

# Psychology in Portuguese

181 words, from beginner to advanced.

| #  | WORD                                                                                                                                           | TRANSLATION                          | LEVEL |
|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|-------|
| 1  | <b>Percepção visual</b> B2<br><i>/pĩɾsɐ'sɛw̃ vizu'al/</i><br>a                                                                                 | Visual perception                    | C1    |
| 2  | <b>Introspecção</b> C1<br><i>/ĩtruʃpɐ'ksɛw̃/</i><br>a · pl. as introspecções                                                                   | Introspection                        | C1    |
| 3  | <b>Reciprocidade</b> C1<br><i>/ʁisipɾusi'dadi/</i><br>a                                                                                        | Reciprocity                          | C1    |
| 4  | <b>Amizade verdadeira</b> A2<br><i>/emi'zaðĩ viɾðe'ðejɾɐ/</i><br>a · pl. as amizades verdadeiras                                               | True friendship                      | B1–B2 |
| 5  | <b>Amizade à distância</b> B1<br><i>/emi'zaðĩ a diʃ'tɛsjɐ/</i><br>a · pl. as amizades à distância                                              | Long-distance friendship             | B1–B2 |
| 6  | <b>Relacionamento interpessoal</b> B2<br><i>/ʁilesjune'mẽtu ʔĩɾpisu'aʔ/</i><br>o · pl. os relacionamentos interpessoais                        | Interpersonal relationships          | C1    |
| 7  | <b>Relações interpessoais equilibradas</b> C1<br><i>/ʁile'sõjz ʔĩɾpisu'ajz ikili'βɾaðɐj/</i><br>a · pl. as relações interpessoais equilibradas | Balanced interpersonal relationships | C1    |
| 8  | <b>Trabalhar a inteligência emocional</b> B2<br><i>/trebe'ʎaɾ ɐ ʔĩli'ʒɛsjɐ imusju'nal/</i>                                                     | Working on emotional intelligence    | C1    |
| 9  | <b>Sentir-se bem</b> A1<br><i>/sẽ'tir si 'bẽj/</i>                                                                                             | Feeling good                         | A1–A2 |
| 10 | <b>Autoaceitação</b> C1<br><i>/,awtuɛsejte'sɛw̃/</i><br>a                                                                                      | Self-acceptance                      | C1    |
| 11 | <b>Tensão</b> B1<br><i>/tẽ'sɛw̃/</i><br>a · pl. as tensões                                                                                     | Tension                              | B1–B2 |
| 12 | <b>Nervosismo</b> B1<br><i>/nĩɾvu'zizmu/</i><br>o                                                                                              | Nervousness                          | B1–B2 |
| 13 | <b>Frustração</b> B2<br><i>/fruʃtɾɐ'sɛw̃/</i><br>a · pl. as frustrações                                                                        | Frustration                          | B1–B2 |
| 14 | <b>Angústia</b> B2<br><i>/ẽ'guʃtjɐ/</i><br>a · pl. as angústias                                                                                | Anguish                              | B1–B2 |
| 15 | <b>Instinto</b> B2<br><i>/ĩʃ'tĩtu/</i><br>o · pl. os instintos                                                                                 | Instinct                             | B1–B2 |

| #  | WORD                                                                                                                                       | TRANSLATION                        | LEVEL |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------|
| 16 | <b>Burnout</b> B2<br><i>/ˈbɛrnawt/</i><br>o                                                                                                | Burnout                            | B1–B2 |
| 17 | <b>Psicólogo</b> B1<br><i>/psiˈkɔlugu/</i><br>o · pl. os psicólogos                                                                        | Psychologist                       | B1–B2 |
| 18 | <b>Manipulação emocional</b> B2<br><i>/menipuleˈsẽw̃ imusjuˈnaʎ/</i><br>a · pl. as manipulações emocionais                                 | Emotional manipulation             | C1    |
