Tâm lý học bằng tiếng Bồ Đào Nha

181 từ, từ cơ bản đến nâng cao.

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
1	**Perceção visual** B2 /pɨɾsɛ'sẽw̃ vizu'al/ a	Nhận thức thị giác	C1
2	**Introspecção** C1 /ĩtɾuʃpɛ'ksẽw̃/ a · số nhiều as introspecções	Sự nội quan	C1
3	**Reciprocidade** C1 /ʁɨsipɾusi'dadɨ/ a	Sự có đi có lại	C1
4	**Amizade verdadeira** A2 /ɐmi'zaðɨ vɨɾðɐ'ðejɾɐ/ a · số nhiều as amizades verdadeiras	Tình bạn đích thực	B1–B2
5	**Amizade à distância** B1 /ɐmi'zaðɨ a diʃ'tẽsjɐ/ a · số nhiều as amizades à distância	Tình bạn xa cách	B1–B2
6	**Relacionamento interpessoal** B2 /ʁɨlesjunɐ'mẽtu ĩtɨɾpɨsu'aɬ/ o · số nhiều os relacionamentos interpessoais	Một mối quan hệ giữa các cá nhân	C1
7	**Relações interpessoais equilibradas** C1 /ʁɨle'sõjz ĩtɨɾpɨsu'ajz ikili'βɾaðɐʃ/ a · số nhiều as relações interpessoais equilibradas	Mối quan hệ cân bằng giữa các cá nhân	C1
8	**Trabalhar a inteligência emocional** B2 /tɾɐbɐ'ʎaɾ ɐ ĩtɨli'ʒẽsjɐ imusju'nal/	Rèn luyện trí tuệ cảm xúc	C1
9	**Sentir-se bem** A1 /sẽ'tiɾ sɨ 'bẽj/	Cảm thấy tốt	A1–A2
10	**Autoaceitação** C1 /ˌawtuɐsejtɐ'sẽw/ a	Sự tự chấp nhận	C1
11	**Tensão** B1 /tẽ'sẽw̃/ a · số nhiều as tensões	Sự căng thẳng	B1–B2
12	**Nervosismo** B1 /nɨɾvu'ziʒmu/ o	Trạng thái bồn chồn	B1–B2
13	**Frustração** B2 /fɾuʃtɾɐ'sẽw/ a · số nhiều as frustrações	Sự thất vọng	B1–B2
14	**Angústia** B2 /ɐ̃'guʃtje/ a · số nhiều as angústias	Nỗi đau khổ	B1–B2
15	**Instinto** B2 /ĩʃ'tĩtu/ o · số nhiều os instintos	Bản năng	B1–B2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
16	**Burnout** B2 /ˈbɐɾnawt/ o	Kiệt sức	B1–B2
17	**Psicólogo** B1 /psiˈkɔlugu/ o · số nhiều os psicólogos	Nhà tâm lý học	B1–B2
18	**Manipulação emocional** B2 /mɐnipuleˈsɐ̃w̃ imusjuˈnaɬ/ a · số nhiều as manipulações emocionais	Thao túng cảm xúc	C1
19	**Compaixão** B2 /kõpɐjˈʃɐ̃w̃/ a	Lòng trắc ẩn	B1–B2
20	**Ansiedade** B1 /ɐ̃sjɨˈðaði/ a · số nhiều as ansiedades	Nỗi lo âu	B1–B2
21	**Perturbação de ansiedade** B2 /pɨɾtuɾbɐˈsɐ̃w̃ dɨ ɐ̃sjɨˈðaði/ a · số nhiều as perturbações de ansiedade	Rối loạn lo âu	C1
22	**Perturbação do humor** C1 /pɨɾtuɾbɐˈsɐ̃w̃ du uˈmoɾ/ a · số nhiều as perturbações do humor	Rối loạn tâm trạng	C1
