

Do You Really Understand What You Desire

English learning resource · FR

Key words & expressions · English + French

15 learning entries

Study task: Listen again and notice the expressions you studied.

1

to desire

désirer · envier · vouloir

DEF

to want something strongly and often with a sense of longing — more emotionally intense than 'want'

Desire is more powerful and conscious than want — it carries emotional weight and often a sense that the thing is not yet possessed. Understanding the difference between desire, want, need, and wish is advanced English vocabulary work.

FR

Vouloir quelque chose intensément et souvent avec un sentiment de nostalgie.

Le désir est plus puissant et conscient que le vouloir, il porte un poids émotionnel.

What do you truly desire from your English — connection, opportunity, confidence, or something else?

Que désires-tu vraiment de ton anglais — connexion, opportunité, confiance, ou autre chose ?

She desired fluency so deeply that she rearranged her entire daily routine to make it possible.

Elle désirait tellement la fluidité qu'elle a réorganisé toute sa routine quotidienne pour y parvenir.

2

a driving force

force motrice · motivation · énergie

DEF

the main motivation or energy behind an action, decision, or sustained effort — the reason that keeps you going

A driving force is what sustains you when motivation fades — it is deeper than enthusiasm and more durable than willpower. Identifying your driving force for learning English is one of the most powerful strategic moves you can make.

FR

La motivation principale ou l'énergie derrière une action ou un effort soutenu.

Une force motrice te soutient quand la motivation diminue.

What is the driving force behind your English learning — what will still be pulling you forward in ten years?

Quelle est la force motrice derrière ton apprentissage de l'anglais — qu'est-ce qui te poussera encore en avant dans dix ans ?

Her driving force was not career advancement — it was the ability to read her grandmother's letters in their original language.

Sa force motrice n'était pas l'avancement professionnel — c'était la capacité de lire les lettres de sa grand-mère dans leur langue originale.



3

intrinsic motivation

motivation intrinsèque · impulsion personnelle · motivation interne

DEF

the drive to do something because you find it personally rewarding — not because of external rewards or pressure
Intrinsic motivation is the most durable form of motivation in language learning. Learners driven by intrinsic motivation — genuine interest in the language, culture, or people — persist longer and achieve more than those driven only by external goals like exams or job requirements. Connecting your English learning to something you genuinely love is the single biggest predictor of long-term success.

FR

Le besoin de faire quelque chose parce que tu trouves cela gratifiant personnellement.

La motivation intrinsèque est la forme de motivation la plus durable dans l'apprentissage des langues.

Build intrinsic motivation by connecting English to things you already love — films, music, books, relationships.

Construis une motivation intrinsèque en reliant l'anglais à des choses que tu aimes déjà — films, musique, livres, relations.

Her intrinsic motivation came from loving British comedy — she studied because she wanted to, not because she had to.

Sa motivation intrinsèque venait de son amour pour la comédie britannique — elle étudiait parce qu'elle le voulait, pas parce qu'elle y était forcée.

4

a sense of purpose

sens de but · objectif · motivation

DEF

the feeling that what you are doing has meaning and is connected to something that matters to you

A sense of purpose in language learning transforms effort into something sustainable. Without purpose, progress feels pointless.

With it, even difficult sessions have meaning. Your purpose might be to connect with family, advance your career, travel freely, or access culture — whatever it is, making it explicit sustains effort across months and years.

FR

Le sentiment que ce que tu fais a un sens et est lié à quelque chose qui t'importe.

Un sens de but transforme l'effort en quelque chose de durable dans l'apprentissage des langues.

Define your sense of purpose for learning English — it will carry you through the difficult moments.

Définit ton sens de but pour apprendre l'anglais — cela te portera à travers les moments difficiles.

Her sense of purpose — to be able to speak to her daughter's school in English — motivated her through every obstacle.

Son sens de but — pouvoir parler à l'école de sa fille en anglais — l'a motivée à surmonter chaque obstacle.

5

to set a goal

fixer un objectif · définir un but · établir un objectif

DEF

to define a specific, intended outcome and commit to working towards it

Set a goal is the planning phrase for language learning. Vague goals ('I want to improve my English') produce vague effort. Specific goals ('I want to understand 80% of a TED talk in my field without subtitles by March') produce targeted, trackable effort. The difference is not ambition — it is specificity.

