Mental Health Terms

Term	English Definition	Lao Translation/Description
Aggressive	Tending toward unprovoked offensives, attacks or invasions	ມີນິສັຍມັກກໍ່ກວນ, ບຸກລຸກຈູ່ໂຈມ, ກ້າວລ້າວ
Anxiety	A state of apprehension and psychic tension; distress or uneasiness of mind caused by fear of danger or misfortune	ສະພາບຈິດກະວົນກະວາຍ, ຄວາມອຸກອັ່ງທຸກໂສກ ເນື່ອງຈາກຢ້ານມີອັນຕຣາຍຫຼືເຄາະຮ້າຍ
Attitude	Manner, disposition, feeling, position with regard to person or thing; tendency of the mind	ລັກສະນະທ່າທີ, ອາຣົມຈິດ, ຄວາມຮູ້ສຶກ, ທ່າທີ ທີ່ສແດງອອກຕໍ່ຄົນຫຼື ສິ່ງໃດສິ່ງນຶ່ງ, ທ່າອ່ຽງທາງດ້ານຈິດໃຈ
Balance	Mental steadiness or emotional stability; habit of calm behavior, judgment	ຄວາມໜຸ່ນທ່ຽງດ້ານຈິດໃຈ ຫຼື ຄວາມໝັ້ນທ່ຽງ ທາງອາຣົມ, ນິສັຍການປະພຶຕທີ່ສງົບສະງ່ຽມ, ການພິນິດພິຈາຣະນາ
Bipolar	Major affective disorder that is characterized by episodes of mania and depression	ຄວາມສັບສົນທາງອາຣົມຈິດທີ່ສແດງລັກສະນະບ້າຄັ່ງແລະ ຊຶມເສົ້າອອກມາເປັນຄັ້ງເປັນຄາວ
Blame	To hold responsible find fault with; to place the responsibility for	ຖືຄວາມຜິດຊອບຕໍ່ຂໍ້ຜິດພາດ; ມອບຄວາມຮັບຜິດຊອບ ຕໍ່ກັບສິ່ງໃດສິ່ງນຶ່ງ
Borderline Personality	A personality disorder characterized by instability in many areas, as mood, identity, self=image, and behavior, and often manifested by impulsive actions, suicide attempts, inappropriate anger, or depression	ຄວາມຜິດພ້ຽນທາງບຸກຄະລິກລັກສະນະ ຊຶ່ງສແດງໃຫ້ເຫັນ ຄວາມບໍ່ແນ່ນອນອອກມາຫຼາຍດ້ານ ເຊັ່ນ ອາຣົມ, ລັກສະນະຕົວຕົນ, ຕົນເອງ= ຮູບຮ່າງໜ້າຕາ, ແລະ ຄວາມປະພຶດ, ແລະມັກຈະ ສແດງການກະທຳແບບ ຫຸນຫັນພະລັນແລ່ນ, ການພະຍາມຂ້າຕົວຕາຍ, ເກີດໃຈຮ້າຍແບບບໍ່ສົມຄວນ, ຫຼື ອາການເສົ້າຊຶມ
Coping	To deal successfully with or handle a situation; manage	ແກ້ບັນຫາໄດ້ ຫຼື ຄຸມສະຖານະການໄດ້; ຈັດການ ໄດ້
Crying	To sob or shed tears because of grief, sorrow, or pain; weep	ເວົ້າສະອຶກສະອື້ນ ຫຼື ຫລັ່ງນ້ຳຕາເນື່ອງຈາກ ຄວາມໂສກເສົ້າ, ຄວາມເສັຽໃຈ ຄວາມເຈັບປວດ; ຮ້ອງໃຫ້