23	**Perturbação obsessivo-compulsiva** C1 /pɨɾtuɾbɐˈsɐ̃w̃ ɔbsɛˌsivu kõpuɬˈsivɐ/ a · số nhiều as perturbações obsessivo-compulsivas	Chứng rối loạn ám ảnh cưỡng chế	C1
24	**Comunicação não-violenta** B2 /kumunikɐˈsɐ̃w̃ ˌnɐ̃w̃ viuˈlẽtɐ/ a	Giao tiếp phi bạo lực	C1
25	**Assertividade** C1 /ɐsɨɾtiviˈdadɨ/ a	Sự quyết đoán	C1
26	**Restaurar vínculos** C1 /ʁɨʃtewˈɾaɾ ˈvĩkuluʃ/	Khôi phục mối liên kết	C1
27	**Ciúmes patológicos** C1 /siˈumɨʃ pɐtuˈlɔʒikuʃ/ o · số nhiều os ciúmes patológicos	Ghen tuông bệnh lý	C1
28	**Introversão** C1 /ĩtɾuvɨɾˈsɐ̃w̃/ a	Sự hướng nội	C1
29	**Empoderamento emocional** C1 /ẽpudɨɾɐˈmẽtu imusiuˈnaɬ/ o	Trao quyền về mặt cảm xúc	C1
30	**Cultivar a compreensão** B2 /kuɬtiˈvaɾ ɐ kõpɾjɐ̃ˈsɐ̃w̃/	Trau dồi sự hiểu biết	C1
31	**Exercer a escuta ativa** B2 /ɨzɨɾˈseɾ ɐ ɨʃˈkutɐ ɐˈtivɐ/	Luyện tập lắng nghe tích cực	C1
32	**Desenvolver escuta compassiva** C1 /dɨzẽvolˈveɾ ɨʃˈkutɐ kõpɐˈsivɐ/	Phát triển khả năng lắng nghe từ bi	C1

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
33	**Trazer leveza às relações** B2 /tɾɐ'zeɾ lɨ'vezɐ aʒ ʁɨle'sõjʃ/	Mang lại sự nhẹ nhàng cho các mối quan hệ	C1
34	**Trazer harmonia para o convívio** B2 /tɾɐ'zeɾ ɐɾmu'niɐ pɐɾɐ u kõ'vivju/	Mang lại sự hòa hợp cho sự chung sống	C1
35	**Dar espaço** B1 /'daɾ ɨʃ'pasu/	Cho không gian riêng	B1–B2
36	**Relacionamentos transformadores** C1 /ʁɨlesjunɐ'mẽtuʃ tɾẽʃfuɾme'ðoɾɨʃ/ o · số nhiều os relacionamentos transformadores	Mối quan hệ có sức biến đổi	C1
37	**Lealdade** B2 /ljal'dadɨ/ a	Lòng trung thành	B1–B2
38	**Intimidade** B2 /ĩtimi'dadɨ/ a	Sự thân mật	B1–B2
39	**Relacionamento saudável** B1 /ʁɨlesjunɐ'mẽtu sɐw'ðavɛɬ/ o · số nhiều os relacionamentos saudáveis	Một mối quan hệ lành mạnh	B1–B2
40	**Relacionamento tóxico** B2 /ʁɨlesjunɐ'mẽtu 'tɔksiku/ o · số nhiều os relacionamentos tóxicos	Một mối quan hệ độc hại	B1–B2
41	**Limites pessoais** B2 /li'mitɨʃ pɨsu'ajʃ/ o · số nhiều os limites pessoais	Giới hạn cá nhân	B1–B2
42	**Relações familiares** B1 /ʁɨle'sõjʃ femili'aɾɨʃ/ a · số nhiều as relações familiares	Mối quan hệ gia đình	B1–B2
43	**Relacionamento amoroso** B1 /ʁɨlesjunɐ'mẽtu ɐmu'ɾozu/ o · số nhiều os relacionamentos amorosos	Mối quan hệ lãng mạn	B1–B2
