



5 SIMPLE HABITS that helped me become FLUENT in English

Fonte: <https://youtu.be/yWDHYKTaRmo>



English Transcript	Tradução
If you're new here, I'm originally from Russia, but for the last two years, I've been living in Mexico.	Se você é novo aqui, sou originalmente da Rússia, mas nos últimos dois anos tenho vivido no México.
I come from a simple Russian family, and we never traveled abroad together.	Venho de uma família russa simples e nunca viajamos juntos para o exterior.
There are so many people on YouTube who show by example that you can learn English by yourself, and you can become advanced in English by yourself, even if you don't have an opportunity to travel to an English-speaking country.	Há tantas pessoas no YouTube que mostram com exemplos que você pode aprender inglês sozinho e pode se tornar avançado em inglês por conta própria, mesmo que você não tenha a oportunidade de viajar para um país de língua inglesa.
I've realized recently that oftentimes we create hurdles for ourselves when in reality, we have this vast field of opportunities, and right now, because of the internet and YouTube, we have so much more opportunities.	Recentemente, percebi que muitas vezes criamos obstáculos para nós mesmos quando, na realidade, temos este vasto campo de oportunidades e, agora, por causa da internet e do YouTube, temos muito mais oportunidades.
So, in this video, I want to share five simple habits that helped me improve my English and become a fluent speaker.	Então, neste vídeo, quero compartilhar cinco hábitos simples que me ajudaram a melhorar meu inglês e me tornar um falante fluente.
Start My Day with Listening to Something in English	Comece o Dia Ouvindo Algo em Inglês
When I was a college student in Russia, I had to wake up super early every single morning and catch a train to go to college.	Quando eu era estudante universitária na Rússia, tinha que acordar super cedo todas as manhãs e pegar um trem para ir à faculdade.
While I was on the train, I had an hour to kill.	Enquanto estava no trem, tinha uma hora para passar.



English Transcript	Tradução
Yeah, it was pretty intense.	Sim, era bem intenso.
So, what I would do is listen to something in English.	Então, o que eu fazia era ouvir algo em inglês.
I would either listen to a podcast in English or watch a YouTube video in English.	Eu ouvia um podcast em inglês ou assistia a um vídeo no YouTube em inglês.
If you really think about it, this simple habit didn't take any of my time because I used this principle of habit stacking.	Se você pensar bem, esse hábito simples não tomava nenhum tempo meu porque eu usava este princípio de empilhamento de hábitos.
I tied my new habit of English learning—of listening to something in English—to something I already did on a regular basis.	Eu associava meu novo hábito de aprender inglês - de ouvir algo em inglês - a algo que eu já fazia regularmente.
I knew that I had to go to college five times a week, so it was a lot easier for me to, you know, tie this habit of listening to something in English to my commute because I knew it was happening.	Eu sabia que tinha que ir à faculdade cinco vezes por semana, então era muito mais fácil para mim, você sabe, associar este hábito de ouvir algo em inglês ao meu trajeto, porque eu sabia que isso estava acontecendo.
You know, because I had to go to college, I had to attend all my classes.	Você sabe, porque eu tinha que ir à faculdade, eu tinha que assistir todas as minhas aulas.
And now, this habit is so ingrained into my routine that every time I call an Uber (I'm not a college student anymore, so I don't have to go to class every single morning), but every time I call an Uber, maybe I have to go to the gym, for example, I always want to listen to something in English.	E agora, esse hábito está tão enraizado na minha rotina que toda vez que chamo um Uber (não sou mais estudante universitária, então não preciso ir para a aula todas as manhãs), mas toda vez que chamo um Uber, talvez eu precise ir à academia, por exemplo, eu sempre quero ouvir algo em inglês.
I want to listen to a podcast, guys, or I want to watch a YouTube video because, for me, when I'm going somewhere, that's the time when I can listen to something in English and work on my listening skills.	Quero ouvir um podcast ou quero assistir a um vídeo no YouTube porque, para mim, quando estou indo a algum lugar, é o momento em que posso ouvir algo em inglês e trabalhar minhas habilidades de escuta.
Revise My Vocabulary Cards Every Day	Revisar Minhas Cartas de Vocabulário Todos os Dias
I started creating online flashcards for the first time in 2020, and since then, I've been a huge fan of the spaced repetition technology.	Comecei a criar flashcards online pela primeira vez em 2020, e desde então, sou uma grande fã da tecnologia de repetição espaçada.
It has helped me a lot; it really helped me when I was in college and I had to learn Chinese because the Chinese language was my major, believe it or not.	Isso me ajudou muito; realmente me ajudou quando eu estava na faculdade e tinha que aprender chinês porque a língua chinesa era minha especialização, acredite ou não.
I feel like right now my Chinese is definitely a lot worse because I don't practice it regularly because right now all my time is dedicated to Spanish, obviously Spanish and English.	Sinto que agora meu chinês está definitivamente muito pior porque não o pratico regularmente, já que todo o meu tempo é dedicado ao espanhol, obviamente espanhol e inglês.
But because my English is already pretty good, I can actually use English to learn Spanish, and that's exactly what I did when I was in college.	Mas como meu inglês já é muito bom, posso usar o inglês para aprender espanhol, e foi exatamente o que fiz quando estava na faculdade.
I used English to learn Chinese, and obviously, I had to somehow memorize new words.	Usei o inglês para aprender chinês e, obviamente, tive que memorizar novas palavras de alguma forma.
To be honest, at the very beginning, I actually used	Para ser honesta, no início, eu realmente usava



