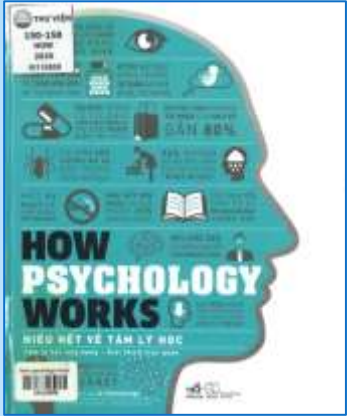


# HOW PSYCHOLOGY WORKS - HIỂU HẾT VỀ TÂM LÝ HỌC



Tác giả: Jo Hemmings (cố vấn biên tập); Trần Trương Phúc Hạnh dịch

Nhà xuất bản: Thế Giới

Nơi xuất bản: Hà Nội

Năm xuất bản: 2020

Môn loại: 150-158

Có nhiều cách tiếp cận khác nhau trong tâm lý học - ngành nghiên cứu khoa học về tâm trí loài người và cách các cá nhân hành xử. Tất cả đều tìm cách mở khóa tư duy, ký ức, và cảm xúc loài người. Dẫu các lý thuyết thịnh hành rồi lại lỗi thời, và các tìm tòi, thử nghiệm và nghiên cứu liên tục được triển khai, bản chất cốt lõi của tâm lý học vẫn là để lý giải hành vi của con người dựa trên cơ sở cơ chế vận hành của tâm trí.

Tâm lý học có mối liên hệ chặt chẽ đến cách chúng ta hiểu về tâm trí của chính bản thân, dẫn dắt chúng ta đến với sự tự nhận thức cao hơn về chính những suy tư và hành vi của mình. Bên cạnh việc mang đến cho chúng ta sự hiểu biết nền tảng về tất cả các lý thuyết, các chứng rối loạn, và phương pháp trị liệu khác nhau vốn cấu thành nên lĩnh vực nghiên cứu không ngừng biến đổi này, tâm lý học còn đóng vai trò hết sức to lớn trong đời sống hàng ngày của chúng ta.

**How psychology works - Hiểu hết về tâm lý học** bàn về mọi khía cạnh của tâm lý học - từ các học thuyết đến các phương pháp trị liệu, từ các vấn đề cá nhân đến những ứng dụng thực tế.

Cuốn sách được chia thành 4 phần:

- **Tâm lý học là gì?**

- **Các rối loạn tâm lý**

- **Các liệu pháp trị liệu chữa lành**

- **Tâm lý học trong thế giới thực**

**Trân trọng giới thiệu cuốn sách cùng bạn đọc!**