| 19 | <b>Compaixão</b> B2<br><i>/kõpejˈfẽw̃/</i><br>a                                                                                            | Compassion                         | B1–B2 |
| 20 | <b>Ansiedade</b> B1<br><i>/ẽsjĩˈðaðĩ/</i><br>a · pl. as ansiedades                                                                         | Anxiety                            | B1–B2 |
| 21 | <b>Perturbação de ansiedade</b> B2<br><i>/pĩrturbeˈsẽw̃ dĩ ẽsjĩˈðaðĩ/</i><br>a · pl. as perturbações de ansiedade                          | Anxiety disorder                   | C1    |
| 22 | <b>Perturbação do humor</b> C1<br><i>/pĩrturbeˈsẽw̃ du uˈmor/</i><br>a · pl. as perturbações do humor                                      | Mood disorder                      | C1    |
| 23 | <b>Perturbação obsessivo-compulsiva</b> C1<br><i>/pĩrturbeˈsẽw̃ ɔbseˌsivu kõpuʎˈsive/</i><br>a · pl. as perturbações obsessivo-compulsivas | Obsessive-compulsive disorder      | C1    |
| 24 | <b>Comunicação não-violenta</b> B2<br><i>/kumunikeˈsẽw̃ ˌnẽw̃ viuˈlẽte/</i><br>a                                                           | Non-violent communication          | C1    |
| 25 | <b>Assertividade</b> C1<br><i>/esĩrtiviˈdadi/</i><br>a                                                                                     | Assertiveness                      | C1    |
| 26 | <b>Restaurar vínculos</b> C1<br><i>/ɐĩftewˈrar ˈvĩkuluf/</i>                                                                               | Restore bonds                      | C1    |
| 27 | <b>Ciúmes patológicos</b> C1<br><i>/siˈumĩf petuˈlɔʒikuf/</i><br>o · pl. os ciúmes patológicos                                             | Pathological jealousy              | C1    |
| 28 | <b>Introversão</b> C1<br><i>/ĩtruvĩrˈsẽw̃/</i><br>a                                                                                        | Introversion                       | C1    |
| 29 | <b>Empoderamento emocional</b> C1<br><i>/ẽpuðĩreˈmẽtu imusiuˈnaʎ/</i><br>o                                                                 | Emotional empowerment              | C1    |
| 30 | <b>Cultivar a compreensão</b> B2<br><i>/kuʎtiˈvar e kõprjẽˈsẽw̃/</i>                                                                       | Cultivating understanding          | C1    |
| 31 | <b>Exercer a escuta ativa</b> B2<br><i>/izĩrˈser e ifˈkute eˈtive/</i>                                                                     | Practicing active listening        | C1    |
| 32 | <b>Desenvolver escuta compassiva</b> C1<br><i>/dizẽvolˈver ifˈkute kõpeˈsive/</i>                                                          | Developing compassionate listening | C1    |

| #  | WORD                                                                                                                                 | TRANSLATION                      | LEVEL |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|-------|
| 33 | <b>Trazer leveza às relações</b> B2<br><i>/tre'zer li'veze aʒ ɾile'sõʃʃ/</i>                                                         | Bring lightness to relationships | C1    |
| 34 | <b>Trazer harmonia para o convívio</b> B2<br><i>/tre'zer ermu'nie pere u kõ'vivju/</i>                                               | Bring harmony to shared life     | C1    |
| 35 | <b>Dar espaço</b> B1<br><i>/'dar iʃ'pasu/</i>                                                                                        | Give someone space               | B1–B2 |
| 36 | <b>Relacionamentos transformadores</b> C1<br><i>/ɾilesjune'mêtuʃ trẽʃfurme'ðorijʃ/</i><br>o · pl. os relacionamentos transformadores | Transformative relationships     | C1    |
| 37 | <b>Lealdade</b> B2<br><i>/ljal'dadi/</i><br>a                                                                                        | Loyalty                          | B1–B2 |
| 38 | <b>Intimidade</b> B2<br><i>/ĩtimi'dadi/</i><br>a                                                                                     | Intimacy                         | B1–B2 |
| 39 | <b>Relacionamento saudável</b> B1<br><i>/ɾilesjune'mêtu sew'ðaveɫ/</i><br>o · pl. os relacionamentos saudáveis                       | Healthy relationship             | B1–B2 |
