

## Die 101 besten Tipps zum Sprachen lernen

Die 10 wichtigsten Tipps mit ausführlicher Erklärung findest du auf [www.sprachheld.de/10-wichtigsten-tipps-erfolgreich-fremdsprache-lernen/](https://www.sprachheld.de/10-wichtigsten-tipps-erfolgreich-fremdsprache-lernen/)

Hier findest du 101 Tipps, mit denen du jede Fremdsprache schneller und entspannter lernst. Sie stammen aus meiner eigenen Erfahrung als Sprachlerner, aus dem Austausch mit vielen Lernenden und aus Gesprächen mit Sprachexperten. Du musst sie nicht der Reihe nach lesen. Überflieg die Liste und fang mit den Tipps an, die dich am meisten ansprechen.

**Tip:** Markier dir beim Lesen die Tipps, die du diese Woche ausprobieren willst. Drei reichen für den Anfang. Am Ende des PDFs kannst du sie eintragen.

| Bereich                                                | Tipps      |
|--------------------------------------------------------|------------|
| <a href="#">Allgemeine Tipps zum Sprachen lernen</a>   | 1 bis 20   |
| <a href="#">So lernst du schnell sprechen</a>          | 21 bis 44  |
| <a href="#">So bleibst du motiviert</a>                | 45 bis 56  |
| <a href="#">So verbesserst du dein Hörverstehen</a>    | 57 bis 66  |
| <a href="#">So lernst du Vokabeln und behältst sie</a> | 67 bis 78  |
| <a href="#">Die Fremdsprache vor Ort lernen</a>        | 79 bis 85  |
| <a href="#">Täglicher Kontakt mit der Sprache</a>      | 86 bis 95  |
| <a href="#">Schneller lernen mit Gewohnheiten</a>      | 96 bis 101 |

Du willst die Tipps gleich mit einem festen Lernweg umsetzen? Die Sprachheld-Kurse arbeiten mit der **Sprachblock-Methode**: echte Sprache hören, Sprachblöcke verstehen und direkt im eigenen Alltag anwenden. Ganz ohne Vokabellisten.



Englisch



Spanisch



Französisch



Italienisch



Deutsch

[Alle Sprachheld-Kurse ansehen](#)

# Allgemeine Tipps zum Sprachen lernen

---

## 1 Nutze tote Zeit zum Lernen

Für eine Fremdsprache musst du nicht jeden Tag stundenlang am Schreibtisch sitzen. Viele Lernaktivitäten passen in deine tote Zeit. Das sind Momente, in denen du geistig nicht gefordert bist: in Bus und Bahn, beim Kochen oder beim Aufräumen. Hör dort einen Podcast oder sprich ein paar Sätze nach.

## 2 Eine Fremdsprache lernst du nicht über Nacht

Eine Sprache zu lernen kostet Zeit und Energie. Stell dich von Anfang an darauf ein. Deshalb brauchst du konkrete Gründe und genug Motivation. Trotzdem dauert es längst nicht so lange, wie du es aus der Schule kennst. Mit den richtigen Methoden und viel Anwendung kommst du vergleichsweise schnell voran.

Mehr dazu: [Wie lange dauert es, eine Sprache zu lernen?](#)

## 3 Jeder kann eine Fremdsprache lernen

Egal, wie deine Noten in der Schule waren: Du kannst eine Fremdsprache lernen. Deine Muttersprache hast du schließlich auch gelernt. Entscheidend ist, dass du daran glaubst. Sagt dir eine innere Stimme ständig, dass es nicht klappt, hörst du auf, bevor sich echte Erfolge zeigen. Vertrau darauf, dass du es schaffst.

## 4 Ein Sprachkurs allein reicht nicht

Sprachkurse sind nicht schlecht. Sie sollten aber nie deine einzige Methode sein. Sieh sie als Ergänzung. Entscheidend ist, dass du die Sprache auch außerhalb des Kurses sprichst und anwendest.

## 5 Fehler gehören dazu

Ohne Fehler lernst du keine Sprache. Nur wenn du Fehler machst, wirst du besser. Probier deshalb so oft wie möglich neue Grammatik, Satzbauten, Zeitformen und Wörter aus. Lass dich korrigieren, bis der Fehler nicht mehr vorkommt. Und dann mach neue Fehler.

## 6 Fehler sind die schnellste Abkürzung

Wenn du einen Fehler machst und korrigiert wirst, passiert er dir so schnell nicht wieder. So merkst du dir, was richtig und was falsch ist. Eine Grammatikregel hundertmal zu lesen garantiert dagegen nicht, dass du sie richtig anwendest. Trau dich also, Fehler zu machen. Das spart dir Zeit.

## 7 Perfektionismus bremst dich aus

Erledige Aufgaben zügig und sorgfältig, aber feile nicht an jedem einzelnen Wort. In der Zeit hättest du schon viel Neues lernen können. Perfektionismus macht dich langsam und frustriert dich.

## 8 Anwendung bringt dich am weitesten

Wenn du eine Fremdsprache schnell lernen willst, musst du sie anwenden: sprechen, hören, lesen und schreiben. Verbringst du die meiste Zeit mit Lehrbuch, Grammatik und Wortlisten, kommst du nur langsam voran und verlierst die Lust.