Cultural shock	A condition of confusion and anxiety affecting a person suddenly exposed to an alien culture	ສະພາບສັບສົນຈິດໃຈແລະກຸ້ມໃຈທີ່ເກີດກະທົບໃສ່ ຄົນຜູ້ນຶ່ງເມື່ອເຂົາຕ້ອງໄດ້ເຮັດຕາມວັທນະທັມຕ່າງ ດ້າວ ຢ່າງທັນທີທັນໃດ
Delusion	A false belief or opinion	ຄວາມເຊື່ອ ຫຼືຄວາມຄິດທີ່ຜິດພາດ (ບໍ່ຖືກຕ້ອງ)

Term	English Definition	Lao Translation/Description
Depression	The condition of feeling sad or despondent; A psychiatric disorder characterized by an inability to concentrate, insomnia, loss of appetite, feelings of extreme sadness, guilt, helplessness and hopelessness, and thoughts of death.	ສະພາບຄວາມຮູ້ສຶກໂສກເສົ້າ ຫຼື ເສຍໃຈແລະ ໝົດຫວັງ; ຄວາມຜິດປົກກະຕິທາງຈິດໃຈຊຶ່ງມີ ລັກສະນະບໍ່ມີສະມາທິ, ນອນບໍ່ຫຼັບ, ກິນເຂົ້າບໍ່ ແຊບ, ຮູ້ສຶກເສົ້າສຸດຂີດ, ມີມົນມົນທິນໃນໃຈ, ຂາດການຊ່ອຍເຫຼືອ ແລະສິ້ນຫວັງ, ຄິດເຖິງ ຄວາມຕາຍ
Insomnia	Chronic inability to fall asleep or remain asleep for an adequate length of time	ສະພາບນອນບໍ່ໄດ້ ແລະຮູ້ສຶກງ່ວງນອນຢູ່ເປັນເວລາດົນນານພໍສົມຄວນ
Dissociative Identity	A condition in which a person displays multiple distinct identities or personalities	ສະພາບຂອງບຸກຄົນຜູ້ນຶ່ງທີ່ສແດງອັດຕະລັກ ຫຼື ບຸກຄະລິກສ່ວນຕົວຫຼາຍຢ່າງທີ່ແຕກຕ່າງກັນ ອອກມາ
Emotion	Any strong feeling, as of joy, sorrow, or fear	ຄວາມຮູ້ສຶກອັນໃດນຶ່ງ ເຊັ່ນ ດີໃຈ, ເສັງໃຈຫຼື ຢ້ານກົວ
Emotional Exhaustion	Chronic state of physical and emotional depletion that results from excessive job demands and continuous stress	ສະພາບໝົດອາຣົມຄວາມຮູ້ສຶກທາງຮ່າງກາຍແລະ ຈິດໃຈທີ່ເຮື້ອຮັງດົນນານ ຊຶ່ງເນື່ອງຈາກການ ເຮັດວຽກຫັກໂຫມ (ໜັກ)ແລະເຄັ່ງຕຶງ ຢ່າງຕໍ່ ເນື່ອງ
Empowerment	Increasing the spiritual, political, social, or economic strength of individuals and communities	ເພີ່ມຄວາມເຂັ້ມແຂງໃຫ້ບຸກຄົນ ຫຼືໃຫ້ຊຸມຊົນທາງດ້ານແນວຄິດຈິຕໃຈ, ການເມືອງແລະເສດຖະກິດ
Energy	The capacity for work or vigorous activity	ຂີດຄວາມສາມາດເພື່ອເຮັດວຽກ ຫຼື ເຄື່ອນໄຫວວຽກງານຢ່າງເຂັ້ມແຂງ
Failure	The state or condition of not meeting a desirable or intended objective, and may be viewed as the opposite of success	ສະພາບ ຫຼື ເງື່ອນໄຂອັນໃດນຶ່ງທີ່ບໍ່ຖືກຫຼືບັນລຸ ເຖິງຈຸດປະສົງທີ່ຕັ້ງເປົ້າໝາຍໄວ້, ຫຼືອາດຈະມອງ ວ່າເປັນສິ່ງຕົງກັນຂ້າມກັບຄວາມສຳເລັດ