44	**Depressão** B1 /dɨpɾɨ'sɐ̃w̃/ a · số nhiều as depressões	Trầm cảm	B1–B2
45	**Amizade** A2 /ɐmi'zaðɨ/ a · số nhiều as amizades	Tình bạn	A1–A2
46	**Estar aberto a novas experiências** B1 /ɨʃ'taɾ ɐ'bɛɾtu ɐ 'nɔvɐz ɨʃpɨɾi'ẽsjɐʃ/	Cởi mở với những trải nghiệm mới	B1–B2
47	**Construir confiança** B2 /kõʃtɾu'iɾ kõfi'ẽsɐ/	Xây dựng lòng tin	B1–B2
48	**Empatia** B2 /ẽpɐ'tiɐ/ a	Sự đồng cảm	B1–B2
49	**Autocontrolo** B2 /ˌawtukõ'tɾolu/ o	Sự tự chủ bản thân	B1–B2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
50	**Autoconfiança** B2 /ˌawtukõfi'ẽsɐ/ a	Sự tự tin	B1–B2
51	**Autoestima** B2 /ˌawtuɨʃ'timɐ/ a	Lòng tự trọng	B1–B2
52	**Confiança** B1 /kõfi'ẽsɐ/ a	Lòng tin	A1–A2
53	**Perdão** A2 /pɨɾ'dẽw̃/ o · số nhiều os perdões	Sự tha thứ	A1–A2
54	**Mente** B1 /'mẽtɨ/ a · số nhiều as mentes	Tâm trí	A1–A2
55	**Sentimento** A2 /sẽti'mẽtu/ o · số nhiều os sentimentos	Cảm nghĩ	A1–A2
56	**Humor** A2 /u'moɾ/ o · số nhiều os humores	Tâm trạng	A1–A2
57	**Esperança** A2 /ɨʃpɨ'ɾẽsɐ/ a · số nhiều as esperanças	Niềm hy vọng	A1–A2
58	**Desejo** A2 /dɨ'zeʒu/ o · số nhiều os desejos	Sự mong muốn	A1–A2
59	**Vontade** A2 /võ'tadɨ/ a · số nhiều as vontades	Ý chí	A1–A2
60	**Stress** B1 /'ʃtɾɛs/ o	Sự căng thẳng	A1–A2
61	**Necessidade** A2 /nɨsɨsi'dadɨ/ a · số nhiều as necessidades	Nhu cầu	A1–A2
62	**Estabelecer rotina** B1 /ɨʃtebɨlɨ'seɾ ʁu'tinɐ/	Thiết lập một thói quen	B1–B2
63	**Equilíbrio** B1 /ɨki'libɾju/ o · số nhiều os equilíbrios	Sự cân bằng	B1–B2
64	**Pensamento positivo** B1 /pẽsɐ'mẽtu puzi'tivu/ o	Suy nghĩ tích cực	B1–B2
65	**Pensamento negativo** B1 /pẽsɐ'mẽtu nɨgɐ'tivu/ o	Suy nghĩ tiêu cực	B1–B2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
66	**Reflexão** B2 /ʁɨflɛ'ksɐ̃w̃/ a · số nhiều as reflexões	Sự suy ngẫm	B1–B2
67	**Terapia** B1 /tɨɾɐ'piɐ/ a · số nhiều as terapias	Liệu pháp	B1–B2
68	**Terapia de casal** B2 /tɨɾɐ'piɐ dɨ kɐ'zal/ a · số nhiều as terapias de casal	Liệu pháp dành cho các cặp đôi	B1–B2
69	**Respeito mútuo** B1 /ʁɨʃ'pɐjtu 'mutuu/ o	Sự tôn trọng lẫn nhau	B1–B2
70	**Cooperação** B1 /kuupɨɾɐ'sɐ̃w̃/ a	Sự hợp tác	B1–B2
71	**Desentendimentos** B2 /dɨzẽtẽdi'mẽtuʃ/ o · số nhiều os desentendimentos	Những bất đồng	B1–B2
72	**Reconciliação** B2 /ʁɨkõsiljɐ'sɐ̃w̃/ a · số nhiều as reconciliações	Sự hòa giải	B1–B2
