



5 Ways to Stay Motivated

Fonte: <https://youtu.be/1UMCecLEgOw>



English Transcript	Tradução
We know that motivation is very important in language learning.	Sabemos que a motivação é muito importante no aprendizado de idiomas.
It's a key part of that learner's attitude.	Ela é uma parte fundamental da atitude do aprendiz.
It goes along with confidence, you know, the desire to achieve a certain level in the language and motivation is what gets us started and keeps us going.	Vai junto com a confiança, sabe, o desejo de alcançar um certo nível no idioma e a motivação é o que nos faz começar e continuar.
And I thought a bit about motivation because it's easy to talk about motivation, but how do you motivate yourself or how do you motivate other people?	E eu pensei um pouco sobre motivação porque é fácil falar sobre motivação, mas como você se motiva ou como motiva outras pessoas?
What are the elements?	Quais são os elementos?
What are the components of motivation?	Quais são os componentes da motivação?
And I think there are five triggers to motivation, and I want to talk about these five triggers at three distinct stages of our, language learning journey.	E eu acho que existem cinco gatilhos para a motivação, e quero falar sobre esses cinco gatilhos em três etapas distintas da nossa jornada de aprendizado de idiomas.
When we are getting started, starting from scratch, obviously a major trigger can be curiosity.	Quando estamos começando, começando do zero, obviamente um grande gatilho pode ser a curiosidade.
People are interested in Spanish culture or they've been watching Turkish serial series on Netflix or	As pessoas estão interessadas na cultura espanhola ou têm assistido a séries turcas na Netflix ou qualquer



English Transcript	Tradução
anything which triggers a curiosity in another language can be a major trigger.	coisa que desperte a curiosidade em outro idioma pode ser um grande gatilho.
Another important trigger can be a connection.	Outro gatilho importante pode ser uma conexão.
For example, a family member, maybe grandma who doesn't speak English for people who have immigrated, say to an English speaking country.	Por exemplo, um membro da família, talvez a avó que não fala inglês para pessoas que imigraram, digamos, para um país de língua inglesa.
It can be, a girlfriend, a boyfriend, or simply a friend, or any kind of a personal connection like that can be a major, you know, contributor.	Pode ser um namorado, uma namorada ou simplesmente um amigo, ou qualquer tipo de conexão pessoal assim pode ser uma grande contribuição.
A major trigger of interest in the language, a major, major motivator.	Um grande gatilho de interesse no idioma, um grande motivador.
Another motivator can be an obligation.	Outro motivador pode ser uma obrigação.
Maybe you work for a company, say, in Japan, and they insist on a certain level of English.	Talvez você trabalhe para uma empresa, digamos, no Japão, e eles insistam em um certo nível de inglês.
So whether you like it or not, you've gotta start learning English.	Então, goste você ou não, você tem que começar a aprender inglês.
At school certain languages may be compulsory, so obligation can be a trigger.	Na escola, certos idiomas podem ser obrigatórios, então a obrigação pode ser um gatilho.
It can trigger resistance to the language as well, but it does get you going starting to learn the language.	Pode provocar resistência ao idioma também, mas faz você começar a aprender o idioma.
Now, on the other hand, a more positive trigger is a sense of success.	Por outro lado, um gatilho mais positivo é a sensação de sucesso.
Let's say that you went to Mexico and you had a little phrase book, and you were able to say a few things and to communicate in Spanish.	Vamos dizer que você foi ao México e tinha um pequeno livro de frases e conseguiu dizer algumas coisas e se comunicar em espanhol.
Then perhaps when you come home, you're now more motivated to really try to learn Spanish because you had some success with the language.	Então, talvez quando você voltar para casa, esteja mais motivado para realmente tentar aprender espanhol porque teve algum sucesso com o idioma.
Success is, throughout the process, a major trigger of motivation.	O sucesso é, ao longo do processo, um grande gatilho de motivação.
And finally context.	E, finalmente, contexto.
Again, getting back to the person who visited Mexico or maybe visited China or Vietnam or any country and was made aware that there is this other world where people don't speak my native language, they speak this other language.	Voltando à pessoa que visitou o México ou talvez tenha visitado a China ou o Vietnã ou qualquer país e percebeu que existe esse outro mundo onde as pessoas não falam minha língua nativa, elas falam esse outro idioma.
And so there is a context where I can see myself communicating in that language.	E então há um contexto em que posso me ver comunicando nesse idioma.
So here is where context becomes a trigger.	Aqui é onde o contexto se torna um gatilho.
Now, as we then approach the sort of intermediate stage in the language, we find that the same triggers start to work as we've made sort of some progress in the language.	Agora, quando nos aproximamos do estágio intermediário no idioma, descobrimos que os mesmos gatilhos começam a funcionar à medida que progredimos no idioma.
We've gotten past the first stage, we've acquired some words, and now we're discovering more and more interesting content.	Passamos pela primeira etapa, adquirimos algumas palavras e agora estamos descobrindo conteúdo cada vez mais interessante.