| 40 | <b>Relacionamento tóxico</b> B2<br><i>/ɾilesjune'mêtu 'tɔksiku/</i><br>o · pl. os relacionamentos tóxicos                            | Toxic relationship               | B1–B2 |
| 41 | <b>Limites pessoais</b> B2<br><i>/li'mitij pisu'ajʃʃ/</i><br>o · pl. os limites pessoais                                             | Personal limits                  | B1–B2 |
| 42 | <b>Relações familiares</b> B1<br><i>/ɾile'sõʃʃ femili'ariʃʃ/</i><br>a · pl. as relações familiares                                   | Family relationships             | B1–B2 |
| 43 | <b>Relacionamento amoroso</b> B1<br><i>/ɾilesjune'mêtu emu'rozu/</i><br>o · pl. os relacionamentos amorosos                          | Love relationship                | B1–B2 |
| 44 | <b>Depressão</b> B1<br><i>/dĩpɾi'sẽw̃/</i><br>a · pl. as depressões                                                                  | Depression                       | B1–B2 |
| 45 | <b>Amizade</b> A2<br><i>/emi'zaði/</i><br>a · pl. as amizades                                                                        | Friendship                       | A1–A2 |
| 46 | <b>Estar aberto a novas experiências</b> B1<br><i>/ij'tar e'bɛɾtu e 'nɔvez iʃpɾi'ẽsjeʃʃ/</i>                                         | Be open to new experiences       | B1–B2 |
| 47 | <b>Construir confiança</b> B2<br><i>/kõʃtru'ir kõfi'ẽse/</i>                                                                         | Building trust                   | B1–B2 |
| 48 | <b>Empatia</b> B2<br><i>/ẽpe'tie/</i><br>a                                                                                           | Empathy                          | B1–B2 |
| 49 | <b>Autocontrole</b> B2<br><i>/,awtukõ'trolu/</i><br>o                                                                                | Self-control                     | B1–B2 |

| #  | WORD                                                                      | TRANSLATION         | LEVEL |
|----|---------------------------------------------------------------------------|---------------------|-------|
| 50 | <b>Autoconfiança</b> B2<br><i>/,awtukõfi'ẽse/<br/>a</i>                   | Self-confidence     | B1-B2 |
| 51 | <b>Autoestima</b> B2<br><i>/,awtuiʃ'time/<br/>a</i>                       | Self-esteem         | B1-B2 |
| 52 | <b>Confiança</b> B1<br><i>/kõfi'ẽse/<br/>a</i>                            | Trust               | A1-A2 |
| 53 | <b>Perdão</b> A2<br><i>/pi:r'dẽw̃/<br/>o · pl. os perdões</i>             | Forgiveness         | A1-A2 |
| 54 | <b>Mente</b> B1<br><i>/'mẽti/<br/>a · pl. as mentes</i>                   | Mind                | A1-A2 |
| 55 | <b>Sentimento</b> A2<br><i>/sẽti'mẽtu/<br/>o · pl. os sentimentos</i>     | Feeling             | A1-A2 |
| 56 | <b>Humor</b> A2<br><i>/u'mor/<br/>o · pl. os humores</i>                  | Mood                | A1-A2 |
| 57 | <b>Esperança</b> A2<br><i>/iʃpi'rẽse/<br/>a · pl. as esperanças</i>       | Hope                | A1-A2 |
| 58 | <b>Desejo</b> A2<br><i>/di'zeʒu/<br/>o · pl. os desejos</i>               | Desire              | A1-A2 |
| 59 | <b>Vontade</b> A2<br><i>/võ'tadi/<br/>a · pl. as vontades</i>             | Will                | A1-A2 |
| 60 | <b>Stress</b> B1<br><i>/'ʃtres/<br/>o</i>                                 | Stress              | A1-A2 |
| 61 | <b>Necessidade</b> A2<br><i>/nisisi'dadi/<br/>a · pl. as necessidades</i> | Need                | A1-A2 |
| 62 | <b>Estabelecer rotina</b> B1<br><i>/iʃtebili'ser ɐu'tine/</i>             | Establish a routine | B1-B2 |
| 63 | <b>Equilíbrio</b> B1<br><i>/iki'libɾju/<br/>o · pl. os equilíbrios</i>    | Balance             | B1-B2 |
| 64 | <b>Pensamento positivo</b> B1<br><i>/pẽse'mẽtu puzi'tivu/<br/>o</i>       | Positive thinking   | B1-B2 |
| 65 | <b>Pensamento negativo</b> B1<br><i>/pẽse'mẽtu nige'tivu/<br/>o</i>       | Negative thinking   | B1-B2 |

| #  | WORD                                                                                                | TRANSLATION                  | LEVEL |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|-------|