English Transcript	Tradução
paper flashcards.	flashcards de papel.
I just bought a stack of Post-its and I would actually, like, write every single word and its translation.	Eu comprava um bloco de Post-its e realmente, tipo, escrevia cada palavra e sua tradução.
But then I realized that for me, personally, it was not very effective because I wanted to add a picture, and I'm not very good at painting or drawing, so I didn't actually want to do it myself.	Mas então percebi que, para mim, pessoalmente, não era muito eficaz porque eu queria adicionar uma imagem, e não sou muito boa em pintura ou desenho, então não queria fazer isso eu mesma.
And that's how I came across SRS (space repetition system), and I'm using this technology, the system, even right now.	E foi assim que conheci o SRS (sistema de repetição espaçada), e estou usando essa tecnologia, o sistema, até agora.
The approach I'm using right now is I dedicate one day per week for adding all of the new flashcards because I don't have enough time to do it every single day because I have a job, I have to work, I have to go to the gym, you know, take care of my physical and mental health, and sometimes I don't have enough time to do that, like to create all of the new flashcards.	A abordagem que uso agora é dedicar um dia por semana para adicionar todos os novos flashcards porque não tenho tempo suficiente para fazer isso todos os dias, já que tenho um trabalho, tenho que trabalhar, tenho que ir à academia, você sabe, cuidar da minha saúde física e mental, e às vezes não tenho tempo suficiente para fazer isso, como criar todos os novos flashcards.
So that's why I prefer to do it on the weekend, and then during the week, I revise all the flashcards.	Então, é por isso que prefiro fazer isso no fim de semana e, durante a semana, reviso todos os flashcards.
Usually, it's like 20 to 50 flashcards every single day, unless I skip a day.	Normalmente, são de 20 a 50 flashcards todos os dias, a menos que eu pule um dia.
Obviously, you shouldn't be skipping any days because otherwise, you will have a huge pile of flashcards waiting to be revised.	Obviamente, você não deve pular nenhum dia porque, caso contrário, terá uma pilha enorme de flashcards esperando para serem revisados.
This simple habit of reviewing all of my vocabulary really helps me when I have to speak English, when I have to record YouTube videos, or when I decide to journal in English—when I actually have to, you know, use all my knowledge and all the words and expressions I know.	Este hábito simples de revisar todo o meu vocabulário realmente me ajuda quando tenho que falar inglês, quando tenho que gravar vídeos para o YouTube ou quando decido escrever um diário em inglês - quando realmente tenho que, você sabe, usar todo o meu conhecimento e todas as palavras e expressões que conheço.
If you're looking for an app that will help you create and memorize flashcards, make sure to give DuoCards a try.	Se você está procurando um aplicativo que ajude a criar e memorizar flashcards, certifique-se de experimentar o DuoCards.
This app uses this effective space repetition method that I love and talk about all the time.	Este aplicativo usa esse método eficaz de repetição espaçada que eu amo e falo sobre ele o tempo todo.
With DuoCards, you can save new words from your phone or just by using their Chrome extension and learn languages by watching movies and videos.	Com o DuoCards, você pode salvar novas palavras do seu telefone ou apenas usar sua extensão do Chrome e aprender línguas assistindo a filmes e vídeos.
You can save your own phrases by using their integrated translator or study the words from the sets of cards available on their app.	Você pode salvar suas próprias frases usando seu tradutor integrado ou estudar as palavras dos conjuntos de cartas disponíveis no aplicativo.
These sets are created by their community, reviewed by DuoCards, and sorted by popularity.	Esses conjuntos são criados por sua comunidade, revisados pelo DuoCards e classificados por popularidade.
And if you're a teacher, you can create your own	E se você é professor, pode criar seus próprios