Fatigue	Weariness from bodily or mental exertion; physical or mental exhaustion due to exertion	ຄວາມອິດອ່ອນເມື່ອຍລ້າທີ່ຈະອອກແຮງທາງຮ່າງ ການຫຼືຈິຕໃຈ, ການໝົດເຫື່ອແຮງທາງການແລະໃຈ ເນື່ອງຈາກການໃຊ້ກຳລັງຫຼາຍ
Fear driven	Something that causes feelings of dread or apprehension; something a person is afraid of	ສິ່ງໃດສິ່ງນຶ່ງທີ່ເຮັດໃຫ້ເກີດຄວາມຮູ້ສຶກຢ້ານກົວ ຫຼືວັ່ນວິຕົກ; ສິ່ງທີ່ຄົນຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງຢ້ານ
Fearful and worry	A cause of uneasiness or anxiety	ສາຍເຫດທີ່ພາໃຫ້ບໍ່ສະບາຍໃຈ ແລະກັງວົນຫົນຫວຍ
Rejection	The act of rejecting or the state of being rejected	ການກະທຳທີ່ຖືກປະຕິເສດຫຼືບໍ່ຮັບ, ຫຼືສະພາບ ທີ່ຖືກຄົນອື່ນປະຕິເສດ

Term	English Definition	Lao Translation/Description
Feeling tense	In a state of mental nervous strain; strain upon the nerves or feelings	ສະພາວະປະສາດຕຶງຄຽດ; ຄວາມຕຶງຄຽດທາງ ເສັ້ນປະສາດ ຫຼື ທາງຄວາມຮູ້ສຶກ
Flashback	Survivors of traumatic experiences are revisited by elements of the traumatic experience	ພາບປະສົບພະການຄວາມເຈັບແຄ້ນຍ້ອນມາໃຫ້ ເຫັນ, ພາບຄວາມເຈັບປວດໃນອະດີດທີ່ຍ້ອນວັບແວັບໃຫ້ເຫັນ
Grief	Keen mental suffering or distress over affliction or loss; sharp sorrow; painful regret	ຄວາມທຸກທໍລະມານທາງຈິຕໃຈ ຫຼືຄວາມທຸກໂສກ ເພາະການເຈັບປ່ວຍຫຼືການສູນເສັຽຊັບສິນ; ຄວາມເສັຽໃຈຢ່າງສຸດຂີດ; ເສັຽໃຈຢ່າງເຈັບປວດ ລວດລ້າວ
Guilt	Remorse or self-reproach caused by feeling that one is responsible for a wrong or offence; the fact or state of having done wrong or committed an offence	ຄວາມກິນແໜງໃຈ ຫຼື ຄິດຕໍານິຕົນເອງຊຶ່ງເກີດຈາກຄວາມຮູ້ສຶກວ່າຕົນຕ້ອງຮັບຜິດຊອບຕໍ່ຄວາມ ຜິດຫຼືໂທດນັ້ນ; ສະພາວະຂອງການທໍາຜິດ ຫຼື ໄດ້ກໍ່ໃຫ້ເກີດຄວາມຜິດ
Hallucination	False or distorted perception of object or events with compelling sense of their reality, usually resulting from a mental disorder or drug	ການໄດ້ຍິນແລະເຫັນວັຕຖຸຫຼືເຫດການໃດນຶ່ງ ທີ່ ຜິດພ້ຽນ, ບໍ່ເປັນຄວາມຈິງ, ບໍ່ຖືກຕາມຂໍ້ເທດຈິງ ມັນ (ຄັ່ງໄຄ້ເພີ້ລະເມີ); ໂດຍປົກກະຕິ ມັກເກີດ ເນື່ອງຈາກສະພາບຈິຕວິປະຫຼາດ ຫຼື ເມົາຢາ ເສບຕິດ