| 66 | <b>Reflexão</b> B2<br><i>/ʁiflɛ'ksɐ̃w/</i><br>a · pl. as reflexões                                  | Reflection                   | B1–B2 |
| 67 | <b>Terapia</b> B1<br><i>/tʁiɐ'piɐ/</i><br>a · pl. as terapias                                       | Therapy                      | B1–B2 |
| 68 | <b>Terapia de casal</b> B2<br><i>/tʁiɐ'piɐ dɨ ke'zal/</i><br>a · pl. as terapias de casal           | Couple therapy               | B1–B2 |
| 69 | <b>Respeito mútuo</b> B1<br><i>/ʁɨf'pejtu 'mutuu/</i><br>o                                          | Mutual respect               | B1–B2 |
| 70 | <b>Cooperação</b> B1<br><i>/kuupɐɾe'sɐ̃w/</i><br>a                                                  | Cooperation                  | B1–B2 |
| 71 | <b>Desentendimentos</b> B2<br><i>/dizɛ̃tɛ̃di'mɛ̃tuʃ/</i><br>o · pl. os desentendimentos             | Disagreements                | B1–B2 |
| 72 | <b>Reconciliação</b> B2<br><i>/ʁikõsilje'sɐ̃w/</i><br>a · pl. as reconciliações                     | Reconciliation               | B1–B2 |
| 73 | <b>Aceitação</b> B1<br><i>/ɐsɐjte'sɐ̃w/</i><br>a                                                    | Acceptance                   | B1–B2 |
| 74 | <b>Julgamento</b> B2<br><i>/ʒuʎɐ'mɛ̃tu/</i><br>o · pl. os julgamentos                               | Judgment                     | B1–B2 |
| 75 | <b>Entender o ponto de vista</b> B1<br><i>/ɛ̃tɛ̃'dɐɾ u 'põtu dɨ 'viʃtɐ/</i>                         | Understand the point of view | B1–B2 |
| 76 | <b>Rompimento</b> B2<br><i>/ʁõpi'mɛ̃tu/</i><br>o · pl. os rompimentos                               | Break-up                     | B1–B2 |
| 77 | <b>Fim de relação</b> B1<br><i>/'fi dɨ ʁɨle'sɐ̃w/</i><br>o · pl. os fins de relação                 | End of relationship          | B1–B2 |
| 78 | <b>Amizade superficial</b> B2<br><i>/emi'zaõɨ supɨrfi'sjal/</i><br>a · pl. as amizades superficiais | Superficial friendship       | B1–B2 |
| 79 | <b>Amizades duradouras</b> B1<br><i>/emi'zaõɨʒ dɐɾɐ'ðowɾɐj/</i><br>a · pl. as amizades duradouras   | Lasting friendships          | B1–B2 |
| 80 | <b>Sentir-se confiante</b> B1<br><i>/sɛ̃'tir sɨ kõfi'ɛ̃ti/</i>                                      | Feeling confident            | B1–B2 |
| 81 | <b>Sentir-se bem consigo mesmo</b> B1<br><i>/sɛ̃'tir sɨ 'bɛ̃j kõ'sigu 'mezmu/</i>                   | Feeling good about yourself  | B1–B2 |
| 82 | <b>Motivação</b> B1<br><i>/mutive'sɐ̃w/</i><br>a · pl. as motivações                                | Motivation                   | B1–B2 |

| #  | WORD                                                                                                                     | TRANSLATION                    | LEVEL |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|-------|
| 83 | <b>Psiquiatra</b> B2<br><i>/psi'kjatɾɐ/<br/>o/a · pl. os/as psiquiatras</i>                                              | Psychiatrist                   | B1-B2 |
| 84 | <b>Ter disciplina com os horários</b> B1<br><i>/'tɛr diʃi'pline kũ uz ɔ'rarjuʃ/</i>                                      | Be disciplined about schedules | B1-B2 |
| 85 | <b>Intuição</b> B2<br><i>/ĩtuʃ'sẽw̃/<br/>a · pl. as intuições</i>                                                        | Intuition                      | B1-B2 |
| 86 | <b>Ciúmes</b> B1<br><i>/si'umĩʃ/<br/>o · pl. os ciúmes</i>                                                               | Feelings of jealousy           | B1-B2 |
| 87 | <b>Carência</b> B2<br><i>/kɛ'rɛsjɐ/<br/>a · pl. as carências</i>                                                         | Lack                           | B1-B2 |
| 88 | <b>Indiferença</b> B2<br><i>/ĩdifi'rɛsɐ/<br/>a</i>                                                                       | Indifference                   | B1-B2 |
| 89 | <b>Relações saudáveis</b> B1<br><i>/ɐĩlɛ'sõjʃ sɐw'ðavɛjʃ/<br/>a · pl. as relações saudáveis</i>                          | Healthy relationships          | B1-B2 |
| 90 | <b>Acolhimento</b> B2<br><i>/ɛkuʎi'mẽtu/<br/>o</i>                                                                       | Warm acceptance                | B1-B2 |
| 91 | <b>Cuidar da saúde mental</b> B1<br><i>/kuʃ'dar dɐ sɐ'udɨ mẽ'tal/</i>                                                    | Taking care of mental health   | B1-B2 |