English Transcript	Tradução
sets for your students to use.	conjuntos para seus alunos usarem.
When you're watching a movie or reading an article, you can just tap on this word and see its translation and then save it as a new flashcard.	Quando você está assistindo a um filme ou lendo um artigo, pode simplesmente tocar nesta palavra, ver sua tradução e depois salvá-la como um novo flashcard.
The DuoCards app is available for download in the App Store and Google Play.	O aplicativo DuoCards está disponível para download na App Store e no Google Play.
You can, of course, always use it on your computer or use their Chrome extension.	Você pode, é claro, sempre usá-lo no seu computador ou usar sua extensão do Chrome.
The app has already been downloaded more than 2 million times and has users from over 180 different countries.	O aplicativo já foi baixado mais de 2 milhões de vezes e tem usuários de mais de 180 países diferentes.
So if you want to give DuoCards a try, and learn new words, make sure to click on the link in the description.	Então, se você quiser experimentar o DuoCards e aprender novas palavras, certifique-se de clicar no link na descrição.
Journal About My Life	Diário Sobre Minha Vida
We all know that journaling can have a lot of positive effects on mental health, and I'm definitely a person who struggles with anxiety from time to time, so journaling is something that I have to do consistently.	Todos sabemos que escrever um diário pode ter muitos efeitos positivos na saúde mental, e sou definitivamente uma pessoa que luta contra a ansiedade de vez em quando, então escrever um diário é algo que tenho que fazer consistentemente.
And now, actually recording this video for you guys, I realized that I haven't journaled in quite a while.	E agora, realmente gravando este vídeo para vocês, percebi que não escrevo no diário há bastante tempo.
I really need to get back into my journaling routine.	Realmente preciso voltar à minha rotina de escrever no diário.
But a few years ago, I was journaling every single day because it was helping me improve my English, first of all, because I was only journaling in English.	Mas alguns anos atrás, eu escrevia no diário todos os dias porque isso me ajudava a melhorar meu inglês, primeiro de tudo, porque eu só escrevia em inglês.
But at the same time, it had this huge therapeutic effect.	Mas, ao mesmo tempo, teve um enorme efeito terapêutico.
I could express my thoughts and feelings without any fear or judgment, and this helped me release all of my pent-up emotions and gain a sense of relief.	Eu podia expressar meus pensamentos e sentimentos sem medo ou julgamento, e isso me ajudou a liberar todas as minhas emoções reprimidas e ganhar um sentimento de alívio.
Journaling in a foreign language can also help you see your improvement—like your personal improvement in this foreign language.	Escrever um diário em uma língua estrangeira também pode ajudá-lo a ver seu progresso - como seu progresso pessoal nessa língua estrangeira.
Because when you journal consistently, you can go back to your old entries, you can see your old entries and be like, "Oh my God, I can't imagine that's what I was worried about," for example, or "That's how I was writing at that time in English. Now I can do it a lot better," and, for example, maybe you find a mistake in your old entries.	Porque quando você escreve consistentemente, pode voltar às suas entradas antigas, pode ver suas entradas antigas e pensar: "Oh meu Deus, não posso imaginar que era com isso que eu estava preocupada," por exemplo, ou "É assim que eu estava escrevendo naquela época em inglês. Agora posso fazer muito melhor," e, por exemplo, talvez você encontre um erro em suas entradas antigas.
So, it's a great way to see your progress because oftentimes when we don't record our progress, it's kind of like, you know, when you, for example, let's	Então, é uma ótima maneira de acompanhar o seu progresso porque, muitas vezes, quando não registramos nosso progresso, é como, você sabe,