Harmony (in family)	Agreement in action, opinion, feeling; order or congruity of parts to their whole or to one another	ການຕົກລົງເຫັນດີນໍາກັນ ດ້ວຍການກະທໍາ, ດ້ວຍຄວາມຄິດ ຫຼື ຄວາມຮູ້ສຶກ; ຄວາມສອດ ຄ່ອງກັນ ຂອງທັງໝົດຄອບຄົວ ຫຼື ລະຫວ່າງຄົນ ນຶ່ງກັບຄົນນຶ່ງໃນຄອບຄົວ
Headache	A pain located in the head, as over the eyes, at the temples, or at the base of the skull	ອາການເຈັບຢູ່ໃນຫົວ, ຢູ່ຂມັບ, ຫຼືໃນກະໂຫຼກຫົວ, ນອກເໜືອຈາກຕາ
Hope	To believe, desire, or trust; to feel that something desired may happen	ມີຄວາມເຊື່ອ, ມີຄວາມປະສົງ ຫຼື ເຊື່ອໝັ້ນໃນສິ່ງ ໃດນຶ່ງ; ຮູ້ສຶກວ່າສິ່ງໃດນຶ່ງທີ່ຕ້ອງການນັ້ນອາດຈະ ເກີດຂຶ້ນໄດ້
Hopelessness	A feeling of futility and passive abandonment of oneself to fate	ຄວາມຮູ້ສຶກວ່າບໍ່ມີປະໂຫຍດຫຍັງແລະປະປ່ອຍ ຕົນເອງໄປຕາມຊະຕາກໍາ
Karma	Fate; destiny	ໂຊກຊະຕາ, ເຄາະກັມ, ພົມມະລິຂິຕ
Happy	Delighted, pleased, or glad, as over a particular thing; Feeling, showing or expressing joy	ດີໃຈ, ປິຕິຊົມຊື່ນ, ຍິນດີ ຫຼື ດີໃຈ ຕໍ່ກັບສິ່ງ ໃດສິ່ງນຶ່ງ; ຄວາມຮູ້ສຶກ, ການສແດງອອກ ຫຼື ກ່າວຄວາມດີໃຈອອກມາ
Loneliness	Resulting from the state of being alone; isolated, unfrequented, or desolate	ເປັນຜົນເນື່ອງຈາກສະພາບຄວາມເປົ່າປ່ຽວ, ໂດດດ່ຽວ, ບໍ່ລື້ງແກວ່ນ, ຫຼື ອ່າງວ່າງດຽວດາຍ

Term	English Definition	Lao Translation/Description
Meditation	Continued or extended thought; reflection; contemplation; devout religious contemplation or spiritual introspection	ຄວາມນຶກຄິດທີ່ຕໍ່ເນື່ອງ ຫຼື ກວ້າງຂວາງ; ການ ສ່ອງແສງສະທ້ອນ; ການເພັ່ງພິຈາລະນາ, ຄວາມ ເຊື່ອໝັ້ນສັດທາຕໍ່ສາສນາ ຫຼື ການຄິດໄປໜ້າ ແລະທວນຄິດຍ້ອນຫຼັງ.
Memory	A mental impression retained; a recollection	ຄວາມຮູ້ສຶກທີ່ເກັບໄວ້ໃນຈິຕໃຈ; ການເກັບທ້ອນ ຄືນມາ
Mental health	Psychological well-being and satisfactory adjustment to society and to the ordinary demands of life	ຄວາມຢູ່ດີມີສຸກທາງຈິຕໃຈ ແລະ ການປັບຕົວ ເຂົ້າກັບສັງສົມໄດ້ ຢ່າງໜ້າເພິ່ງພໍໃຈ ແລະຄວາມ ຕ້ອງການໃນຊີວິຕເປັນປົກກະຕິດີ.