73	**Aceitação** B1 /ɐsɐjtɐ'sɐ̃w̃/ a	Sự chấp nhận	B1–B2
74	**Julgamento** B2 /ʒuɬgɐ'mẽtu/ o · số nhiều os julgamentos	Sự phán xét	B1–B2
75	**Entender o ponto de vista** B1 /ẽtẽ'deɾ u 'põtu dɨ 'viʃtɐ/	Hiểu quan điểm	B1–B2
76	**Rompimento** B2 /ʁõpi'mẽtu/ o · số nhiều os rompimentos	Sự chia tay	B1–B2
77	**Fim de relação** B1 /'fĩ dɨ ʁɨlɐ'sɐ̃w/ o · số nhiều os fins de relação	Kết thúc mối quan hệ	B1–B2
78	**Amizade superficial** B2 /ɐmi'zaðɨ supɨɾfi'sjal/ a · số nhiều as amizades superficiais	Tình bạn hời hợt	B1–B2
79	**Amizades duradouras** B1 /ɐmi'zaðɨʒ duɾɐ'ðowɾɐʃ/ a · số nhiều as amizades duradouras	Những tình bạn lâu dài	B1–B2
80	**Sentir-se confiante** B1 /sẽ'tiɾ sɨ kõfi'ẽtɨ/	Cảm thấy tự tin	B1–B2
81	**Sentir-se bem consigo mesmo** B1 /sẽ'tiɾ sɨ 'bẽj kõ'sigu 'meʒmu/	Cảm thấy tốt về bản thân mình	B1–B2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
82	**Motivação** B1 /mutivɐˈsɐ̃w̃/ a · số nhiều as motivações	Động lực	B1–B2
83	**Psiquiatra** B2 /psiˈkjatɾɐ/ o/a · số nhiều os/as psiquiatras	Bác sĩ tâm thần	B1–B2
84	**Ter disciplina com os horários** B1 /ˈteɾ diʃiˈplinɐ kõ uʒ ɔˈɾaɾjuʃ/	Có kỷ luật với lịch trình	B1–B2
85	**Intuição** B2 /ĩtujˈsɐ̃w̃/ a · số nhiều as intuições	Trực giác	B1–B2
86	**Ciúmes** B1 /siˈumɨʃ/ o · số nhiều os ciúmes	Ghen tuông	B1–B2
87	**Carência** B2 /kɐˈɾẽsjɐ/ a · số nhiều as carências	Sự thiếu thốn tình cảm	B1–B2
88	**Indiferença** B2 /ĩdifɨˈɾẽsɐ/ a	Sự dửng dưng	B1–B2
89	**Relações saudáveis** B1 /ʁɨleˈsõjʃ sɐwˈðavɐjʃ/ a · số nhiều as relações saudáveis	Các quan hệ lành mạnh	B1–B2
90	**Acolhimento** B2 /ɐkuʎiˈmẽtu/ o	Sự đón nhận nồng hậu	B1–B2
91	**Cuidar da saúde mental** B1 /kujˈdaɾ de sɐˈudɨ mẽˈtal/	Chăm sóc sức khỏe tâm thần	B1–B2
92	**Trabalho em equipa** A2 /tɾɐˈbaʎu ẽj iˈkipɐ/ o	Sự làm việc nhóm	A1–A2
93	**Solidariedade** B2 /sulidɐɾjɨˈdadɨ/ a	Sự đoàn kết	B1–B2
94	**Terapeuta** B1 /tɨɾɐˈpewtɐ/ o/a · số nhiều os/as terapeutas	Nhà trị liệu	B1–B2
95	**Bem-estar** B1 /ˌbẽj ɨʃˈtaɾ/ o	Sự an lạc	B1–B2
96	**Respeitar limites** B1 /ʁɨʃpejˈtaɾ liˈmitɨʃ/	Tôn trọng giới hạn	B1–B2
97	**Expressar sentimentos** B1 /ɨʃpɾɨˈsaɾ sẽtiˈmẽtuʃ/	Bày tỏ cảm xúc	B1–B2