English Transcript	Tradução
In other words, our curiosity is growing.	Em outras palavras, nossa curiosidade está crescendo.
There's a tremendous opportunity for that curiosity to grow.	Há uma tremenda oportunidade para essa curiosidade crescer.
What was originally sort of a surface like curiosity has now become a deeper curiosity in the intermediate stage.	O que era originalmente uma curiosidade superficial tornou-se uma curiosidade mais profunda no estágio intermediário.
Similarly, with the connections, we can now find that we were able to maybe start genuinely communicating with grandma or on our most recent trip to Mexico, we were in fact able to communicate more with the locals rather than just asking for a beer in a, in a restaurant.	Da mesma forma, com as conexões, agora descobrimos que talvez possamos começar a nos comunicar de verdade com a avó ou em nossa viagem mais recente ao México, de fato conseguimos nos comunicar mais com os locais em vez de apenas pedir uma cerveja no restaurante.
The idea of the connections is strengthening and, and continuing to, to trigger our motivation.	A ideia das conexões está se fortalecendo e continuando a desencadear nossa motivação.
So again, the obligation can get stronger and reinforce itself.	Então, novamente, a obrigação pode se fortalecer e se reforçar.
Perhaps you now have, after some say, initial success in learning, say German, you feel you might be able to go work in Germany.	Talvez agora, após algum sucesso inicial no aprendizado do alemão, você sinta que pode trabalhar na Alemanha.
So you're building on your success in the sort of initial and intermediate stage, and you're adding additional obligations.	Então, você está construindo sobre seu sucesso nos estágios inicial e intermediário e está adicionando obrigações adicionais.
Or maybe you say, I'm gonna take a test.	Ou talvez você diga: vou fazer um teste.
I'm gonna take a test in Korean, or a test in Chinese.	Vou fazer um teste em coreano ou em chinês.
And so you are prepared to put obligations on yourself to keep motivating yourself to go forward in the language.	E assim, você está disposto a assumir obrigações para se manter motivado a seguir em frente no idioma.
So obligation remains or can remain a strong trigger.	Portanto, a obrigação permanece ou pode permanecer um forte gatilho.
The next thing, of course, is success.	O próximo ponto, claro, é o sucesso.
So as we're in the intermediate stage, we now have these eureka moments where all of a sudden we understand this passage or we're watching a movie and we understand the movie, or we were with people and we were able to say more things, than previously.	No estágio intermediário, temos esses momentos eureka em que de repente entendemos um trecho ou estamos assistindo a um filme e entendemos o filme, ou estávamos com pessoas e conseguimos dizer mais coisas do que antes.
We kind of sensed some progress, and that feeling of success can be a tremendous trigger in order to keep us motivated to learn the language.	Sentimos algum progresso, e essa sensação de sucesso pode ser um tremendo gatilho, para nos manter motivados a aprender o idioma.
Finally, again, the context is evolving.	Finalmente, o contexto está evoluindo.
Like initially the context was learner books and trying to get enough words to sort of pick your way through, the textbook.	Inicialmente, o contexto eram livros didáticos e tentar obter palavras suficientes para decifrar o livro.
But now in the intermediate stage, you're discovering YouTube videos series on Netflix.	Mas agora, no estágio intermediário, você está descobrindo séries de vídeos no YouTube, no Netflix.
You may have started reading a book, so you're creating a language context, which is motivating you	Você pode ter começado a ler um livro, então está criando um contexto de linguagem que o motiva a