Mental health professional	A health care practitioner who offers services for the purpose of improving an individual's mental health or to treat mental illness.	ນັກຊ່ຽວຊານດ້ານວິຊາສະເພາະທີ່ໃຫ້ບໍລິການເພື່ອ ປັບປຸງສຸຂະພາບຈິຕຂອງບຸກຄົນໃຫ້ດີຂຶ້ນ, ຫຼື ເພື່ອປິ່ນປົວອາການປ່ວຍທາງຈິຕປະສາທ.
Mental illness	Any of various disorders in which a person's thoughts, emotions, or behavior are so abnormal as to cause suffering to himself, herself, or other people	ອາການວິປະລາສ (ຜິດປົກກະຕິ) ຕ່າງໆ ປະເພດໃດນຶ່ງ ທີ່ເຮັດໃຫ້ຄວາມຄິດ, ອາຣົມ, ຫຼື ການປະພຶຕຂອງຄົນຜິດໄປຈາກປົກກະຕິຫຼາຍ ຈົນເຮັດໃຫ້ ຕົວເອງ (ຂອງຄົນນັ້ນ) ຫຼືຜູ້ອື່ນ ໄດ້ຮັບຄວາມ
Nervousness	Highly excitable; unnaturally or acutely uneasy or apprehensive	ມີອາການຂີ້ຕື່ນຕົກໃຈແຮງ, ຫົນຫວຍກະວົນກະວາຍ ແລະຫວາດກົວ ຢ່າງຜິດທຳມະຊາດ
Nightmare	A terrifying dream in which the dreamer experiences feelings of helplessness, extreme anxiety, sorrow, etc.	ຄວາມຝັນທີ່ເປັນໜ້າຢ້ານ ຊຶ່ງຜູ້ຝັນເຈິະກັບຄວາມ ຮູ້ສຶກແບບບໍ່ມີໃຜຊ່ວຍແກ້ໄຂໄດ້, ທຸກທໍລະມານ ສຸດຂີດ ແລະເສັຽໃຈສຸດຂີດ.
Obsessive Compulsive Disorder	A disorder in which individuals are plagued by persistent, recurring thoughts or obsessions that reflect exaggerated anxiety or fears.	ພະຍາດທີ່ຄົນຕິດເນື່ອງຈາກຄວາມຄິດຝັງແໜ້ນ ແລະເກີດຂຶ້ນຊ້ຳອີກເລື້ອຍໆ ຫຼື ຄິດໝົກມຸ່ນ ໃນເລື່ອງນັ້ນໆເກີນໄປທີ່ສະທ້ອນໃຫ້ເຫັນຄວາມ ຢ້ານກົວຈົນເກນຄວາມເປັນຈິງ
Optimism	The belief that good ultimately predominates over evil in the world	ຄວາມເຊື່ອໃນແງ່ດີວ່າ ໃນຂັ້ນສຸດທ້າຍແລ້ວ ສິ່ງ ທີ່ດີຈະສາມາດຄອບຄຸມສິ່ງຊົ່ວຮ້າຍໄດ້
Over eating and weight gain	To eat more than is good for oneself	ກິນອາຫານຫຼາຍເກີນທີ່ຮ່າງກາຍຕົນເອງຕ້ອງ ການ
Pain	A physical suffering or distress, as due to injury, illness, etc.	ຄວາມທຸກທໍຣະມານ ຫຼື ຄວາມເຈັບປວດທາງ ຮ່າງກາຍເນື່ອງຈາກການບາດເຈັບ, ການເຈັບ ປ່ວຍ ແລະອື່ນໆ

Term	English Definition	Lao Translation/Description
Panic attack	An intense attack of anxiety characterized by feelings of impending doom and trembling, sweating, pounding heart, and other physical symptoms	ການກະທົບຂອງຄວາມຕື່ນຕົກໃຈຢ່າງແຮງ ຊຶ່ງ ສແດງ ລັກສະນະໂດຍມີອາການສັ່ນ, ເຫື່ອອອກ, ຫົວໃຈເຕັ້ນແຮງ, ແລະ ອາການອື່ນໆທາງດ້ານ ຮ່າງກາຍອີກ