| 92 | <b>Trabalho em equipa</b> A2<br><i>/trɐ'baʎu ɐ̃j i'kipe/<br/>o</i>                                                       | Teamwork                       | A1-A2 |
| 93 | <b>Solidariedade</b> B2<br><i>/sulidɐrʝi'dadi/<br/>a</i>                                                                 | Solidarity                     | B1-B2 |
| 94 | <b>Terapeuta</b> B1<br><i>/tʁɐ'pɛwte/<br/>o/a · pl. os/as terapeutas</i>                                                 | Therapist                      | B1-B2 |
| 95 | <b>Bem-estar</b> B1<br><i>/,bɐ̃j iʃ'tar/<br/>o</i>                                                                       | Well-being                     | B1-B2 |
| 96 | <b>Respeitar limites</b> B1<br><i>/ɐĩʃpɛj'tar li'mitiʃ/</i>                                                              | Respect boundaries             | B1-B2 |
| 97 | <b>Expressar sentimentos</b> B1<br><i>/iʃpɾi'sar sɛti'mẽtuʃ/</i>                                                         | Express feelings               | B1-B2 |
| 98 | <b>Entendimento mútuo</b> B2<br><i>/ɛtẽdi'mẽtu 'mutuu/<br/>o · pl. os entendimentos mútuos</i>                           | Mutual understanding           | B1-B2 |
| 99 | <b>Relacionamento de confiança</b> B2<br><i>/ɐĩlɛsjunɐ'mẽtu dɨ kõfi'ẽsɐ/<br/>o · pl. os relacionamentos de confiança</i> | Relationship of trust          | B1-B2 |

| #   | WORD                                                                                                           | TRANSLATION                       | LEVEL |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------|
| 100 | <b>Ambiente tóxico</b> B2<br><i>/ě'bjěti 'tɔksiku/</i><br>o · pl. os ambientes tóxicos                         | Toxic environment                 | B1-B2 |
| 101 | <b>Falar com honestidade</b> B1<br><i>/fe'lar kɔ unifti'dadi/</i>                                              | Speak honestly                    | B1-B2 |
| 102 | <b>Ser transparente</b> B2<br><i>/'ser trějpe'rěti/</i>                                                        | Be open and honest                | B1-B2 |
| 103 | <b>Lidar com frustrações</b> B2<br><i>/li'dar kɔ fruʃtre'sɔjʃ/</i>                                             | Dealing with frustrations         | B1-B2 |
| 104 | <b>Equilibrar lazer e obrigações</b> B2<br><i>/ikili'brar le'zer i ubrige'sɔjʃ/</i>                            | Balancing leisure and obligations | B1-B2 |
| 105 | <b>Cuidar da mente</b> B1<br><i>/kuj'dar de 'měti/</i>                                                         | Taking care of the mind           | A1-A2 |
| 106 | <b>Sentir-se confortável</b> A2<br><i>/sě'tir sɨ kɔfur'tavel/</i>                                              | Feeling comfortable               | B1-B2 |
| 107 | <b>Conhecimento de si</b> B2<br><i>/kuɲisi'mětu di 'si/</i><br>o                                               | Self-knowledge                    | B1-B2 |
| 108 | <b>Desequilíbrio emocional</b> B2<br><i>/diziki'librju imusju'nal/</i><br>o · pl. os desequilíbrios emocionais | Emotional imbalance               | B1-B2 |
| 109 | <b>Regulação emocional</b> C1<br><i>/vɨɣule'sěw imusju'naʃ/</i><br>a                                           | Emotional regulation              | B1-B2 |
| 110 | <b>Fadiga mental</b> B2<br><i>/fe'dige mě'tal/</i><br>a                                                        | Mental fatigue                    | B1-B2 |
| 111 | <b>Stress crónico</b> B2<br><i>/'ʃtres 'krɔniku/</i><br>o                                                      | Chronic stress                    | B1-B2 |
| 112 | <b>Aconselhamento</b> B2<br><i>/ekɔsiʎe'mětu/</i><br>o                                                         | Counseling                        | B1-B2 |
| 113 | <b>Apoio psicológico</b> B1<br><i>/e'poju psiku'ɔɰiku/</i><br>o                                                | Psychological support             | B1-B2 |
| 114 | <b>Comprometimento</b> B2<br><i>/kɔprumiti'mětu/</i><br>o                                                      | Commitment                        | B1-B2 |