English Transcript	Tradução
to continue.	continuar.
So, and finally, when we reach the sort of takeoff stage where we feel we're airborne, so to speak, we have new triggers because the curiosity trigger remains there.	E, finalmente, quando alcançamos o estágio de decolagem, onde sentimos que estamos alçando voo, por assim dizer, temos novos gatilhos porque a curiosidade permanece lá.
The more we get into the language, the culture, meeting with people, wanting to travel, there is no limit to our curiosity.	Quanto mais nos aprofundamos no idioma, na cultura, no encontro com pessoas, querendo viajar, não há limites para nossa curiosidade.
And so curiosity continues to be a very strong trigger of motivation.	E assim, a curiosidade continua sendo um gatilho de motivação muito forte.
Again, connections.	Novamente, conexões.
We make new friends.	Fazemos novos amigos.
We have people that we regularly have conversations with.	Temos pessoas com quem conversamos regularmente.
It might be a tutor, it might be a friend, it might be people we met visiting the country.	Pode ser um tutor, um amigo ou pessoas que conhecemos visitando o país.
But these connections only get stronger and the connections continue to trigger our motivation in the language.	Mas essas conexões só ficam mais fortes e as conexões continuam a desencadear nossa motivação no idioma.
Next is this obligation, which at various stages of our learning can be a trigger, even if at times, against our will.	Em seguida, essa obrigação, que em várias etapas do nosso aprendizado pode ser um gatilho, mesmo que às vezes contra a nossa vontade.
And now as we get airborne, as I say, as we start to be more comfortable in the language, we get a bit of a perfectionist urge.	E agora, ao decolarmos, como eu digo, ao começarmos a nos sentir mais à vontade no idioma, sentimos uma espécie de urgência perfeccionista.
And at least that has been my experience.	E pelo menos essa tem sido a minha experiência.
I recognize that there are shortcomings, there are grammatical structures that I don't use correctly.	Reconheço que existem deficiências, há estruturas gramaticais que não uso corretamente.
I wanna work harder on those.	Quero trabalhar mais nisso.
Maybe that's where I get, um, grammar book written in the target language and focus in, again, in the target language on trying to refine my, control of the language as well as wanting to read more and more and listen more and more to increase my vocabulary.	Talvez seja aí que eu pegue um livro de gramática escrito no idioma-alvo e foque, novamente, no idioma-alvo, tentando refinar meu controle do idioma, bem como querendo ler mais e mais e ouvir mais e mais para aumentar meu vocabulário.
You know, on LingQ I talk about getting over 40 ... it depends on the language, but over 40 or 50,000 known words.	No LingQ eu falo sobre ultrapassar 40... depende do idioma, mas mais de 40 ou 50 mil palavras conhecidas.
I wanna push it.	Eu quero avançar.
In Russian, I'm at 90,000 known words in check.	Em russo, estou com 90 mil palavras conhecidas.
Now granted, Slavic languages are very heavily inflected and we count every form of the word as a new word on LingQ.	Agora, concedido, as línguas eslavas são muito inflexíveis e contamos cada forma da palavra como uma nova palavra no LingQ.
So I can't go bragging that I know all these words, but it is a motivator, this attempt to try and push my vocabulary limit, increase my accuracy in the	Então, não posso me gabar de que conheço todas essas palavras, mas é um motivador, essa tentativa de tentar expandir meu limite de vocabulário, aumentar