98	**Entendimento mútuo** B2 /ẽtẽdiˈmẽtu ˈmutuu/ o · số nhiều os entendimentos mútuos	Sự hiểu biết lẫn nhau	B1–B2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
99	**Relacionamento de confiança** B2 /ʁɨlesjunɐ'mẽtu dɨ kõfi'ẽsɐ/ o · số nhiều os relacionamentos de confiança	Mối quan hệ tin cậy	B1–B2
100	**Ambiente tóxico** B2 /ẽ'bjẽtɨ 'tɔksiku/ o · số nhiều os ambientes tóxicos	Môi trường độc hại	B1–B2
101	**Falar com honestidade** B1 /fɐ'laɾ kõ unɨʃti'dadɨ/	Nói một cách trung thực	B1–B2
102	**Ser transparente** B2 /'seɾ tɾẽʃpɐ'ɾẽtɨ/	Minh bạch	B1–B2
103	**Lidar com frustrações** B2 /li'daɾ kõ fɾuʃtɾɐ'sõjʃ/	Đối phó với sự thất vọng	B1–B2
104	**Equilibrar lazer e obrigações** B2 /ɨkili'bɾaɾ lɐ'zeɾ i ubɾigɐ'sõjʃ/	Cân bằng giữa giải trí và nghĩa vụ	B1–B2
105	**Cuidar da mente** B1 /kuj'daɾ de 'mẽtɨ/	Chăm sóc tâm trí	A1–A2
106	**Sentir-se confortável** A2 /sẽ'tiɾ sɨ kõfuɾ'tavɛl/	Cảm thấy thoải mái	B1–B2
107	**Conhecimento de si** B2 /kuɲɨsi'mẽtu dɨ 'si/ o	hiểu biết về chính mình	B1–B2
108	**Desequilíbrio emocional** B2 /dɨzɨki'libɾju imusju'nal/ o · số nhiều os desequilíbrios emocionais	Mất cân bằng cảm xúc	B1–B2
109	**Regulação emocional** C1 /ʁɨɣulɐ'sɐ̃w̃ imusju'naɬ/ a	Điều hòa cảm xúc	B1–B2
110	**Fadiga mental** B2 /fɐ'digɐ mẽ'tal/ a	Mệt mỏi về tinh thần	B1–B2
111	**Stress crónico** B2 /'ʃtɾɛs 'kɾɔniku/ o	Căng thẳng mãn tính	B1–B2
112	**Aconselhamento** B2 /ɐkõsɨʎɐ'mẽtu/ o	Sự tư vấn tâm lý	B1–B2
113	**Apoio psicológico** B1 /ɐ'poju psiku'lɔʒiku/ o	Hỗ trợ tâm lý	B1–B2
114	**Comprometimento** B2 /kõpɾumɨti'mẽtu/ o	Sự cam kết gắn bó	B1–B2
115	**Nojo** B1 /'noʒu/ o	Sự ghê tởm	A1–A2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
116	**Relaxamento** B1 /ʁɨleʃɐ'mẽtu/ o	Sự thư giãn	A1–A2
117	**Respeitar o outro** A2 /ʁɨʃpɐj'taɾ u 'otɾu/	Tôn trọng người khác	A1–A2
118	**Cuidar de si mesmo** A2 /kuj'daɾ dɨ si 'meʒmu/	Chăm sóc chính mình	A1–A2
119	**Autoconhecimento** C1 /ˌawtukuɲɨsi'mẽtu/ o	sự tự nhận thức	B1–B2
120	**Identidade** B1 /idẽti'dadɨ/ a · số nhiều as identidades	Danh tính	B1–B2
121	**Habilidades sociais** B2 /ɐbili'dadɨʃ su'sjajʃ/ a · số nhiều as habilidades sociais	Kỹ năng xã hội	B1–B2
122	**Dependência emocional** B2 /dɨpẽ'dẽsjɐ imusju'naɬ/ a	Sự phụ thuộc về mặt cảm xúc	B1–B2