Mehr dazu: [Schnell Sprachen lernen](#)

## 9 Leg die Messlatte nicht zu hoch

Niemand erwartet, dass du akzentfrei und fehlerlos über Philosophie diskutierst. Ein so hohes Ziel erreichst du kaum. Schon wenn du flüssig sprichst, mit Akzent und mit Fehlern, bringt dir die Sprache sehr viel.

## 10 Podcasts und Videokurse eignen sich für den Einstieg

Für den Einstieg brauchst du nicht unbedingt einen Sprachkurs oder Privatunterricht. Für die meisten Sprachen gibt es Podcasts und Videokurse, die du jederzeit nebenbei hören und ansehen kannst. Sie vermitteln dir die wichtigsten Grundlagen der Sprache.

Mehr dazu: [Die besten kostenlosen Podcasts zum Sprachen lernen](#)

## 11 Mach dir einen Lernplan

Mal hier ein bisschen lernen, mal dort ein Kurs: So beherrschst du selten eine Sprache. Ein Lernplan hilft dir enorm, am besten schriftlich. Notier dir dein langfristiges Ziel, zum Beispiel wo du am Ende des Jahres stehen willst. Leite daraus einen Wochen- oder Tagesplan ab: Was lernst du wann und wie?

Mehr dazu: [Lernplan erstellen](#)

## 12 Lern am Anfang nur wenig Grammatik

Am Anfang ist die Versuchung groß, viel Grammatik zu lernen. Widersteh ihr. Regeln, die dir noch nie im Gespräch oder beim Lesen begegnet sind, bringen dich schnell durcheinander. Lern zuerst nur das Wichtigste, etwa aus einem Podcast für Anfänger, und fang sofort an zu sprechen und zu hören. Je besser du wirst, desto mehr Grammatik nimmst du dazu, um deine Fehler zu korrigieren.

## 13 Grammatik lernst du über Beispiele und Anwendung

Regeln zu lernen bringt wenig, solange du sie nicht anwendest. Bilde eigene Sätze mit der neuen Regel und schau dir viele Beispiele an. So sitzt die Regel bald, und du wendest sie an, ohne nachzudenken.

Mehr dazu: [Grammatik lernen](#)

## 14 Arbeite in kurzen Lernetappen

Eine Sprache zu lernen ist ein großes Projekt. Teil es in kleine Etappen von ein bis zwei Wochen. In jeder Etappe konzentrierst du dich auf ein Thema, zum Beispiel eine Zeitform, deinen Beruf und deine Hobbys oder die Aussprache. Danach kommt das nächste Thema. So siehst du schnell Fortschritte und bleibst motiviert.

## 15 Spaß ist wichtig

Ohne Spaß verlierst du schnell die Motivation. Eine Sprache zu lernen muss nicht mühsam sein. Plane auch lockere Aktivitäten ein: einen Film in der Fremdsprache, ein Spiel oder Lernspiele mit anderen Lernenden.

## 16 Genieß den Weg

Wer wirklich eine Sprache lernen will, freut sich über jeden kleinen Sieg: ein neues Wort, eine verstandene Regel, ein kurzes Gespräch mit einem Muttersprachler. Genieß diesen Prozess. Dann hältst du durch. Wenn du nur aufs Ziel schaust und dich quälst, gibst du eher auf.

## 17 Mach auch mal Pause

Nach vielen Monaten intensiven Lernens trittst du vielleicht auf der Stelle und hast weniger Lust. Leg dann eine Pause von ein bis zwei Wochen ein, etwa alle paar Monate. Dein Kopf verarbeitet in der Zeit das Gelernte. Danach startest du erholt neu.

## 18 Verringere deinen Akzent mit Videos

Jeder, der eine Fremdsprache lernt, hat einen Akzent. Ganz loszuwerden ist er schwer, aber du kannst ihn verringern. Schau dir Videos zur Aussprache an, in denen gezeigt wird, wie sich Mund und Zunge bewegen. Ahme diese Bewegungen nach.

Mehr dazu: **Akzent loswerden: Tipps für eine bessere Aussprache**

## 19 Nimm dich beim Sprechen auf

Beim Sprechen fällt dir dein eigener Akzent kaum auf. Auf einer Aufnahme hörst du ihn sofort. Hör dir einen kurzen Abschnitt aus einem Video oder Hörbuch an, sprich ihn genau nach und nimm dich dabei auf. Vergleiche deine Aufnahme mit dem Original. So erkennst du deine Fehler und kommst dem Original Schritt für Schritt näher.

## 20 Lern ein neues Alphabet beim Lesen und Schreiben

Hat deine neue Sprache ein anderes Alphabet, lern nicht zuerst alle Buchstaben einzeln. Schau sie dir kurz an und fang gleich an zu lesen und zu schreiben. Fehlt dir ein Buchstabe, schlägst du ihn nach. Am Anfang passiert das oft. So lernst du das Alphabet viel schneller als mit Buchstaben ohne Zusammenhang.

# So lernst du schnell sprechen

---

## 21 Fang so früh wie möglich an zu sprechen

Du kannst gar nicht früh genug anfangen. Schon mit ein paar Wörtern und Sätzen kannst du sprechen. Auch ein Gespräch von zehn Sekunden bringt dich weiter. Nutz alles, was du gelernt hast, und finde heraus, was dir noch fehlt. Dann dauert das nächste Gespräch etwas länger.