English Transcript	Tradução
say you have siblings, right?	quando, por exemplo, digamos que você tem irmãos, certo?
You grow up with your siblings and you don't even notice your siblings grow up.	Você cresce com seus irmãos e nem percebe que seus irmãos crescem.
Obviously, we all grow up, but you don't notice it.	Obviamente, todos crescemos, mas você não percebe.
But, for example, let's say your distant aunt only comes and visits you guys like once a year.	Mas, por exemplo, digamos que sua tia distante só venha visitá-los uma vez por ano.
Every time she comes, she says, "Oh my God, you guys are so tall now! You look completely different," but for you, it's the same.	Toda vez que ela vem, ela diz: "Oh meu Deus, vocês estão tão altos agora! Parecem completamente diferentes," mas para você, é o mesmo.
So it's the same principle with language learning.	Então, é o mesmo princípio com o aprendizado de línguas.
A lot of students feel like they're not improving when, in fact, they are.	Muitos estudantes sentem que não estão melhorando quando, na verdade, estão.
We just need to have this good, maybe, system of tracking our progress, and it can help some of you guys a lot.	Só precisamos ter um bom, talvez, sistema de rastreamento de nosso progresso, e isso pode ajudar muitos de vocês.
I wanted to show you guys all the journals that I brought here to Mexico with me.	Eu queria mostrar a vocês todos os diários que trouxe comigo para o México.
So, these are the journals I brought with me from Russia.	Então, estes são os diários que trouxe da Rússia.
And this little guy is actually almost full.	E este carinha está quase cheio.
I'm gonna put this journal right here for now.	Vou colocar este diário aqui por enquanto.
And yeah, if I open it up, honestly, it has so many memories and everything, and it's crazy.	E sim, se eu abri-lo, honestamente, ele tem tantas memórias e tudo mais, e é louco.
Like, I have entries here, the oldest one is January 2nd, 2022, so it's crazy.	Tipo, eu tenho entradas aqui, a mais antiga é de 2 de janeiro de 2022, então é louco.
And it's all in English.	E está tudo em inglês.
It's all my thoughts from January 2022 in English.	São todos os meus pensamentos de janeiro de 2022 em inglês.
It's been almost two years now, which is crazy.	Já se passaram quase dois anos agora, o que é louco.
And the second guy right here is a little bit thicker, as you can see, and it's actually more of a planner.	E o segundo carinha aqui é um pouco mais grosso, como você pode ver, e é na verdade mais um planejador.
So, if you're like into planning and bullet journaling, you might enjoy this kind of thing a lot because, as you can see, it looks like this.	Então, se você gosta de planejamento e bullet journaling, pode gostar muito desse tipo de coisa porque, como você pode ver, parece assim.
So, it's kind of already organized for you, like I didn't create all of this, for example, here.	Então, já está meio que organizado para você, como eu não criei tudo isso, por exemplo, aqui.
So, it can help you, like, organize your life, and obviously, if you do it in English, you'll be also improving your English skills along the way.	Então, pode ajudá-lo a, tipo, organizar sua vida, e obviamente, se você fizer isso em inglês, também estará melhorando suas habilidades em inglês ao longo do caminho.
Work on My Accent Weekly	Trabalhar no Meu Sotaque Semanalmente
I still remember this day pretty clearly because at the end of 2019, I had a conversation with my	Ainda me lembro deste dia com bastante clareza porque, no final de 2019, tive uma conversa com minha