English Transcript	Tradução
language we get that perfectionist urge once we have the feeling that we're sort of airborne in the language.	minha precisão no idioma, temos essa urgência perfeccionista assim que temos a sensação de que estamos alçando voo no idioma.
Similarly, when it comes to the sense of success, we now find that lo and behold, we don't have to translate everything from English.	Da mesma forma, quando se trata da sensação de sucesso, agora descobrimos que, veja bem, não precisamos traduzir tudo do inglês.
There may still be moments when we're in our minds translating from, or whatever your native language is, translating from your native language, but increasingly, We're just speaking.	Ainda podem haver momentos em que estamos traduzindo mentalmente da nossa língua nativa, mas cada vez mais, estamos apenas falando.
We understand, we respond.	Entendemos, respondemos.
We speak in the language, our thought processes, the way we organize our thoughts.	Falamos no idioma, nossos processos de pensamento, a forma como organizamos nossos pensamentos.
Everything now is falling into place.	Agora tudo está se encaixando.
We are doing it in the way that language does it increasingly, and doing that, that sense of success of being airborne in the language is in itself a trigger and encourages us to continue.	Estamos fazendo da maneira que o idioma faz cada vez mais e fazer isso, essa sensação de sucesso de estar alçando voo no idioma é em si mesma um gatilho e nos encoraja a continuar.
And finally talking about context.	E, finalmente, falando sobre contexto.
All of a sudden we're in a situation where the language triggers the language.	De repente, estamos em uma situação em que o idioma desencadeia o idioma.
We are no longer, you know, looking for cues that, you know, help us understand.	Não estamos mais, sabe, procurando pistas que nos ajudem a entender.
Like someone says something in the language, what did he say?	Alguém diz algo no idioma, o que ele disse?
We are responding to the language.	Estamos respondendo ao idioma.
We have that context, that language context, so firmly in our, in our brain that we are able to respond almost without thinking in the language.	Temos esse contexto de idioma tão firmemente em nossa mente que somos capazes de responder quase sem pensar no idioma.
So we are totally sort of embedded in the language context and that feeling also is tremendously motivating.	Estamos totalmente imersos no contexto do idioma e essa sensação também é extremamente motivadora.
So I hope you found this useful.	Espero que você tenha achado isso útil.
we need to be motivated.	Precisamos estar motivados.
There are different things that trigger our motivation at different stages in our language learning.	Existem coisas diferentes que desencadeiam nossa motivação em diferentes estágios do nosso aprendizado de idiomas.
But it's, it's very important to our success to be open to these triggers in order to remain motivated and move along, ultimately to, I guess people typically wanna get to a B2 level or a, a comfortable fluency level in the language.	Mas é muito importante para nosso sucesso estar aberto a esses gatilhos para permanecer motivado e seguir em frente, em última análise, acredito que as pessoas normalmente querem chegar a um nível B2 ou a um nível de fluência confortável no idioma.
And I think everyone is capable of doing that as long as they remain motivated.	E eu acho que todos são capazes de fazer isso, desde que permaneçam motivados.
Thank you for listening.	Obrigado por ouvir.
Bye for now.	Até a próxima.



Contagem de palavras

A tabela abaixo exibe 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
61	the	54	a	52	to
51	we	47	in	42	and
39	language	31	of	30	you
29	that	28	are	26	is
19	I	19	be	18	trigger
18	or	18	it	17	so
16	our	15	have	14	now
14	can	12	on	12	more
12	as	11	motivation	10	there
10	success	10	say	10	get
10	context	9	people	9	curiosity
8	with	8	sort	8	for
8	but	7	where	7	triggers
7	stage	7	major	7	know
7	at	6	words	6	us
6	this	6	my	6	maybe
6	learning	6	able	5	when
5	what	5	were	5	these
5	speak	5	some	5	other
5	obligation	5	not	5	motivated
5	like	5	intermediate	5	english
5	do	5	connections	5	again
5	about	4	your	4	work
4	very	4	understand	4	they
4	start	4	might	4	level
4	from	4	finally	4	airborne
3	yourself	3	who	3	which
3	way	3	was	3	wanna
3	things	3	test	3	talk
3	started	3	stages	3	spanish
3	sense	3	remain	3	new
3	native	3	motivator	3	motivating
3	mexico	3	may	3	learn
3	important	3	go	3	getting
3	find	3	feeling	3	doing
3	does	3	country	3	continue