123	**Relação profissional** B1 /ʁɨle'sɐ̃w̃ pɾufisju'naɬ/ a · số nhiều as relações profissionais	Mối quan hệ chuyên nghiệp	B1–B2
124	**Inteligência emocional** B2 /ĩtɨli'ʒẽsjɐ imusju'nal/ a	Trí tuệ cảm xúc	B1–B2
125	**Habilidades de escuta** B2 /ɐbili'dadɨʒ dɨ ɨʃ'kutɐ/ a · số nhiều as habilidades de escuta	Kỹ năng lắng nghe	B1–B2
126	**Diálogo construtivo** B2 /'djalugu kõʃtɾu'tivu/ o · số nhiều os diálogos construtivos	Đối thoại mang tính xây dựng	B1–B2
127	**Tomada de decisão** B2 /tu'madɐ dɨ dɨsi'zɐ̃w̃/ a · số nhiều as tomadas de decisão	Ra quyết định	B1–B2
128	**Presença marcante** B2 /pɾɨ'zẽsɐ mɐɾ'kẽtɨ/ a · số nhiều as presenças marcantes	Sự hiện diện nổi bật	B1–B2
129	**Rede de apoio** B1 /'ʁedɨ dɨ ɐ'poju/ a · số nhiều as redes de apoio	Mạng lưới hỗ trợ	B1–B2
130	**Resiliência** C1 /ʁɨzili'ẽsjɐ/ a	Khả năng phục hồi	B1–B2
131	**Autoimagem** C1 /ˌawtui'maʒɐ̃j̃/ a · số nhiều as autoimagens	Hình ảnh bản thân	B1–B2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
132	**Autoimagem positiva** C1 /ˌawtui'maʒẽj puzi'tivɐ/ a · số nhiều as autoimagens positivas	Hình ảnh bản thân tích cực	B1–B2
133	**Expressão de sentimentos** B1 /ɨʃpɾɨ'sẽw̃ dɨ sẽti'mẽtuʃ/ a · số nhiều as expressões de sentimentos	Biểu hiện cảm xúc	B1–B2
134	**Maturidade emocional** B2 /mɐtuɾi'dadɨ imusju'nał/ a	Sự trưởng thành về mặt cảm xúc	B1–B2
135	**Negociação** B1 /nɨgusjɐ'sẽw̃/ a · số nhiều as negociações	Đàm phán	B1–B2
136	**Desenvolvimento pessoal** B2 /dɨzẽvolvi'mẽtu pɨsu'al/ o	Phát triển cá nhân	B1–B2
137	**Conflitos interpessoais** B2 /kõ'flituz ĩtɨɾpɨsu'ajʃ/ o · số nhiều os conflitos interpessoais	Xung đột giữa các cá nhân	B1–B2
138	**Mediação** B2 /mɨdjɐ'sẽw̃/ a · số nhiều as mediações	Hòa giải	B1–B2
139	**Vínculos afetivos** B2 /'vĩkuluz ɐfɛ'tivuʃ/ o · số nhiều os vínculos afetivos	Mối liên kết tình cảm	B1–B2
140	**Vulnerabilidade** C1 /vuɫnɨɾɐbili'dadɨ/ a · số nhiều as vulnerabilidades	Sự dễ bị tổn thương	B1–B2
141	**Sessão individual** B1 /sɨ'sẽw̃ ĩdividu'aɫ/ a · số nhiều as sessões individuais	Buổi trị liệu cá nhân	B1–B2
142	**Relacionamentos abusivos** B2 /ʁɨlesjunɐ'mẽtuz ɐβu'zivuʃ/ o · số nhiều os relacionamentos abusivos	Mối quan hệ lạm dụng	B1–B2