English Transcript	Tradução
English University professor, and she told me that I should start working on my accent in English a little bit more because by that time, my English was already pretty good.	professora de inglês da universidade, e ela me disse que eu deveria começar a trabalhar um pouco mais no meu sotaque em inglês porque, naquela época, meu inglês já era muito bom.
The only problem was that I had a very clear Russian accent, maybe not like this, but, you know, pretty bad.	O único problema era que eu tinha um sotaque russo muito claro, talvez não como este, mas, você sabe, bem ruim.
It's so weird for me to speak like this right now because it sounds so foreign.	É tão estranho para mim falar assim agora porque parece tão estranho.
So, obviously, I had to choose one accent and stick to it, and I decided to choose the American accent, like the standard American pronunciation.	Então, obviamente, tive que escolher um sotaque e me ater a ele, e decidi escolher o sotaque americano, como a pronúncia padrão americana.
I watched a lot of YouTube videos and, like, I got a lot of books that really helped me nail down specific sounds I had problems with.	Assisti a muitos vídeos no YouTube e, tipo, comprei muitos livros que realmente me ajudaram a dominar sons específicos com os quais eu tinha problemas.
For a lot of Russian speakers, the main problem is with the sounds "live" and "leave."	Para muitos falantes russos, o principal problema é com os sons "live" e "leave".
Like, for me, I could understand the difference.	Tipo, para mim, eu podia entender a diferença.
I was always saying, "I live in Russia," or "Oh, I'm gonna leave now," like everything was the same.	Eu sempre dizia: "I live in Russia," ou "Oh, I'm gonna leave now", como se fosse a mesma coisa.
So, obviously, it took a lot of practice, it took a lot of work, but it was all worth it.	Então, obviamente, exigiu muita prática, muito trabalho, mas valeu a pena.
Of course, right now, I know that I still sound a little bit foreign, right?	Claro, agora, sei que ainda soou um pouco estrangeiro, certo?
I don't sound a hundred percent American, which is absolutely okay, but I know that if I want to, I can get there.	Não soei cem por cento americano, o que é absolutamente ok, mas sei que, se quiser, posso chegar lá.
I just feel like I'm getting there slowly, like I don't have this goal of, "Oh my God, I want to be indistinguishable from an American."	Apenas sinto que estou chegando lá lentamente, como se eu não tivesse esse objetivo de, "Oh meu Deus, quero ser indistinguível de um americano."
No, for me, it's sort of fine to have like a little bit of an accent when I speak English.	Não, para mim, está mais ou menos ok ter um pouco de sotaque quando falo inglês.
The most important thing for me is developing my fluency, and that's something I'm focusing on right now.	A coisa mais importante para mim é desenvolver minha fluência, e isso é algo em que estou focando agora.
If you're curious, guys, here is a little part from my old YouTube video so you can compare the way I speak English now to the way I spoke English before.	Se você está curioso, pessoal, aqui está uma pequena parte do meu antigo vídeo do YouTube para que você possa comparar a maneira como falo inglês agora com a maneira como eu falava inglês antes.
So, we're gonna start with a standard American English accent.	Então, vamos começar com um sotaque padrão de inglês americano.
I decided to start with this accent because this is probably the accent you're learning if you want to speak in American English, and this is probably the accent you're taught in schools or in college, again, if you are taught American English.	Decidi começar com este sotaque porque este é provavelmente o sotaque que você está aprendendo se quiser falar em inglês americano, e este é provavelmente o sotaque que você aprende nas escolas ou na faculdade, novamente, se você está aprendendo inglês americano.