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
3	certain	3	book	3	because
3	another	3	am	3	all
2	word	2	well	2	watching
2	wanting	2	vocabulary	2	visited
2	urge	2	trying	2	try
2	tremendous	2	translating	2	thought
2	think	2	then	2	than
2	target	2	take	2	sudden
2	stronger	2	strong	2	starting
2	speaking	2	similarly	2	series
2	respond	2	remains	2	push
2	progress	2	perhaps	2	perfectionist
2	over	2	order	2	obligations
2	no	2	next	2	netflix
2	movie	2	motivate	2	moments
2	made	2	lingq	2	limit
2	learner	2	languages	2	known
2	kind	2	keep	2	just
2	itself	2	into	2	initial
2	increasingly	2	increase	2	how
2	has	2	had	2	grandma
2	gonna	2	going	2	friend
2	five	2	feel	2	everything
2	discovering	2	different	2	culture
2	connection	2	communicating	2	communicate
2	comfortable	2	bit	2	been
2	any	2	an	2	along
1	youtube	1	written	1	world
1	without	1	will	1	whether
1	whatever	1	went	1	want
1	visiting	1	vietnam	1	videos
1	various	1	useful	1	use
1	um	1	ultimately	1	typically
1	tutor	1	turkish	1	trip
1	tremendously	1	travel	1	translate
1	totally	1	times	1	throughout
1	through	1	three	1	thoughts
1	those	1	thinking	1	thing
1	thank	1	textbook	1	talking
1	takeoff	1	surface	1	structures
1	strengthening	1	still	1	something



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
1	someone	1	slavic	1	situation
1	simply	1	shortcomings	1	serial
1	sensed	1	see	1	scratch
1	school	1	says	1	same
1	s	1	russian	1	restaurant
1	responding	1	resistance	1	reinforce
1	regularly	1	refine	1	recognize
1	recent	1	really	1	reading
1	read	1	reach	1	rather
1	put	1	processes	1	process
1	previously	1	prepared	1	positive
1	place	1	pick	1	phrase
1	personal	1	person	1	past
1	passage	1	part	1	originally
1	organize	1	opportunity	1	open
1	only	1	once	1	obviously
1	need	1	myself	1	move
1	most	1	minds	1	met
1	member	1	meeting	1	make
1	looking	1	longer	1	long
1	locals	1	lo	1	little
1	listening	1	listen	1	let
1	least	1	korean	1	key
1	keeps	1	journey	1	japan
1	interesting	1	interested	1	interest
1	insist	1	initially	1	inflected
1	immigrated	1	if	1	idea
1	hope	1	home	1	here
1	help	1	heavily	1	he
1	harder	1	hand	1	guess
1	growing	1	grow	1	granted
1	grammatical	1	grammar	1	gotten
1	gotta	1	goes	1	girlfriend
1	gets	1	germany	1	german
1	genuinely	1	friends	1	found
1	forward	1	form	1	focus
1	fluency	1	first	1	firmly
1	few	1	family	1	falling
1	fact	1	experience	1	example
1	evolving	1	everyone	1	every
1	even	1	eureka	1	enough



Freq.	Palavra	Freq.	Palavra	Freq.	Palavra
1	encourages	1	embedded	1	elements
1	easy	1	distinct	1	did
1	desire	1	depends	1	deeper
1	cues	1	creating	1	course
1	count	1	correctly	1	conversations
1	control	1	contributor	1	continuing
1	continues	1	content	1	confidence
1	compulsory	1	components	1	company
1	comes	1	come	1	chinese
1	china	1	check	1	capable
1	cannot	1	bye	1	building
1	brain	1	bragging	1	boyfriend
1	books	1	being	1	behold
1	beer	1	becomes	1	become
1	back	1	b	1	aware
1	attitude	1	attempt	1	asking
1	approach	1	anything	1	also
1	almost	1	against	1	after
1	additional	1	adding	1	acquired
1	achieve	1	accuracy		