| 115 | <b>Nojo</b> B1<br><i>/'noɰu/</i><br>o                                                                          | Disgust                           | A1-A2 |
| 116 | <b>Relaxamento</b> B1<br><i>/vɨleʃe'mětu/</i><br>o                                                             | Relaxation                        | A1-A2 |
| 117 | <b>Respeitar o outro</b> A2<br><i>/vɨʃpej'tar u 'otru/</i>                                                     | Respecting others                 | A1-A2 |

| #   | WORD                                                                                                           | TRANSLATION               | LEVEL |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------|
| 118 | <b>Cuidar de si mesmo</b> A2<br><i>/kuj'dar di si 'mezmu/</i>                                                  | Taking care of yourself   | A1-A2 |
| 119 | <b>Autoconhecimento</b> C1<br><i>/,awtukunisi'mētu/</i><br>o                                                   | Self-knowledge            | B1-B2 |
| 120 | <b>Identidade</b> B1<br><i>/idėti'dadi/</i><br>a · pl. as identidades                                          | Identity                  | B1-B2 |
| 121 | <b>Habilidades sociais</b> B2<br><i>/ebili'dadiʃ su'sjaʃ/</i><br>a · pl. as habilidades sociais                | Social skills             | B1-B2 |
| 122 | <b>Dependência emocional</b> B2<br><i>/dipě'dėsje imusju'naʃ/</i><br>a                                         | Emotional dependence      | B1-B2 |
| 123 | <b>Relação profissional</b> B1<br><i>/vile'sěw prufisju'naʃ/</i><br>a · pl. as relações profissionais          | Professional relationship | B1-B2 |
| 124 | <b>Inteligência emocional</b> B2<br><i>/itili'zėsje imusju'nal/</i><br>a                                       | Emotional intelligence    | B1-B2 |
| 125 | <b>Habilidades de escuta</b> B2<br><i>/ebili'dadiʒ di iʃ'kute/</i><br>a · pl. as habilidades de escuta         | Listening skills          | B1-B2 |
| 126 | <b>Diálogo construtivo</b> B2<br><i>/'djalugu kōʃtru'tivu/</i><br>o · pl. os diálogos construtivos             | Constructive dialog       | B1-B2 |
| 127 | <b>Tomada de decisão</b> B2<br><i>/tu'made di diʃi'zěw/</i><br>a · pl. as tomadas de decisão                   | Decision-making           | B1-B2 |
| 128 | <b>Presença marcante</b> B2<br><i>/pri'zěse mer'kėti/</i><br>a · pl. as presenças marcantes                    | Strong presence           | B1-B2 |
| 129 | <b>Rede de apoio</b> B1<br><i>/'vedi di e'poju/</i><br>a · pl. as redes de apoio                               | Support network           | B1-B2 |
| 130 | <b>Resiliência</b> C1<br><i>/vızili'ėsje/</i><br>a                                                             | Resilience                | B1-B2 |
| 131 | <b>Autoimagem</b> C1<br><i>/,awtui'maʒěj/</i><br>a · pl. as autoimagens                                        | Self-image                | B1-B2 |
| 132 | <b>Autoimagem positiva</b> C1<br><i>/,awtui'maʒěj puzi'tive/</i><br>a · pl. as autoimagens positivas           | Positive self-image       | B1-B2 |
| 133 | <b>Expressão de sentimentos</b> B1<br><i>/iʃpri'sěw di sėti'mētuʃ/</i><br>a · pl. as expressões de sentimentos | Expression of feelings    | B1-B2 |

| #   | WORD                                                                                                            | TRANSLATION             | LEVEL |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-------|
| 134 | <b>Maturidade emocional</b> B2<br><i>/meturi'dadi imusju'nat/</i><br>a                                          | Emotional maturity      | B1-B2 |
| 135 | <b>Negociação</b> B1<br><i>/nigusje'sẽw/</i><br>a · pl. as negociações                                          | Negotiation             | B1-B2 |
| 136 | <b>Desenvolvimento pessoal</b> B2<br><i>/dizẽvolvi'mẽtu pisu'al/</i><br>o                                       | Personal development    | B1-B2 |
| 137 | <b>Conflitos interpessoais</b> B2<br><i>/kõ'flituz itirpisu'ajf/</i><br>o · pl. os conflitos interpessoais      | Interpersonal conflicts | B1-B2 |
| 138 | <b>Mediação</b> B2<br><i>/midje'sẽw/</i><br>a · pl. as mediações                                                | Mediation               | B1-B2 |