FR

Définir un résultat spécifique et s'engager à travailler vers celui-ci.

Fixer un objectif est la phase de planification pour l'apprentissage des langues.

Set a goal that is specific and achievable — 'speak English every day' is better than 'get fluent'.

Fixe un objectif qui est spécifique et réalisable — 'parler anglais tous les jours' est mieux que 'devenir fluent'.

She set a goal to have one full English conversation a week with a native speaker and stuck to it for a year.

Elle s'est fixée comme objectif d'avoir une conversation complète en anglais par semaine avec un locuteur natif et s'y est tenue pendant un an.



6

to stay motivated*rester motivé · maintenir la motivation · continuer à avancer*

DEF

to maintain the energy, enthusiasm, and commitment needed to continue working towards a goal

Stay motivated is the persistence challenge. Motivation naturally ebbs and flows. The learners who succeed are not those who feel motivated all the time — they are those who have built systems, habits, and community that keep them going during the inevitable low periods. Motivation follows action, not the other way around.

FR

Maintenir l'énergie, l'enthousiasme et l'engagement nécessaires pour continuer à travailler vers un objectif.

Rester motivé est le défi de la persistance.

Do not wait to feel motivated — build a habit and the motivation will follow the action.

Ne attends pas de te sentir motivé — construis une habitude et la motivation suivra l'action.

She stayed motivated through a long plateau by joining an online English community and finding accountability partners.

Elle est restée motivée pendant un long plateau en rejoignant une communauté anglaise en ligne et en trouvant des partenaires de responsabilité.

7

to push yourself*se pousser · dépasser ses limites · s'auto-challenger*

DEF

to demand more from yourself than feels comfortable — to stretch beyond your current limits through sustained effort

Push yourself is the growth mindset instruction. It means not settling for what is easy — speaking the same sentences you already know, reading the same level texts, avoiding the difficult topic. Pushing yourself means choosing the conversation that is slightly too hard, the article that is slightly too advanced, the topic that requires new vocabulary.

FR

Demander plus de soi-même que ce qui semble confortable.

Se pousser signifie ne pas se contenter de ce qui est facile.

Push yourself to use new vocabulary in real sentences, not just recognise it when you see it.

Pousse-toi à utiliser du nouveau vocabulaire dans de vraies phrases, pas seulement à le reconnaître quand tu le vois.

She pushed herself to speak English in situations she found difficult and noticed her confidence grew fastest in those moments.

Elle s'est poussée à parler anglais dans des situations qu'elle trouvait difficiles et a remarqué que sa confiance grandissait le plus dans ces moments.

8

to find your why*trouver ton pourquoi · identifier ta motivation · découvrir ta raison*

DEF

to identify the deep personal reason behind a goal — the core motivation that keeps you going when the surface motivation fades

Find your why is Simon Sinek's concept applied to personal growth. In language learning, the surface why ('I want to be fluent') fades quickly. The deep why ('I want to call my grandmother in her language', 'I want to work abroad', 'I want to read those books no one has translated') is what sustains effort over years.

FR

Identifier la raison personnelle profonde derrière un objectif.

Trouver ton pourquoi est un concept appliqué à la croissance personnelle.

Find your why for learning English — the deeper it is, the more it will sustain you through hard times.

Trouve ton pourquoi pour apprendre l'anglais — plus il est profond, plus il te soutiendra dans les moments difficiles.

She found her why when she realised she wanted to read English literature in the original — and it changed everything.

Elle a trouvé son pourquoi quand elle a réalisé qu'elle voulait lire la littérature anglaise dans le texte original — et cela a tout changé.



9

to lose momentum*perdre l'élan · ralentir · stopper le progrès*

DEF

to slow down or stop progressing — often after a period of consistent effort has been interrupted

Lose momentum is the risk phrase in language learning. Gaps in practice cause momentum loss. After a holiday, illness, or busy period, returning to study feels harder than it is — but the skills have not vanished. Knowing that momentum loss is temporary, and that restarting is always faster than starting from zero, is reassuring.

FR

Ralentir ou arrêter de progresser après un effort constant.