## 22 Die ersten Gespräche dürfen kurz sein

Du musst nicht gleich stundenlang mit Muttersprachlern reden. Fang mit Gesprächen von wenigen Minuten an und steigere die Länge langsam. Nimm dir zum Beispiel vor, jede Woche zwei Minuten länger zu sprechen.

## 23 Wörtliche Übersetzungen sind am Anfang erlaubt

Wenn du nicht weißt, wie ein Satz gebaut wird, übersetz ihn einfach Wort für Wort. Lass dich danach korrigieren. Gerade am Anfang kommst du so schnell ins Sprechen.

## 24 Starte mit vorbereiteten Sätzen

Du musst nicht alle Regeln und Wörter kennen, um zu sprechen. Such dir die wichtigsten Sätze vorher aus und lass sie dir übersetzen. Dazu gehören Sätze, mit denen du dich vorstellst, und die häufigsten Fragen. Sprich sie so lange laut, bis sie sitzen. Damit führst du schon deine ersten kurzen Gespräche.

## 25 Nutze Hilfs- und Modalverben

Um dich verständlich auszudrücken, musst du nicht jedes Verb in jeder Zeitform beherrschen. Mit Verben wie „wollen“, „müssen“ und „können“ kommst du durch viele Situationen. Du konjugierst nur dieses eine Verb, das zweite bleibt in der Grundform. Statt „Ich werde morgen nach Madrid fahren“ sagst du „Ich will morgen nach Madrid fahren“. So sprichst du über Pläne, ohne die Zukunftsform zu kennen.

## 26 Lern zuerst nur die wichtigsten Verbformen

Am Anfang geht es in Gesprächen fast immer um dich und dein Gegenüber. Lern deshalb zuerst die Formen für „ich“ und „du“. Wenn die sitzen, kommen „er, sie, es“, „wir“ und die übrigen Formen dazu.

## 27 Nutze am Anfang einen Spickzettel

Am Anfang kennst du noch wenige Wörter. Im Gespräch kommen aber immer wieder dieselben vor. Schreib dir die wichtigsten auf eine Liste und schau im Gespräch darauf, solange sie noch nicht sitzen. Jedes neue wichtige Wort kommt dazu. So kannst du viel mehr sagen, als dein Stand eigentlich erlaubt.

## 28 Sprechen lernst du nur durch Sprechen

Es gibt keinen anderen Weg, eine Fremdsprache fließend zu sprechen. Schieb den Moment nicht vor dir her. Fang früh an und sprich so viel wie möglich. Dann sprichst du in kurzer Zeit flüssig.

Mehr dazu: [In 4 Schritten eine Fremdsprache fließend sprechen](#)

## 29 Redefluss ist wichtiger als Fehlerfreiheit

Am Anfang machst du beim Sprechen viele Fehler. Das ist normal. Wichtiger ist, dass du in einen Redefluss kommst und nicht über jedes Wort lange nachdenkst. Der entsteht nur, wenn du nicht ständig unterbrochen wirst. Lass dich am Anfang deshalb nur bei groben Fehlern korrigieren.

## 30 Fehlt dir ein Wort, umschreib es

Du musst nicht alle Wörter kennen, um fließend zu sprechen. Fehlt dir eins, nimm ein anderes oder umschreib es. Stell dir ein Labyrinth vor: Statt die Wand zu durchbrechen und nach dem Wort zu fragen, suchst du einen anderen Weg. So bleibst du in der Fremdsprache. Diese Fähigkeit brauchst du immer, denn auch Fortgeschrittenen fehlen Wörter. Wer schnell umschreibt, dem merkt man die Lücke kaum an.

## 31 Am Anfang wenig korrigieren, später mehr

Anfangs sollte dein Gegenüber wenig korrigieren. So entsteht ein Redefluss, und du bleibst entspannt. Je besser du sprichst, desto mehr Korrektur verträgst du. Bitte dann ausdrücklich darum.

## 32 Schick Sprachnachrichten

Du musst nicht gleich ein Gespräch führen. Nimm eine Sprachnachricht auf und schick sie deinem Sprachpartner. Er korrigiert dich, und du weißt, wie es richtig geht. Das eignet sich besonders, wenn du dich noch nicht ins Gespräch traust. Es ist aber auch eine gute Übung für zwischendurch.

## 33 Sprich viel und regelmäßig

Um fließend zu sprechen, musst du viel sprechen. Nutze jede Gelegenheit. Sag zumindest ein paar Sätze, wann immer du einen Muttersprachler triffst.

### 34 Hören und Lesen ersetzen das Sprechen nicht

Du kannst noch so viel lesen, schreiben und hören: Sprechen lernst du dadurch nicht. Alles andere unterstützt das Sprechen. Es lohnt sich, ist aber kein Ersatz.

### 35 Tandemgespräche gehören zu den besten Methoden

Mit Muttersprachlern zu sprechen ist entscheidend. Am einfachsten geht das mit einem Tandempartner. Das ist ein Muttersprachler deiner Zielsprache, der deine Muttersprache lernen will. Ihr sprecht die Hälfte der Zeit in seiner und die andere Hälfte in deiner Sprache. So profitiert ihr beide.

Mehr dazu: [Sprachtandem: So lernst du mit einem Tandempartner](#)

### 36 Triff deinen Tandempartner vor Ort oder per Video

Einen Tandempartner findest du in deiner Stadt oder online. Persönliche Treffen machen mehr Spaß, kosten bei mehreren Treffen pro Woche aber viel Zeit. Eine gute Alternative sind Gespräche per Videoanruf. Partner findest du in Tandem-Apps, auf Tandemportalen und in Gruppen in sozialen Netzwerken.