English Transcript	Tradução
Speak Even If I Feel Shy	Falar Mesmo se Eu Me Sentir Tímida
I'm a very shy person, and I always tell people that I'm an introvert.	Sou uma pessoa muito tímida, e sempre digo às pessoas que sou introvertida.
I feel like maybe you guys don't think this way because you think, "Oh, I'm creating all those YouTube videos for many people to watch," but in reality, right now, I'm alone.	Sinto que talvez vocês não pensem assim porque pensam: "Oh, estou criando todos esses vídeos para o YouTube para muitos assistirem," mas, na realidade, agora, estou sozinha.
I'm alone in my room; there's no one.	Estou sozinha no meu quarto; não há ninguém.
I'm just talking to my camera, and I feel like that's the reality of being a YouTuber.	Estou apenas falando com a minha câmera, e sinto que essa é a realidade de ser um YouTuber.
I honestly believe that a lot of YouTubers are introverted; maybe even most YouTubers are introverted.	Honestamente, acredito que muitos YouTubers são introvertidos; talvez até a maioria dos YouTubers seja introvertida.
It really depends, but obviously, I can only talk about myself, and I know that I'm more of an introverted person.	Depende muito, mas, obviamente, só posso falar de mim mesma, e sei que sou mais uma pessoa introvertida.
I feel extremely shy when I have to make new connections, when I have to speak a foreign language in front of new people.	Sinto-me extremamente tímida quando tenho que fazer novas conexões, quando tenho que falar uma língua estrangeira na frente de novas pessoas.
So, a few years ago, it was very hard for me to make myself go out there and start talking to new people.	Então, há alguns anos, era muito difícil para mim me obrigar a sair e começar a falar com novas pessoas.
But, to be completely honest, now I know that it's a skill.	Mas, para ser completamente honesta, agora eu sei que é uma habilidade.
It's a skill, and it can be trained if you want to.	É uma habilidade, e pode ser treinada se você quiser.
And at that time, my goal was to improve my speaking skills, and I had to go out there.	E naquela época, meu objetivo era melhorar minhas habilidades de fala, e eu tinha que sair.
I had to talk to new people, and the way I did it was with speaking clubs.	Eu tinha que falar com pessoas novas, e a maneira como fiz isso foi com clubes de conversação.
First, I attended the speaking club in my university.	Primeiro, participei do clube de conversação na minha universidade.
Of course, I was only talking to Russian people; I was only talking to the students who were at my university, but for me, it was fine as long as I was speaking English.	Claro, eu só falava com pessoas russas; eu só falava com os estudantes que estavam na minha universidade, mas, para mim, estava tudo bem, desde que eu estivesse falando inglês.
Then I decided to go to a different, like a bigger speaking club.	Então, decidi ir a um clube de conversação diferente, tipo, maior.
And yes, from time to time, we had foreigners there, which was difficult and scary, but it was my goal.	E sim, de vez em quando, tínhamos estrangeiros lá, o que era difícil e assustador, mas era meu objetivo.
And then I realized that I was ready to join, like an online speaking club, and talk to people from a lot of different countries.	E então eu percebi que estava pronta para participar, tipo, de um clube de conversação online e falar com pessoas de muitos países diferentes.
So that's what I did.	Então foi isso que fiz.
Of course, I also practiced a lot with my teacher, and I had a lot of different teachers throughout my	Claro, também pratiquei muito com meu professor, e tive muitos professores diferentes ao longo de toda a