| 139 | <b>Vínculos afetivos</b> B2<br><i>/'víkuluz efe'tivuʃ/</i><br>o · pl. os vínculos afetivos                      | Emotional bonds         | B1-B2 |
| 140 | <b>Vulnerabilidade</b> C1<br><i>/vuʎnirebili'dadi/</i><br>a · pl. as vulnerabilidades                           | Vulnerability           | B1-B2 |
| 141 | <b>Sessão individual</b> B1<br><i>/si'sẽw idividu'aʎ/</i><br>a · pl. as sessões individuais                     | Individual session      | B1-B2 |
| 142 | <b>Relacionamentos abusivos</b> B2<br><i>/vilesjune'mẽtuz eβu'zivuʃ/</i><br>o · pl. os relacionamentos abusivos | Abusive relationships   | B1-B2 |
| 143 | <b>Controlo emocional</b> B2<br><i>/kõ'trɔlu imusju'nat/</i><br>o                                               | Emotional control       | B1-B2 |
| 144 | <b>Resolução de conflitos</b> B2<br><i>/vızulu'sẽw dı kõ'flituʃ/</i><br>a · pl. as resoluções de conflitos      | Conflict resolution     | B1-B2 |
| 145 | <b>Estabilidade emocional</b> B2<br><i>/iftebili'dadi imusju'nat/</i><br>a                                      | Emotional stability     | B1-B2 |
| 146 | <b>Ligação emocional</b> B2<br><i>/lige'sẽw imusju'nal/</i><br>a · pl. as ligações emocionais                   | Emotional connection    | B1-B2 |
| 147 | <b>Isolamento social</b> B2<br><i>/izule'mẽtu su'sjaʎ/</i><br>o                                                 | Social isolation        | B1-B2 |
| 148 | <b>Fortalecer laços</b> B2<br><i>/furteli'ser 'lasuʃ/</i>                                                       | Reinforce bonds         | B1-B2 |
| 149 | <b>Pressão social</b> B2<br><i>/pri'sẽw su'sjaʎ/</i><br>a · pl. as pressões sociais                             | Social pressure         | B1-B2 |

| #   | WORD                                                                                                                                                | TRANSLATION                        | LEVEL |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-------|
| 150 | <b>Relacionamentos online</b> B1<br><i>/ʁ̃ɛsɥune'mẽtuz ,õ'lajn/</i><br>o · pl. os relacionamentos online                                            | Online relationships               | B1–B2 |
| 151 | <b>Amizades virtuais</b> B1<br><i>/emi'zaðiz virtu'ajf/</i><br>a · pl. as amizades virtuais                                                         | Virtual friendships                | B1–B2 |
| 152 | <b>Assistência psicológica</b> B2<br><i>/esij'tẽsjɐ psiku'lɔʒike/</i><br>a                                                                          | Psychological assistance           | B1–B2 |
| 153 | <b>Processo emocional</b> B2<br><i>/pru'sɛsu imusju'nal/</i><br>o · pl. os processos emocionais                                                     | Emotional process                  | B1–B2 |
| 154 | <b>Cultivar a empatia</b> B2<br><i>/kułti'var ɐ ẽpɐ'tie/</i>                                                                                        | Cultivating empathy                | B1–B2 |
| 155 | <b>Extroversão</b> C1<br><i>/iʃtrɔvɨr'sẽw/</i><br>a                                                                                                 | Extroversion                       | B1–B2 |
| 156 | <b>Valorizar sentimentos</b> B1<br><i>/veluri'zar sɛti'mẽtuʃ/</i>                                                                                   | Valuing feelings                   | B1–B2 |
| 157 | <b>Preservar o bem-estar</b> B2<br><i>/prizir'var u ,bẽʒij'tar/</i>                                                                                 | Preserving well-being              | B1–B2 |
| 158 | <b>Relacionamentos autênticos</b> B2<br><i>/ʁ̃ɛsɥune'mẽtuz aw'tẽtikuf/</i><br>o · pl. os relacionamentos autênticos                                 | Authentic relationships            | B1–B2 |
| 159 | <b>Desenvolver empatia</b> B2<br><i>/dizẽvol'ver ẽpɐ'tie/</i>                                                                                       | Developing empathy                 | B1–B2 |
| 160 | <b>Relacionamentos significativos</b> B2<br><i>/ʁ̃ɛsɥune'mẽtuʃ siɣnifike'tivuʃ/</i><br>o · pl. os relacionamentos significativos                    | Meaningful relationships           | B1–B2 |