Personality disorder	Any of a group of mental disorders characterized by deeply ingrained maladaptive patterns of behavior and personality style, which are usually recognizable as early as adolescence and are often lifelong duration	ອາການຜິດປົກກະຕິຕ່າງໆທາງຈິດໃຈ ຊຶ່ງສແດງ ລັກສະ ນະດ້ວຍຮູບແບບການປະພຶດ ແລະແບບ ແຜນຂອງບຸກຄະລິກ ທີ່ຝັງຕິດແໜ້ນໃນຕົວຄົນ ຊຶ່ງ ຍັງຈື່ຈຳໄດ້ແຕ່ຄາວຍັງເປັນ ຄົນໄວລຸ້ນແລະມັກຈະເປັນໄປຕລອດຊົ່ວຊີວິຕ
Post-traumatic stress	Caused by the experience of a wide range of traumatic events and, particularly if the trauma is extreme, can occur in persons with no predisposing conditions	ຄວາມເຈັບແຄ້ນທີ່ເກີດຈາກເຫຕການຊອກຊ້ຳ ຈິຕໃຈ ໂດຍສະເພາະຈາກຄວາມຊອກຊ້ຳຮ້າຍແຮງສຸດຂີດ ຊຶ່ງອາດສາມາດເກີດຂຶ້ນໂດຍບໍ່ມີ ເງື່ອນໄຂທີ່ເປັນສິ່ງຈູງໃຈ
Prevention	The act of prevention; a hindrance, obstacle or impediment	ການກະທຳເພື່ອປ້ອງກັນໄວ້, ສິ່ງກີດກັ້ນ, ອຸປະສັກ ຫຼື ສິ່ງຂັດຂວາງໄວ້
Psychiatrist	A physician who specializes in the diagnosis and treatment of mental disorders	ແພທຜູ້ທີ່ຊຳນານສະເພາະດ້ານໃນການວິນິດສັຍແລະ ປິ່ນປົວໂລກຈິຕ
Relax	To release or bring relief from the effects of tension, anxiety, etc.	ການປົດເປື້ອງ ຫຼື ບັນເທົາຜົນກະທົບຂອງ ຄວາມກົດດັນ, ຄວາມກຸ້ມໃຈ ແລະອື່ນໆ
Rest	A period or interval of inactivity, repose, solitude, or tranquility; mental or spiritual calm	ຊ່ວງເວລາ ຫຼື ຫວ່າງເວລາທີ່ບໍ່ໄດ້ເຄື່ອນໄຫວ ວຽກ, ພັກຜ່ອນ, ການຢູ່ຄົນດຽວ ຫຼື ການຢູ່ສງົບ ງຽບ; ຄວາມສງົບທາງໃຈ ແລະຈິຕວິນຍານ
Sadness	Causing sorrow; affected by unhappiness or grief; sorrowful or mournful	ເກີດມີຄວາມເສັຽໃຈ, ເກີດຈາກຄວາມບໍ່ດີໃຈ ຫຼື ຄວາມ ໂສກເສົ້າ, ມີຄວາມເສັຽໃຈ ຫຼື ເສົ້າ ສລົດໃຈ (ອາໄລອາວອນ)
Shame	A fact or circumstance bringing disgrace or regret	ສິ່ງທີ່ນຳຄວາມເສື່ອມເສັຽມາສູ່ຕົນ, ເຮັດໃຫ້ ເສັຽໜ້າ, ຫຼື ຄວາມເສັຽໃຈ
