمن روانشناسی ایران.

محمدی، مصطفی؛ فهیمی‌فر، آمنه؛ سبزه آرای لنگرودی، میلاد و علی‌محمدی، امیرحسین (۱۳۸۹). روش درمان مرور زندگی بر کاهش ترس از مرگ در بیماران مبتلا به سرطان. سومین کنگره انجمن روانشناسی ایران. محمدی، مصطفی؛ فهیمی‌فر، آمنه؛ سبزه آرای لنگرودی، میلاد و ظالعی، علی (۱۳۸۹). ترس از مرگ در بیماران مبتلا به سرطان تحت شیمی درمانی. سومین کنگره بین‌المللی مراقبت‌های حمایتی و تسکینی در سرطان.

ملکی پیربازاری، معصومه؛ سبزه آرای لنگرودی، میلاد و جاوید، ریحانه (۱۴۰۲). مقایسه میزان رضایت از زندگی و سلامت روان مادران متأهل و مطلقه کودکان مبتلا به اختلال طیف اوتیسم. اولین کنفرانس بین‌المللی و چهارمین همایش ملی مدیریت، روان‌شناسی و علوم رفتاری.

Mehri, Y., Salari, S. M., Langroudi, M. S., & Baharamizadeh, H. (2011). The relationship between differentiation of self and aspects of identity. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 733-737.

Sabzehara Langroudi, M., Bahramizadeh, H., & Mehri, Y. (2011). Schema therapy and family systems theory: The relationship between early maladaptive schemas and differentiation of self. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 634-638.

Sabzehara Langroudi, M., & Mohammadi, M. (2016). *How self-compassion interact to different type of aspirations and contingencies of self-worth?* 18th European Conference on Personality.