Mehr dazu: [40+ Möglichkeiten, einen Tandempartner zu finden](#)

### 37 Bleib in deiner Tandemhälfte bei der Fremdsprache

Sprecht ihr gerade in deiner Zielsprache, dann bleib zu 99 Prozent dabei. Egal, wie weit du bist und wie lange du für einen Satz brauchst. Mit jedem Mal wirst du besser. Das restliche eine Prozent nutzt du, um nach wichtigen Wörtern zu fragen.

### 38 Sprich wie unter Freunden

Du weißt nicht, worüber du sprechen sollst? Tu so, als wärt ihr seit Jahren befreundet. Die besten Tandemgespräche sind einfach Gespräche unter Freunden, nur eben in der Fremdsprache.

Mehr dazu: [In 8 Schritten zum perfekten Tandemgespräch](#)

### 39 Selbstgespräche sind eine gute Ergänzung

Du kannst das Sprechen auch allein üben. Mit Selbstgesprächen bereitest du dich zugleich auf echte Gespräche vor, indem du sie vorher durchspielst. Mach es dir zur Gewohnheit, jeden Tag ein Selbstgespräch in der Fremdsprache zu führen, selbst wenn es nur eine Minute dauert.

### 40 Denk in der Fremdsprache

Stell deine Gedanken auf die Fremdsprache um. Am Anfang ist das schwer, und du rutschst schnell ins Deutsche. Mit täglicher Übung wird es leichter. Beschreib zum Beispiel unterwegs, woran du vorbeigehst. So wendest du neue Wörter an. Fang mit einer Viertelstunde am Tag an und verlängere sie nach und nach.

### 41 Geh zu Treffen von Muttersprachlern

Misch dich unter Muttersprachler. Geh regelmäßig zu Treffen, sprich mit den Leuten und hör aufmerksam zu. Ein schöner Nebeneffekt: Danach willst du noch mehr lernen, um besser mitreden zu können.

### 42 Sprich mit Kollegen in der Fremdsprache

Hast du Kollegen oder Kommilitonen, die deine Zielsprache sprechen? Dann unterhalte dich mit ihnen in dieser Sprache. Als Anfänger kannst du das begrenzen, zum Beispiel auf die erste Minute jedes Gesprächs. Je besser du sprichst, desto länger wird diese Zeit.

### 43 Lade Muttersprachler zu dir ein

Du hast im Urlaub nette Leute kennengelernt oder hast Freunde und Verwandte, die deine Zielsprache sprechen? Lade sie für ein paar Tage zu dir ein. Auch über Gastgeber-Plattformen kannst du Reisende bei dir aufnehmen. Nutze die gemeinsame Zeit, um in der Fremdsprache zu sprechen.

### 44 Ruf bei Hotels und Restaurants im Ausland an

Planst du eine Reise? Dann ruf selbst im Hotel, im Restaurant oder bei einem Anbieter vor Ort an und frag nach Zimmern, Preisen oder Öffnungszeiten. Dass du langsam sprichst oder Fehler machst, verzeiht man dir gern. Schließlich will man dich als Kunden gewinnen.

## So bleibst du motiviert

---

### 45 Du brauchst einen Grund

Lern eine Sprache nie einfach so oder nur für den Lebenslauf. Für dauerhafte Motivation brauchst du einen oder mehrere echte Gründe. Vielleicht fährst du oft in das Land, hast Freunde oder Verwandte, die die Sprache sprechen, oder planst einen längeren Aufenthalt. Du kannst dir Gründe auch schaffen: Buch eine Reise oder such dir in deiner Stadt Freunde aus dem Sprachraum.

Mehr dazu: **15 Tipps, wie du dich zum Sprachenlernen motivierst**

### 46 Lern, was für dich relevant ist

Dauerhaft motiviert bleibst du nur mit Inhalten, die dich weiterbringen. Such dir Bücher, Filme und Texte, die dich wirklich interessieren. Prüf bei jedem Thema, ob du es bald brauchst, zum Beispiel auf deiner nächsten Reise. Die Möbel im Haus oder die Tiere im Zoo brauchst du oft erst viel später.

### 47 Plane, die Sprache bald einzusetzen

Wenn du deine Kenntnisse bald nutzen kannst, lernst du mit viel mehr Antrieb. Vielleicht steht eine Reise an, oder Freunde aus dem Sprachraum kommen zu Besuch. Je öfter du die Sprache brauchst, desto motivierter bist du. Am stärksten wirkt es, wenn du gar nicht anders kannst, etwa weil du im Ausland lebst.

### 48 Ohne Fortschritt sinkt die Motivation

Du bleibst motiviert, solange du merkst, dass du vorankommst. Siehst du länger keinen Fortschritt, lässt die Lust nach. Achte deshalb darauf, dass deine Fortschritte sichtbar bleiben. Merkst du keine mehr, halte sie bewusst fest oder ändere deine Lernaktivitäten.

### 49 Mach deinen Fortschritt sichtbar

Fortschritt ist wie ein Eisberg: Den größten Teil siehst du nicht. Halte ihn deshalb fest. Nimm dich einmal im Monat beim Sprechen auf und schreib jeden Monat einen kurzen Text. So hast du Vergleichspunkte und siehst schwarz auf weiß, wie weit du gekommen bist.