143	**Controlo emocional** B2 /kõ'tɾɔlu imusju'naɫ/ o	Kiểm soát cảm xúc	B1–B2
144	**Resolução de conflitos** B2 /ʁɨzulu'sẽw̃ dɨ kõ'flituʃ/ a · số nhiều as resoluções de conflitos	Việc giải quyết xung đột	B1–B2
145	**Estabilidade emocional** B2 /ɨʃtɐbili'dadɨ imusju'naɫ/ a	Sự ổn định về mặt cảm xúc	B1–B2
146	**Ligação emocional** B2 /ligɐ'sẽw imusju'nal/ a · số nhiều as ligações emocionais	Kết nối cảm xúc	B1–B2
147	**Isolamento social** B2 /izulɐ'mẽtu su'sjaɫ/ o	Sự cô lập xã hội	B1–B2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
148	**Fortalecer laços** B2 /fuɾteliˈseɾ ˈlasuʃ/	Tăng cường quan hệ	B1–B2
149	**Pressão social** B2 /pɾɨˈsɐ̃w̃ suˈsjaɬ/ a · số nhiều as pressões sociais	Áp lực xã hội	B1–B2
150	**Relacionamentos online** B1 /ʁɨlesjunɐˈmẽtuz ˌõˈlajn/ o · số nhiều os relacionamentos online	Mối quan hệ trực tuyến	B1–B2
151	**Amizades virtuais** B1 /ɐmiˈzaðɨʒ viɾtuˈajʃ/ a · số nhiều as amizades virtuais	Những tình bạn ảo	B1–B2
152	**Assistência psicológica** B2 /ɐsiʃˈtẽsjɐ psikuˈlɔʒikɐ/ a	Hỗ trợ tâm lý	B1–B2
153	**Processo emocional** B2 /pɾuˈsɛsu imusjuˈnaɬ/ o · số nhiều os processos emocionais	Quá trình cảm xúc	B1–B2
154	**Cultivar a empatia** B2 /kuɬtiˈvaɾ ɐ ẽpɐˈtiɐ/	Nuôi dưỡng sự đồng cảm	B1–B2
155	**Extroversão** C1 /ɨʃtɾɔvɨɾˈsɐ̃w̃/ a	Sự hướng ngoại	B1–B2
156	**Valorizar sentimentos** B1 /veluɾiˈzaɾ sẽtiˈmẽtuʃ/	Coi trọng cảm xúc	B1–B2
157	**Preservar o bem-estar** B2 /pɾɨzɨɾˈvaɾ u ˌbɐ̃jɨʃˈtaɾ/	Giữ gìn sự an lạc	B1–B2
158	**Relacionamentos autênticos** B2 /ʁɨlesjunɐˈmẽtuz awˈtẽtikuʃ/ o · số nhiều os relacionamentos autênticos	Mối quan hệ đích thực	B1–B2
159	**Desenvolver empatia** B2 /dɨzẽvolˈveɾ ẽpɐˈtiɐ/	Phát triển sự đồng cảm	B1–B2
160	**Relacionamentos significativos** B2 /ʁɨlesjunɐˈmẽtuʃ siɣnifikɐˈtivuʃ/ o · số nhiều os relacionamentos significativos	Mối quan hệ có ý nghĩa	B1–B2
161	**Segurança emocional** B2 /sɨguˈɾẽsɐ imusjuˈnal/ a	Sự an toàn về mặt cảm xúc	B1–B2
162	**Desenvolver relações saudáveis** B2 /dɨzẽvolˈveɾ ʁɨlɐˈsõjʃ sɐwˈdavɐjʃ/	Phát triển các mối quan hệ lành mạnh	B1–B2
163	**Relacionamentos construtivos** B2 /ʁɨlesjunɐˈmẽtuʃ kõʃtɾuˈtivuʃ/ o · số nhiều os relacionamentos construtivos	Mối quan hệ xây dựng	B1–B2