English Transcript	Tradução
whole journey.	minha jornada.
And I feel like speaking to a native speaker, especially with a teacher, is extremely beneficial.	E sinto que falar com um falante nativo, especialmente com um professor, é extremamente benéfico.
It's nice when someone can give you feedback.	É bom quando alguém pode te dar feedback.
It's nice when someone can tell you exactly what to work on and what to improve.	É bom quando alguém pode te dizer exatamente no que trabalhar e o que melhorar.
And you know that you might feel embarrassed and shy, but you have to remember that the only way to achieve greatness is by embracing discomfort and stepping outside your comfort zone.	E você sabe que pode se sentir envergonhado e tímido, mas tem que lembrar que a única maneira de alcançar a excelência é abraçando o desconforto e saindo da sua zona de conforto.
That's where the magic happens, and I couldn't agree more with this quote.	É aí que a mágica acontece, e eu não poderia concordar mais com essa citação.
If you need a resource to learn new vocabulary in a foreign language, in English, or any other language you're learning, you absolutely have to check out DuoCards again.	Se você precisa de um recurso para aprender novo vocabulário em uma língua estrangeira, em inglês ou qualquer outra língua que esteja aprendendo, você absolutamente tem que verificar o DuoCards novamente.
The link will be down in the description.	O link esta na descrição.
If you like this video, don't forget to give it a thumbs up and subscribe to my channel, and I'll see you guys in my next video.	Se você gostou deste vídeo, não se esqueça de dar um joinha e se inscrever no meu canal, e nos vemos no próximo vídeo.



Contagem de palavras

A tabela abaixo exhibe as palavras encontradas neste vídeo, bem como o número de vezes em que aparecem.

Veja também: [Para que serve esta tabela?](#)

Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
146	I	100	to	81	and
70	a	67	you	55	the
55	it	49	is	46	of
42	my	42	in	38	that
35	english	31	this	29	was
29	have	28	so	28	like
28	for	24	not	24	can
23	because	20	do	19	when
19	me	19	are	19	all
18	time	18	now	18	but
18	am	17	your	17	lot
17	if	16	with	16	had
14	or	14	on	13	right
13	new	13	know	12	from
12	an	11	by	10	we
10	want	10	go	10	every
10	accent	9	something	9	guys
9	feel	9	be	8	youtube
8	speaking	8	people	8	obviously
8	flashcards	8	day	8	college
8	actually	7	way	7	video
7	up	7	there	7	speak
7	see	7	only	7	learn
7	language	7	journaling	7	here
7	example	7	did	7	at
7	american	6	what	6	very
6	then	6	single	6	really
6	more	6	maybe	6	little
6	just	6	habit	6	foreign
6	duocards	6	app	5	work
5	words	5	will	5	use
5	their	5	start	5	pretty
5	oh	5	listen	5	helped
5	even	5	different	5	create
5	as	5	already	5	about
4	years	4	videos	4	using
4	talking	4	talk	4	simple



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
4	shy	4	same	4	russian
4	russia	4	realized	4	one
4	old	4	make	4	listening
4	journal	4	improve	4	help
4	has	4	good	4	give
4	entries	4	course	4	chinese
4	bit	4	been	4	any
4	always	3	would	3	who
3	which	3	week	3	watch
3	vocabulary	3	used	3	university
3	think	3	teacher	3	system
3	students	3	spanish	3	sounds
3	skills	3	siblings	3	she
3	sets	3	save	3	repetition
3	reality	3	progress	3	person
3	out	3	need	3	myself
3	many	3	learning	3	kind
3	its	3	introverted	3	into
3	huge	3	grow	3	gonna
3	god	3	goal	3	first
3	decided	3	crazy	3	could
3	club	3	also	2	youtubers
2	yourself	2	yeah	2	word
2	while	2	watching	2	wanted
2	us	2	uber	2	two
2	try	2	translation	2	train
2	took	2	times	2	thoughts
2	thing	2	they	2	these
2	tell	2	technology	2	taught
2	take	2	sure	2	student
2	still	2	standard	2	speaker
2	space	2	sound	2	someone
2	skill	2	show	2	should
2	say	2	routine	2	revise
2	remember	2	record	2	problem
2	probably	2	principle	2	practice
2	podcast	2	own	2	our
2	opportunities	2	online	2	oftentimes
2	notice	2	no	2	nice
2	most	2	morning	2	might
2	mexico	2	mental	2	memorize