### 50 Führe ein Erfolgstagebuch

An manchen Tagen klappt alles, und du bist voller Energie. An anderen möchtest du am liebsten alles hinwerfen. Schreib deine Erfolge in ein Heft. An schlechten Tagen blätterst du darin und findest schnell neuen Schwung.

## 51 Plateaus kommen, und du überwindest sie

Am Anfang kommst du schnell voran. Je besser du wirst, desto langsamer geht es. Manchmal scheinst du ganz stehen zu bleiben. Das ist normal. Ändere dann deine Lerngewohnheiten: neues Material, andere Filme und Serien, neue Gesprächsthemen oder eine Woche Pause. Jedes Plateau lässt sich überwinden, auch wenn es ein paar Wochen dauern kann.

## 52 Such dir einen Lernpartner

Zusammen lernen macht mehr Spaß, und die Motivation fällt leichter. In schwierigen Phasen ist es gut, jemanden zu haben, der dich mitzieht. Ihr könnt euch gegenseitig abfragen und gemeinsam etwas unternehmen.

## 53 Erzähl anderen von deinem Ziel

Erzähl Freunden und Familie, welche Sprache du lernst und bis wann du sie sprechen willst. Das erhöht den Druck auf angenehme Weise: Du willst es ihnen beweisen.

## 54 Mach einen Wettbewerb daraus

Ein freundlicher Wettbewerb motiviert wie kaum etwas anderes. Tritt jede Woche gegen einen anderen Lernenden an, zum Beispiel mit der Frage: Wer lernt die meisten neuen Wörter?

## 55 Melde dich zu einer Sprachprüfung an

Für viele Sprachen gibt es anerkannte Zertifikate, etwa den TOEFL für Englisch oder das DELF für Französisch. Melde dich für eine Prüfung an. Kurz vorher lernst du besonders konzentriert, weil du gut abschneiden willst. Am Ende hast du ein Zertifikat, das dir zum Beispiel im Beruf nützt.

## 56 Such dir immer neue Motivationsquellen

Motivation ist kein Schalter, den du einmal umlegst. Mal ist viel davon da, mal wenig. Such deshalb laufend nach neuen Quellen, und zwar rechtzeitig. Ist die Motivation erst weg, fehlt dir auch die Lust, nach ihr zu suchen.

# So verbesserst du dein Hörverstehen

---

## 57 Gutes Hörverstehen braucht viel Übung

Sprechen lernst du mit regelmäßiger Übung recht schnell. Gutes Hörverstehen dauert länger. Du musst die Wörter kennen, sie im Redefluss erkennen und den Zusammenhang verstehen. Hör die Sprache deshalb so viel wie möglich, am besten jeden Tag.

Mehr dazu: **8 Tipps für besseres Hörverstehen**

## 58 Du musst nicht jedes Wort verstehen

Im Gespräch musst du nicht jedes Wort verstehen. Bis du so weit bist, vergeht viel Zeit. Achte auf die Schlüsselwörter, den Rest erschließt du aus dem Zusammenhang. Sprecht ihr über Reisen, und dein Gegenüber sagt: „Ich war schon oft in Deutschland und finde es dort sehr schön“, dann reichen „Deutschland“ und „schön“, um ihn zu verstehen.

## 59 Lies, was du hörst, und hör, was du liest

Am Anfang verstehst du beim Hören wenig. Zum einen kennst du viele Wörter noch nicht. Zum anderen erkennst du bekannte Wörter im Redefluss nicht, weil du nicht hörst, wo ein Wort endet und das nächste beginnt. Liest du den Text mit, erkennst du die Wörter. Unbekannte schlägst du nach. So baust du dein Hörverstehen Schritt für Schritt auf.

## 60 Hör die Sprache jeden Tag

Für gutes Hörverstehen musst du die Sprache sehr viel hören. Ein paar Stunden pro Woche reichen nicht. Stell deshalb möglichst viele Alltagsaktivitäten auf die Fremdsprache um. Das nennt man Immersion. Schau Filme, Serien und Videos nur noch in der Fremdsprache, am Anfang mit Untertiteln. Dasselbe gilt für Musik, Nachrichten, Hörbücher und Podcasts.

## 61 Hörverstehen darf Spaß machen

Filme, Serien und Musik in der Fremdsprache machen Spaß und trainieren dein Ohr. Vieles, was du zur Entspannung tust, kannst du auch in der Fremdsprache tun. Bei Streamingdiensten und auf Videoplattformen kannst du Tonspur und Untertitel oft in vielen Sprachen auswählen.

## 62 Schau Filme und Serien mit Untertiteln

Such dir gute Filme und Serien in der Fremdsprache und schau sie regelmäßig. Am Anfang schaltest du deutsche Untertitel ein, später Untertitel in der Fremdsprache. Im letzten Schritt lässt du sie ganz weg. So verbesserst du dein Hörverstehen mit Spaß.

Mehr dazu: [Sprachen lernen mit Netflix](#)

## 63 Hör Musik in der Fremdsprache

In den meisten Ländern gibt es gute Musik in allen Stilrichtungen. Hörst du sie regelmäßig, schulst du dein Ohr ganz nebenbei. Wenn ich eine Sprache lerne, höre ich fast nur noch Musik in dieser Sprache.