164	**Relacionamentos baseados no respeito** B2 /ʁɨlesjunɐˈmẽtuʒ bɐziˈaðuʒ nu ʁɨʃˈpɐjtu/ o · số nhiều os relacionamentos baseados no respeito	Mối quan hệ dựa trên sự tôn trọng	B1–B2
165	**Desenvolver vínculos fortes** B2 /dɨzẽvolˈveɾ ˈvĩkuluʃ ˈfɔɾtɨʃ/	Phát triển các liên kết mạnh mẽ	B1–B2

#	TỪ	NGHĨA	TRÌNH ĐỘ
166	**Trabalhar emoções difíceis** B2 /tɾɐbɐ'ʎaɾ imu'sõjʒ di'fisejʃ/	Vượt qua những cảm xúc khó khăn	B1–B2
167	**Abrir-se para o outro** B1 /ɐ'bɾiɾsɨ pɐɾɐ u 'otɾu/	Mở lòng với người khác	B1–B2
168	**Abrir-se para novas conexões** B2 /ɐ'bɾiɾsɨ pɐɾɐ 'nɔvɐʃ kunɛk'sõjʃ/	Mở lòng mình với những kết nối mới	B1–B2
169	**Expressar necessidades** B1 /ɨʃpɾɨ'saɾ nɨsɨsi'dadɨʃ/	Bày tỏ nhu cầu	B1–B2
170	**Refletir sobre relações passadas** B2 /ʁɨflɨ'tiɾ 'sobɾɨ ʁɨle'sõjʃ pɐ'saðɐʃ/	Suy ngẫm về các mối quan hệ trong quá khứ	B1–B2
171	**Manter o autocuidado** B2 /mẽ'teɾ u ˌawtukuj'dadu/	Duy trì việc tự chăm sóc bản thân	B1–B2
172	**Curar feridas emocionais** B2 /ku'ɾaɾ fɨ'ɾidɐz imusiu'najʃ/	Chữa lành vết thương tình cảm	B1–B2
173	**Manter relações saudáveis** B1 /mẽ'teɾ ʁɨle'sõjʃ sɐw'davejʃ/	Duy trì các mối quan hệ lành mạnh	B1–B2
174	**Relações de apoio mútuo** B2 /ʁɨle'sõjʒ dɨ ɐ'poju 'mutwu/ a · số nhiều as relações de apoio mútuo	Mối quan hệ hỗ trợ lẫn nhau	B1–B2
175	**Encontrar equilíbrio emocional** B2 /ẽkõ'tɾaɾ iki'libɾju imusiu'naɬ/	Tìm sự cân bằng cảm xúc	B1–B2
176	**Evitar padrões tóxicos** B2 /ivi'taɾ pɐ'dɾõjʃ 'tɔksikuʃ/	Tránh các khuôn mẫu độc hại	B1–B2
177	**Fortalecer a comunicação** B2 /fuɾtelɨ'seɾ ɐ kumunikɐ'sɐ̃w/	Tăng cường giao tiếp	B1–B2
178	**Enfrentar conflitos com empatia** B2 /ẽfɾẽ'taɾ kõ'flituʃ kõ ẽpɐ'tiɐ/	Đối mặt với xung đột bằng sự đồng cảm	B1–B2
179	**Tratamento emocional** B2 /tɾɐte'mẽtu imusju'nal/ o · số nhiều os tratamentos emocionais	Điều trị cảm xúc	B1–B2
180	**Liderança emocional** C1 /lidɨ'ɾẽsɐ imusju'nal/ a	Lãnh đạo cảm xúc	B1–B2
181	**Crescimento interior** B2 /kɾɨʃsi'mẽtu ĩtɨɾi'oɾ/ o	Sự phát triển bên trong	B1–B2

Nghe từng từ và luyện tập miễn phí: https://languageminute.com/vi/learn/pt/topic/258-tam-ly-hoc
Portuguese Minute: https://apps.apple.com/app/id6749543191