Side effects	Any effect of a drug, chemical, or other medicine that is in addition to its intended effect, especially an effect that is harmful or unpleasant	ຜົນກະທົບຈາກຢາ, ເຄມີພັນ ຫຼື ຢາປົວພະຍາດ ຊະນິດ ໃດນຶ່ງ ທີ່ມີຜົນກະທົບແນວອື່ນອີກ ນອກ ຈາກຜົນທີ່ຕັ້ງ ເຈຕນາຢາກໄດ້, ໂດຍສະເພາະ ແມ່ນຜົນກະທົບທີ່ເປັນ ອັນຕຣາຍ ແລະບໍ່ເປັນທີ່ ພໍໃຈ

Term	English Definition	Lao Translation/Description
Spirit	The principle of conscious life; the vital principle in humans, animating the body or mediating between body and soul	ຫຼັກຂອງຊີວິດທີ່ຍັງມີສະຕິນຶກຄິດ, ສິ່ງທີ່ເປັນຫຼັກ ສຳຄັນໃນຕົວມະນຸສ, ທີ່ກະຕຸ້ນຕົນຕົວ ຫຼື ເປັນຕົວກາງລະຫວ່າງກາຍ ແລະວິນຍານ
Stigma	A mark of disgrace of infamy; a stain or reproach, as to one's reputation	ເຄື່ອງໝາຍຂອງຄວາມເສື່ອມເສັງຊື່ສຽງ; ຈຸດດ່າງພ້ອຍ ຫຼື ຮອຍຕຳນິ (ມົນທິນ) ສຳລັບຊື່ສຽງຂອງຄົນຜູ້ໃດຜູ້ນຶ່ງ
Stress	Mental, emotional, or physical strain or tension	ຄວາມກົດດັນທາງຈິຕໃຈ, ທາງອາຣົມ ຫຼື ທາງ ຮ່າງກາຍ ຫຼື ຄວາມຕຶງຄຽດ
Struggle	To contend with an adversary or opposing force	ການສູ້ຍັນກັບກຳລັງທີ່ເປັນປໍຣະປັກ ຫຼື ຕໍ່ຕ້ານກັນ
Suicide	The intentional taking of one's own life	ການເຈຕນາຈົງໃຈປິດຊີວິຕຕົນເອງ
Survivor	A person who continues to function or prosper in spite of opposition, hardship, or setbacks	ບຸກຄົນຜູ້ທີ່ຍັງດຳເນີນວຽກຕໍ່ໄປ ຫຼື ຈະເລີນຮັ່ງມີ ຕໍ່ໄປໄດ້ທັງໆທີ່ ມີສິ່ງຂັດຂວາງຕ້ານຍັນ, ຂໍ້ຫຍຸ້ງ ຍາກ ຫຼື ສິ່ງກົດໜ່ວງໄວ້
Traumatized	To cause a trauma in the mind	ເປັນເຫດພາໃຫ້ເກີດຊອກຊ້ຳຈິຕໃຈ
Trembling	To shake involuntarily with quick, short movements, as from fear, excitement, weakness or cold; quake; quiver; to be troubled with fear or apprehension	ມີອາການສັ່ນເຊັນ ເນື່ອງຈາກຄວາມຢ້ານ, ຄວາມຕື່ນເຕັ້ນ, ຄວາມອ່ອນລ້າ ຫຼື ໜາວເຢັນ; ແຜ່ນດິນໄຫວ; ການສັ່ນສະເທືອນ; ທຸກທໍຣະ ຈາກຄວາມຢ້ານ ຫຼື ຫວາດຫວັ່ນໃຈ
Unstable	Emotional instability	ຄວາມບບໍ່ໝັ້ນແກ່ນທຸ່ນທ່ຽງທາງຈິຕໃຈ
Wellness	The quality or state of being healthy in body and mind, especially as the result of deliberate effort	ຄຸນລັກສະນະ ຫຼື ສະພາວະທີ່ມີສຸຂະພາບດີ ທາງກາຍແລະໃຈ, ໂດຍສະເພາະແມ່ນ ເນື່ອງຈາກຄວາມຕັ້ງໃຈພະຍາຍາມຂອງຕົນເອງ

Funded by the counties through the voter-approved Mental Health Services Act (Prop 63).