## 64 Lern mit deinen Lieblingsliedern

Ein schönes Lied in der Fremdsprache zu verstehen ist ein tolles Gefühl. Mach daraus eine Übung. Hör das Lied ein paar Mal genau an und prüfe, wie viel du verstehst. Notier dir die Wörter, die du heraushörst, aber nicht kennst, und schlag sie nach. Erst danach liest du den Songtext und erschließt den Rest. Wenn du alles verstehst, sing mit.

## 65 Hör Podcasts für Fortgeschrittene und Muttersprachler

Podcasts helfen nicht nur beim Einstieg. Auch später bringen sie dich weiter. Es gibt viele Podcasts für fortgeschrittene Lernende. Oder du hörst gleich Podcasts für Muttersprachler, etwa Nachrichten, Gesprächsrunden oder Comedy. Sie sind unterhaltsam und passen in jede Pause.

## 66 Hör Hörbücher in der Fremdsprache

Bist du schon weiter, kannst du normale Hörbücher in der Fremdsprache hören. Du findest sie in Hörbuch-Apps und oft auch über deine Stadtbibliothek. Für den Anfang eignen sich Kinderhörbücher oder Bücher, die du schon kennst. Dann weißt du, worum es geht, und musst nicht jedes Wort verstehen.

## So lernst du Vokabeln und behältst sie

---

### 67 Lern zuerst die 100 wichtigsten Wörter

Bei einer neuen Sprache lohnt es sich, mit den 100 häufigsten Wörtern zu beginnen. Damit baust du erste einfache Sätze und führst etwas Smalltalk. Listen der häufigsten Wörter findest du für fast jede Sprache.

Mehr dazu: [Vokabeln lernen: Der Schritt-für-Schritt-Leitfaden](#)

### 68 Lern danach nur Wörter, die du brauchst

Sitzen die 100 wichtigsten Wörter, lernst du nur noch Wörter, die für dich wichtig sind. In Gesprächen und Selbstgesprächen merkst du schnell, welche dir fehlen. Beim Lesen findest du weitere. Prüf vor dem Lernen, ob du das Wort wirklich benutzen wirst.

### 69 Benutz neue Wörter sofort mehrmals

Damit ein neues Wort sitzt, benutz es sofort so oft wie möglich. Sag es mehrmals laut und bau es in Sätze ein. Im nächsten Gespräch verwendest du es wieder. So merkst du es dir viel schneller.

### 70 Merk dir Wörter mit Eselsbrücken

Eine Eselsbrücke verbindet das neue Wort mit einem deutschen Wort, das ähnlich klingt oder ähnlich aussieht. Verknüpf beide in einem Bild im Kopf. Fällt dir das Wort später nicht ein, denkst du an das Bild, und es ist wieder da.

Mehr dazu: [Eselsbrücken: Vokabeln schneller lernen](#)

### 71 Stell dir Wörter bildlich vor

Wenn du dir ein Wort beim Lernen bildlich vorstellst, behältst du es leichter. Bei Verben stellst du dir die Tätigkeit vor, bei Adjektiven eine passende Situation.

### 72 Wiederhole regelmäßig

Ein Wort, das du gut konntest und dann wochenlang weder benutzt noch wiederholst, vergisst du schnell. Wiederhole neue Wörter deshalb regelmäßig: in den ersten Tagen so oft wie möglich, danach in immer größeren Abständen.

### 73 Stumpfes Wiederholen bringt am wenigsten

Die bekannteste Methode ist, Wörter immer wieder hintereinander durchzulesen. Das ist bequem, weil es kaum Anstrengung kostet. Es ist aber auch die am wenigsten wirksame Methode. Du brauchst länger und vergisst schneller. Setz lieber auf Anwendung, Eselsbrücken und Bilder.

### 74 Lern mit Karteikarten oder einer App

Mit Karteikarten lernst du Wörter gezielt. Auf eine Seite schreibst du das deutsche Wort, auf die andere das fremde, am besten in einem kurzen Beispielsatz. Was du sicher kannst, legst du zur Seite. Vokabeltrainer-Apps machen dasselbe auf dem Handy: Sie sortieren bekannte Wörter aus und fragen dich zum passenden Zeitpunkt ab.

Mehr dazu: [Die bekanntesten Vokabeltrainer-Apps im Vergleich](#)

## 75 Wiederhole mit System

Bewährt hat sich die verteilte Wiederholung, auf Englisch **spaced repetition**. Du wiederholst ein Wort kurz bevor du es vergessen würdest. Die Abstände werden dabei immer größer, zum Beispiel nach acht Stunden, nach zwei Tagen, nach acht Tagen, nach einem Monat und nach zwei Monaten. Am einfachsten geht das mit einem Karteikasten mit mehreren Fächern oder mit einer App, die die Abstände für dich plant.

Mehr dazu: [Vokabeln lernen mit Karteikarten](#)

## 76 Finde wichtige Wörter im Selbstgespräch

Die für dich wichtigen Wörter findest du am besten im Selbstgespräch. Erzähl, was du heute gemacht hast oder noch vorhast. Oder spiel ein Gespräch durch, in dem du beide Rollen übernimmst. Jedes Wort, das dir fehlt, schreibst du auf. Später schlägst du es nach oder fragst einen Muttersprachler. Diese Wörter sind wichtig, denn du würdest sie benutzen, wenn du sie kennen würdest.