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
2	live	2	link	2	life
2	let	2	leave	2	knew
2	journals	2	january	2	improving
2	how	2	honestly	2	honest
2	health	2	gym	2	guy
2	get	2	five	2	fine
2	few	2	extremely	2	extension
2	exactly	2	everything	2	enough
2	effective	2	down	2	description
2	definitely	2	creating	2	countries
2	consistently	2	completely	2	comes
2	chrome	2	choose	2	cards
2	call	2	brought	2	believe
2	become	2	back	2	available
2	alone	2	almost	2	ago
2	again	2	absolutely	1	zone
1	youtuber	1	yes	1	year
1	writing	1	write	1	worth
1	worse	1	worried	1	working
1	without	1	why	1	whole
1	where	1	were	1	weird
1	weekly	1	weekend	1	watched
1	wake	1	waiting	1	visits
1	vast	1	usually	1	uses
1	users	1	unless	1	understand
1	traveled	1	travel	1	translator
1	trained	1	tracking	1	told
1	together	1	tied	1	tie
1	thumbs	1	throughout	1	those
1	thicker	1	therapeutic	1	than
1	teachers	1	tap	1	tall
1	super	1	subscribe	1	study
1	struggles	1	store	1	stick
1	stepping	1	started	1	stacking
1	stack	1	srs	1	spoke
1	specific	1	speakers	1	spaced
1	sorted	1	sort	1	somewhere
1	sometimes	1	somehow	1	some
1	slowly	1	skipping	1	skip
1	since	1	share	1	sense
1	second	1	schools	1	scary



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
1	says	1	saying	1	room
1	revised	1	reviewing	1	reviewed
1	resource	1	relief	1	release
1	regularly	1	regular	1	recording
1	recently	1	ready	1	reading
1	quote	1	quite	1	put
1	pronunciation	1	professor	1	problems
1	prefer	1	practiced	1	post
1	positive	1	popularity	1	play
1	planning	1	planner	1	pile
1	picture	1	physical	1	phrases
1	phone	1	personally	1	personal
1	percent	1	per	1	pent
1	part	1	paper	1	painting
1	over	1	outside	1	ourselves
1	otherwise	1	other	1	originally
1	organized	1	organize	1	opportunity
1	open	1	once	1	oldest
1	okay	1	next	1	never
1	nd	1	native	1	nail
1	much	1	movies	1	movie
1	mistake	1	million	1	method
1	memories	1	major	1	main
1	magic	1	love	1	looks
1	looking	1	look	1	long
1	living	1	learningof	1	last
1	languages	1	knowledge	1	kill
1	judgment	1	journey	1	journaled
1	join	1	job	1	introvert
1	internet	1	intense	1	integrated
1	ingrained	1	indistinguishable	1	improvementlike
1	improvement	1	important	1	imagine
1	hurdles	1	hundred	1	hour
1	helps	1	helping	1	hard
1	happens	1	happening	1	habits
1	greatness	1	great	1	got
1	google	1	going	1	getting
1	gain	1	full	1	front
1	forget	1	foreigners	1	focusing
1	fluent	1	fluency	1	flashcard
1	find	1	field	1	feelings



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
1	feedback	1	fear	1	fan
1	family	1	fact	1	expressions
1	express	1	especially	1	enjoy
1	englishwhen	1	englishto	1	end
1	emotions	1	embracing	1	embarrassed
1	either	1	effects	1	effect
1	easier	1	early	1	during
1	drawing	1	downloaded	1	download
1	distant	1	discomfort	1	difficult
1	difference	1	developing	1	depends
1	dedicated	1	dedicate	1	decide
1	days	1	curious	1	created
1	country	1	conversation	1	connections
1	computer	1	compare	1	commute
1	community	1	comfort	1	come
1	clubs	1	click	1	clearly
1	clear	1	classes	1	class
1	check	1	channel	1	catch
1	care	1	cannot	1	camera
1	came	1	bullet	1	bought
1	books	1	bigger	1	better
1	beneficial	1	being	1	beginning
1	before	1	basis	1	bad
1	aunt	1	attended	1	attend
1	article	1	approach	1	anymore
1	anxiety	1	along	1	agree
1	advanced	1	adding	1	add
1	across	1	achieve	1	abroad