

psychiatra	психіатр	[psychiatr]
psycholog	психолог	[psycholoh]
psychoterapeuta	психотерапевт	[psychoterapewt]
psychoterapia	психотерапія	[psychoterapija]
zdrowie psychiczne	психічне здоров'я	[psychiczne zdorow'ja]
terapia	терапія	[terapija]
depresja	депресія	[depresija]
lęk	тривожність	[trywożnisć]
zmartwienia	хвилювання	[chwyliuwannja]
strach	страх	[strach]
koszmary	нічні жахи	[niczni żachy]
samotność	ізоляція	[izoljacija]
smutek	печаль	[peczal]
placz	плач	[placz]
odpoczynek	відпочинок	[widpoczynok]
przytulić	обняти	[obnjaty]
spacer	прогулянка	[prohuljanka]
wsparcie	підтримка	[pidtrymka]
antydepresanty	антидепресанти	[antydepresanty]
Jestem często smutny. Jestem często smutna.	Я часто сумую.	[Ja czasto sumuju.]
Nie czuję się psychicznie dobrze.	Погано себе почуваю психічно.	[Pohano sebe poczuwaju psychiczno.]
Mam koszmary.	Маю нічні жахи.	[Maju niczni żachy.]
Chce mi się często płakać.	Часто мені хочеться плакати.	[Czasto meni chceśjsja plakaty.]
Czuję lęk.	Відчуваю тривожність.	[Widczuwaju trywożnisć.]

Czuję się osamotniony. Czuję się ostamotniona.	Відчуваю себе в ізоляції.	[Widczuwaju sebe w izolacji.]
Często pojawiają się u mnie zmartwienia i lęki.	У мене часто виникають хвилювання та страхи.	[U mene czasto wynykajuć chwyliuwannja ta strachy.]
Potrzebuję odpocząć.	Мені потрібно відпочити.	[Meni potribno widpoczyty.]
Mam wrażenie, że mnie nikt nie rozumie.	В мене відчуття, що мене ніхто не розуміє.	[W mene widczutća, szczo mene nichto ne rozumije.]
Nie jestem szczęśliwy. Nie jestem szczęśliwa.	Я нещасний. Я нещасна.	[Ja nieszczasnyj. Ja nieszczasna.]
Nie mogę spać.	Не можу спати.	[Ne možu spaty.]
Nie mogę płakać.	Не можу плакати.	[Ne možu plakaty.]
Nie mam apetytu.	У мене немає апетиту.	[U mene nemaje apetytu.]
Nie chcę o tym mówić.	Не хочу про це говорити.	[Ne chocz pro ce howoryty.]
Potrzebuję się przytulić.	Мені потрібні обійми.	[Meni potribni obijmy.]
Nie musisz mierzyć się z tym sam. Nie musisz mierzyć się z tym sama.	Не обов'язково бути на самоті.	[Ne obow'jazkowo buty na samoti.]
Chcesz porozmawiać o tym, co czujesz?	Хочеш поговорити про те, що відчуваєш?	[Chcesz pohoworyty pro te, szczo widczuwajesz?]
Jestem tu dla ciebie.	Я тут для тебе.	[Ja tut dlja tebe.]
Możesz spróbować znaleźć profesjonalną pomoc.	Можеш спробувати знайти професійну допомогу.	[Możesz sprobuwaty znajty profesijnu dopomohu.]
iść na spacer	йти на прогулянку	[jty na prohuljanku]
pisać pamiętnik	вести щоденник	[westy szczodennyk]
radość	радість	[radisć]
rozumienie	розуміння	[rozuminnja]
opieka	догляд	[dohljad]
rada	порада	[porada]
dać radę, poradzić	дати пораду	[daty poradu]

podzielić się	поділитися	[podilytysja]
dzielenie się	обмін (думками)	[obmin (dumkami)]
Jestem szczęśliwy. Jestem szczęśliwa.	Я щасливий. Я щаслива.	[Ja szczaslywyj. Ja szczaslywa.]
Lubię...	Мені подобається...	[Meni podobajećsja...]
Co Ci sprawi radość?	Що тобі принесе радість?	[Szczto tobi prynese radisć?]
Rozumiem Cię!	Я тебе розумію!	[Ja tebe rozumiju!]
Co lubisz?	Що тобі подобається?	[Szczto tobi podobajećsja?]
Kiedy się czujesz szczęśliwy? Kiedy się czujesz szczęśliwa?	Коли ти почуваєш себе щасливим? Коли ти почуваєш себе щасливою?	[Koly ty poczuwajesz sebe szczaslywym? Koly ty poczuwajesz sebe szczaslywoju?]
Jakie słowa przychodzą Ci do głowy, kiedy powiem...?	Які слова тобі спадають на думку, коли я кажу...	[Jaki slowa tobi spadajuć na dumku, koly ja kažu...]
Za kim tęsknisz?	За ким ти сумуєш?	[Za kym ty sumujesz?]
Za czym tęsknisz?	За чим ти сумуєш?	[Za czym ty sumujesz?]
Kogo masz tutaj?	Хто у тебе тут є?	[Chto u tebe tut je?]
Co masz tutaj?	Що у тебе тут є?	[Szczto u tebe tut je?]
Co Ci się dzisiaj przydarzyło miłego?	Що у тебе сьогодні відбулося гарного?	[Szczto u tebe sohodni widbulosja harnoho?]
Co mogę dla Ciebie zrobić?	Що я для тебе можу зробити?	[Szczto ja dlja tebe možu zrobity?]
Mogę Ci jakoś pomóc?	Можу тобі якось допомогти?	[Možu tobi jakos dopomohty?]
Co potrzebujesz, żebyś się czuł lepiej? Co potrzebujesz, żebyś się czuła lepiej?	Що тобі потрібно, щоб відчути себе краще?	[Szczto tobi potribno, szczob widczuty sebe kraszczе?]
Za co się dzisiaj możesz docenić?	За що ти можеш сьогодні себе оцінити?	[Za szczto ty możes sohodni sebe ocinyty?]