| 161 | <b>Segurança emocional</b> B2<br><i>/siɣu'rẽsɐ imusju'nal/</i><br>a                                                                                 | Emotional security                 | B1–B2 |
| 162 | <b>Desenvolver relações saudáveis</b> B2<br><i>/dizẽvol'ver ʁ̃ɛlɐ'sõjʃ sɐw'davejʃ/</i>                                                              | Developing healthy relationships   | B1–B2 |
| 163 | <b>Relacionamentos construtivos</b> B2<br><i>/ʁ̃ɛsɥune'mẽtuʃ kɔʃtru'tivuʃ/</i><br>o · pl. os relacionamentos construtivos                           | Constructive relationships         | B1–B2 |
| 164 | <b>Relacionamentos baseados no respeito</b> B2<br><i>/ʁ̃ɛsɥune'mẽtuʒ bezi'aðuʒ nu ʁ̃ɨ'pɛjtɐ/</i><br>o · pl. os relacionamentos baseados no respeito | Relationships based on respect     | B1–B2 |
| 165 | <b>Desenvolver vínculos fortes</b> B2<br><i>/dizẽvol'ver 'vĩkuluʃ 'fɔrtij/</i>                                                                      | Develop strong bonds               | B1–B2 |
| 166 | <b>Trabalhar emoções difíceis</b> B2<br><i>/trebe'kar imu'sõjʒ di'fisejʃ/</i>                                                                       | Working through difficult emotions | B1–B2 |
| 167 | <b>Abrir-se para o outro</b> B1<br><i>/ɐ'brisiɐ pere u 'otru/</i>                                                                                   | Opening up to others               | B1–B2 |

| #   | WORD                                                                                                           | TRANSLATION                       | LEVEL |
|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------|-------|
| 168 | <b>Abrir-se para novas conexões</b> B2<br><i>/e'brisi'pere 'noveʃ kune'k'sõʃʃ/</i>                             | Open up to new connections        | B1-B2 |
| 169 | <b>Expressar necessidades</b> B1<br><i>/iʃpri'sar nisisi'dadiʃ/</i>                                            | Expressing needs                  | B1-B2 |
| 170 | <b>Refletir sobre relações passadas</b> B2<br><i>/ʁifli'tir 'sobri ʁile'sõʃʃ pe'saðeʃ/</i>                     | Reflect on past relationships     | B1-B2 |
| 171 | <b>Manter o autocuidado</b> B2<br><i>/mẽ'ter u ,awtukuj'dadu/</i>                                              | Maintaining self-care             | B1-B2 |
| 172 | <b>Curar feridas emocionais</b> B2<br><i>/ku'rar fɨ'ridez imusiu'naiʃ/</i>                                     | Healing emotional wounds          | B1-B2 |
| 173 | <b>Manter relações saudáveis</b> B1<br><i>/mẽ'ter ʁile'sõʃʃ sew'daveʃʃ/</i>                                    | Maintaining healthy relationships | B1-B2 |
| 174 | <b>Relações de apoio mútuo</b> B2<br><i>/ʁile'sõʃʃ di e'poju 'mutwu/</i><br>a · pl. as relações de apoio mútuo | Mutually supportive relationships | B1-B2 |
| 175 | <b>Encontrar equilíbrio emocional</b> B2<br><i>/ẽkõ'trar iki'libɾju imusiu'naʃ/</i>                            | Finding emotional balance         | B1-B2 |
| 176 | <b>Evitar padrões tóxicos</b> B2<br><i>/ivi'tar pe'drõʃʃ 'tɔksikuʃ/</i>                                        | Avoid toxic patterns              | B1-B2 |
| 177 | <b>Fortalecer a comunicação</b> B2<br><i>/furteli'ser e kumunike'sẽw/</i>                                      | Strengthening communication       | B1-B2 |
| 178 | <b>Enfrentar conflitos com empatia</b> B2<br><i>/ẽfrẽ'tar kô'flituʃ kô ẽpe'tie/</i>                            | Face conflicts with empathy       | B1-B2 |
| 179 | <b>Tratamento emocional</b> B2<br><i>/trete'mẽtu imusju'nal/</i><br>o · pl. os tratamentos emocionais          | Emotional treatment               | B1-B2 |
| 180 | <b>Liderança emocional</b> C1<br><i>/lidi'rẽse imusju'nal/</i><br>a                                            | Emotional leadership              | B1-B2 |
| 181 | <b>Crescimento interior</b> B2<br><i>/kɾiʃsi'mẽtu it̪iri'or/</i><br>o                                          | Inner growth                      | B1-B2 |

Listen to all the words and practice them for free: <https://languageminute.com/en/learn/pt/topic/258-psychology-in-portuguese>  
Portuguese Minute: <https://apps.apple.com/app/id6749543191>