Perdre l'élan est un risque dans l'apprentissage des langues.

If you lose momentum, restart quickly — the gap is never as damaging as it feels in the moment.

Si tu perds l'élan, redémarre rapidement — l'écart n'est jamais aussi dommageable que ce qu'il semble sur le moment.

She lost momentum during a busy work period but returned within two weeks and was surprised how little she had forgotten.

Elle a perdu l'élan pendant une période de travail chargée mais est revenue dans les deux semaines et a été surprise de voir combien elle avait peu oublié.

10

a milestone*jalon · étape importante · point de repère*

DEF

a significant point of achievement in a longer process — a marker that shows how far you have come

Milestone is the journey metaphor for progress. Language learning is a long road without a clear finish line. Milestones provide the intermediate checkpoints that make the journey manageable: the first time you understood a whole conversation, the first job interview in English, the first time you dreamed in English. Celebrating them is not vanity — it is motivation management.

FR

Un point significatif de réalisation dans un processus plus long.

Un jalon est une métaphore du voyage pour le progrès.

Set milestones along your learning journey so you can celebrate progress before reaching the final goal.

Fixe des jalons tout au long de ton parcours d'apprentissage pour pouvoir célébrer tes progrès avant d'atteindre l'objectif final.

Her first milestone was ordering coffee in English without switching languages — small but it mattered enormously.

Son premier jalon a été de commander un café en anglais sans changer de langue — petit mais cela avait une grande importance.

11

the architecture of desire*l'architecture du désir*

DEF

The underlying structure of needs, motives and influences that shape what a person wants.

A conceptual metaphor: desire is presented as a building with different levels.

FR

La structure sous-jacente des besoins, des motivations et des influences qui façonnent ce qu'une personne veut.

Une métaphore conceptuelle : le désir est présenté comme un bâtiment à différents niveaux.

The episode explores the architecture of desire.

L'épisode explore l'architecture du désir.

Understanding the architecture of desire can clarify a difficult choice.

Comprendre l'architecture du désir peut clarifier un choix difficile.



12

the social voice*la voix sociale*

DEF

The part of desire shaped by other people, status and social expectations.

A conceptual label from the episode rather than a fixed clinical term.

FR

La part du désir façonnée par les autres, le statut et les attentes sociales.

Une étiquette conceptuelle de l'épisode plutôt qu'un terme clinique fixe.

The social voice asks how your decision will look to others.

La voix sociale demande à quoi ressemblera votre décision aux autres.

Her social voice pushed her towards the prestigious job.

Sa voix sociale l'a poussée vers ce poste prestigieux.

13

the voice of the body*la voix du corps*

DEF

Physical sensations and needs that communicate attraction, fatigue, safety or discomfort.

Voice is metaphorical: the body communicates without literal words.

FR

Sensations et besoins physiques qui communiquent une attirance, une fatigue, une sécurité ou un inconfort.

La voix est métaphorique : le corps communique sans mots littéraux.

The voice of the body may ask for rest.

La voix du corps peut demander du repos.

He ignored the voice of his body until he became exhausted.

Il ignore la voix de son corps jusqu'à s'épuiser.

14

the voice of the soul*la voix de l'âme*

DEF

A person's deepest sense of meaning, identity or purpose.

Soul is used philosophically and metaphorically in the episode.

FR

Le sentiment le plus profond de sens, d'identité ou de but d'une personne.

L'âme est utilisée de manière philosophique et métaphorique dans l'épisode.

The voice of the soul asks whether a goal feels meaningful.

La voix de l'âme demande si un objectif semble significatif.

She listened to the voice of her soul before changing direction.

Elle écouta la voix de son âme avant de changer de direction.

15

a productivity tool*un outil de productivité*

DEF

A method or resource that helps someone work more effectively.

The episode provocatively describes desire itself as a productivity tool.

FR

Une méthode ou une ressource qui aide quelqu'un à travailler plus efficacement.

L'épisode décrit de manière provocante le désir lui-même comme un outil de productivité.

A clear purpose can become a powerful productivity tool.

Un objectif clair peut devenir un puissant outil de productivité.

The timer is a simple productivity tool.

La minuterie est un outil de productivité simple.