## 77 Schreib Alltagstexte in der Fremdsprache

Schreib Notizen, To-do-Listen oder Einkaufszettel in der Fremdsprache. Fehlt dir ein Wort, schlägst du es nach. So lernst du schnell neue, wichtige Wörter und festigst sie beim Schreiben.

## 78 Veranstatle ein Wörter-Duell

Triff dich zum Beispiel einmal pro Woche mit einem Lernpartner. Ihr lernt eine Stunde lang neue Wörter. Wer danach die meisten kann, hat gewonnen, und der andere gibt einen aus.

# Die Fremdsprache vor Ort lernen

---

## 79 Mach Urlaub im Land deiner Zielsprache

Am schnellsten lernst du eine Sprache vor Ort. Dafür musst du nicht monatelang ins Ausland. Schon ein paar Tage oder Wochen bringen dich auf die nächste Stufe. Außerdem lernst du vor und nach einer Reise mit viel mehr Antrieb.

## 80 Sprich mit Einheimischen

Nutze im Ausland jede Gelegenheit zum Gespräch. Sprich kurz mit Kellnern, Hotelangestellten oder Reiseleitern. Überall, wo du Kunde bist, ergibt sich ein kleines Gespräch.

## 81 Triff dich mit Einheimischen

Für Gespräche bist du nicht auf Hotel und Restaurant angewiesen. Online findest du Einheimische, mit denen du dich treffen oder eine Stadtführung machen kannst. Such in Gruppen für die Stadt in sozialen Netzwerken, auf Plattformen für Treffen und Veranstaltungen oder in Netzwerken für Menschen, die im Ausland leben. Dort findest du viele Gelegenheiten, Leute kennenzulernen.

## 82 Erleb das Land in der Landessprache

Auch im Ausland kannst du der Sprache aus dem Weg gehen. Tu das nicht. Mach so viel wie möglich in der Landessprache: Schau im Hotel das heimische Fernsehen und lies die Infotafeln an Sehenswürdigkeiten in der Landessprache.

### **83 Mach Führungen in der Landessprache mit**

Warum die Führung auf Deutsch buchen? In der Landessprache erlebst du das Land aus der Sicht der Einheimischen und übst gleichzeitig. Vielleicht lernst du dabei auch andere Teilnehmer kennen, mit denen du sprechen kannst.

### **84 Nutze einen Reiseführer in der Landessprache**

Reiseführer haben viele Bilder und sind leicht zu verstehen. Nimm deshalb einen in der Landessprache. So lernst du gleich passende Wörter. Spannend ist auch der andere Blickwinkel: Einheimische Reiseführer empfehlen oft andere Orte als deutsche.

### **85 Verbring längere Zeit im Ausland**

Am meisten bringt ein längerer Aufenthalt im Ausland. Das geht zum Beispiel mit einem Auslandssemester oder einem Praktikum. Vielleicht kannst du auch bei der Arbeit an einem Projekt im Ausland mitarbeiten oder ausländische Kunden betreuen. Das ist nicht für jeden möglich. Wenn es für dich geht, nutze die Chance.

## **Täglicher Kontakt mit der Sprache**

---

### **86 Stell deine Geräte auf die Fremdsprache um**

Stell Handy, Computer, Apps und soziale Netzwerke auf deine Zielsprache um. So begegnet sie dir mehrmals am Tag. Mach das aber erst, wenn du schon etwas Grundwissen hast. Sonst wird der Alltag unnötig mühsam.

### **87 Hol dir die Fremdsprache in deine sozialen Netzwerke**

In deinen sozialen Netzwerken schreiben die meisten Kontakte wahrscheinlich Deutsch. Ändere das: Vernetz dich mit Menschen, die deine Zielsprache sprechen, zum Beispiel mit deinen Tandempartnern. Tritt Gruppen in der Fremdsprache bei und folge Accounts, die in der Fremdsprache posten. So begegnet dir die Sprache auch beim Scrollen.

### **88 Abonniere Eilmeldungen einer Nachrichten-App**

Jedes Land hat seine großen Nachrichtenmedien mit eigener App, zum Beispiel Le Monde in Frankreich oder El País in Spanien. Installier eine davon und schalte die Push-Nachrichten ein. So bekommst du mehrmals am Tag die wichtigsten Schlagzeilen in der Fremdsprache.

### **89 Beschrifte deine Wohnung**

Kleb Haftnotizen mit dem Wort in der Fremdsprache auf Schrank, Computer, Kühlschrank und andere Dinge. Du siehst sie jeden Tag und merkst dir die Wörter fast von selbst.

### **90 Führe einen Fremdsprachentag ein**

Jeden Tag rund um die Uhr in der Fremdsprache zu leben ist anstrengend. Erklär stattdessen einen Wochentag zum Fremdsprachentag. An diesem Tag machst du so viel wie möglich in der Fremdsprache. Triff dich auch mit Freunden, die die Sprache sprechen oder lernen, und verbringt einen Abend nur in der Fremdsprache. Kocht zum Beispiel zusammen ein Gericht aus dem Land.

## 91 Finde Texte, die dich interessieren

Im Internet gibt es spannende Texte in fast jeder Sprache: Wikipedia, Blogs, Nachrichtenseiten oder Seiten zu deinem Hobby. Such dir passende Seiten und lies dort regelmäßig. Ein einfacher Einstieg ist der Wikipedia-Artikel zu einem Thema, das du gut kennst, in der Fremdsprache. Auch Zeitungen und Zeitschriften aus dem Land eignen sich gut.

## 92 Diskutier im Internet mit

Online gibt es Gruppen und Foren zu jedem Thema, ob Autos oder Kochen. Such dir eine Gruppe in der Fremdsprache und schreib mit oder kommentiere Beiträge. So erfährst du Neues über dein Lieblingsthema und verbesserst nebenbei deine Sprache.

## 93 Lies alles laut vor

Wann immer dir ein Wort oder ein Satz in der Fremdsprache begegnet, lies ihn laut. So übst du deine Aussprache und gewöhnst dich schneller an die Sprache.

## 94 Koch in der Fremdsprache

Such dir ein Kochbuch oder Rezepte in der Fremdsprache und koch danach. So wendest du neue Wörter gleich praktisch an. Lass dazu Radio oder einen Podcast in der Fremdsprache laufen.

## 95 Spiel in der Fremdsprache

Viele Gamer erzählen, dass sie ihr Englisch vor allem durch Videospiele gelernt haben. Im Spiel tauchst du in eine Welt ein und musst dich darin zurechtfinden. So lernst du schnell neue Wörter, siehst, wie sie geschrieben werden, und hörst, wie sie klingen. Das klappt auch mit Spielen auf dem Handy.

# Schneller lernen mit Gewohnheiten

---

## 96 Mach das Sprachenlernen zur Gewohnheit

Mit einem Kurs einmal pro Woche lernst du keine Sprache. Du brauchst täglichen Kontakt. Dich jeden Tag neu zu motivieren ist aber schwer. Mach das Lernen deshalb zur Gewohnheit. Wird es so selbstverständlich wie Zähneputzen, passiert es von allein, und du brauchst keine Motivation mehr.

## 97 Gib deinen Lernaktivitäten feste Zeiten

Wenn du schnell vorankommen willst, gehören Serien, Musik, Gespräche und neue Wörter in der Fremdsprache selbstverständlich zu deinem Tag. Mach diese Dinge möglichst immer zur selben Zeit. Dann laufen sie bald wie von selbst.

## 98 Nutze die Seinfeld-Methode

Eine gute Methode für neue Gewohnheiten ist die Seinfeld-Methode. Häng dir einen Kalender auf und mach für jeden Tag, an dem du gelernt hast, ein Kreuz. Je länger die Kette wird, desto weniger willst du sie unterbrechen. Nach etwa zwei bis vier Wochen denkst du kaum noch darüber nach.

## 99 Stell dir am Anfang eine Erinnerung

In den ersten Tagen vergisst du die neue Gewohnheit leicht. Stell dir deshalb jeden Tag zur selben Zeit eine Erinnerung im Handy. Nach ein paar Wochen brauchst du sie nicht mehr. Auch sichtbare Erinnerungen helfen: Karteikarten im Bad, ein Buch auf dem Nachttisch oder ein Podcast, der im Auto schon bereitliegt.

## 100 Verknüpf das Lernen mit einer festen Tätigkeit

Noch schneller entsteht eine Gewohnheit, wenn du sie an etwas knüpfst, das du ohnehin tust. Fährst du jeden Tag Bahn, hörst du in dieser Zeit einen Podcast, liest eine Seite oder wiederholst ein paar Wörter. Machst du das einige Tage hintereinander in derselben Situation, sitzt die Gewohnheit schnell. Das klappt auch beim Sport.

## 101 Mach es dir so leicht wie möglich

Nimm dir nicht gleich 100 neue Wörter am Tag vor. Das ist zu anstrengend, und die Motivation ist schnell weg. Nimm dir lieber fünf Wörter oder sogar nur eins vor. Das schaffst du auch an schlechten Tagen. Bist du an einem Tag motivierter, machst du einfach mehr.

## Fazit: Fang mit drei Tipps an

Du musst nicht alle Tipps auf einmal umsetzen. Das geht auch gar nicht. Such dir die aus, die dir am besten gefallen und am leichtesten fallen, und fang damit an. Klappen die ersten, nimmst du die nächsten dazu.

| Tipp-Nr. | Das mache ich konkret | Wann |
|----------|-----------------------|------|
|          |                       |      |
|          |                       |      |
|          |                       |      |

Viele dieser Tipps sind im Austausch mit anderen Sprachlernexperten entstanden. Danke an Olly Richards, Steve Kaufmann, Christine Konstantinidis, Lena Konstantinidis, Jakub Marian, Christian Roth, Oliver Antosch, Kilian Kempster, Philipp Doblhoff, Jane Eggers und Birgit Bauer.

### Weiterlernen mit Sprachheld: Online-Sprachkurse mit der Sprachblock-Methode

Viele der 101 Tipps stecken schon in den Sprachheld-Kursen: Du lernst mit echten Dialogen statt mit Wortlisten und wendest das Gelernte sofort an.

- **Hören:** echte Dialoge und Monologe aus dem Alltag
- **Verstehen:** die Sprachblöcke erkennen, also Wendungen, die wirklich benutzt werden
- **Anwenden:** die Sprachblöcke in deinem eigenen Alltag verwenden

Kurse gibt es für Englisch, Spanisch, Französisch, Italienisch und Deutsch.



Englisch



Spanisch



Französisch



Italienisch



Deutsch

Jetzt Kurse ansehen