

Gebr. Dobberkau KG
Am Sättel 16
98553 Schleusingen/Thüringen

Telefon (03 68 41) 4 44 44
Telefax (03 68 41) 4 09 20
info@dobberkau.com

Gebr. Dobberkau KG • Am Sättel 16 • 98553 Schleusingen

www.**DOBBERKAU**.com
Driving and more!


☎
(03 68 41)
44444
Fünfmal die Vier, das sind wir!

“Prüfungsangst” - wie überwinde ich sie !

*ready to
action*

Ein paar gut gemeinte Ratschläge für unsere Fahrschüler !

So fährst Du der Angst davon:

(Alle wichtigen Info's auch unter www.dobberkau.com)

1. Die erste Fahrstunde:

- ✓ Du bekommst bei uns eine Broschüre über Dein auserwähltes Fahrschulfahrzeug (VW Golf). Studiere in Ruhe vor der ersten Fahrt die Bedienung und Handlungsabläufe im Auto, Du kannst bei konsequenten Lernen mit Sicherheit ein bis zwei Fahrstunden sparen und Deine Aufregung vor der ersten Fahrt legt sich!
- ✓ Für die Praxisausbildung benötigst Du leichtes Schuhwerk mit einer relativ dünnen Sohle, damit Du auch spürst was Du gerade machst! Eine Jacke sollte man ausziehen, um eine genügende Bewegungsfreiheit zu gewährleisten.
- ✓ Denke daran, wenn Du eine Sehhilfe benötigst, dann musst Du sie auch aufsetzen!
- ✓ Ist Dein Antrag auf dem Landratsamt abgegeben?

2. Die Zeit vor der Prüfung:

- ✓ Erzähle niemanden von Deiner Absicht die Prüfung zu absolvieren.
- ✓ Frauen sollten Ihrem Freund oder Mann nicht alles erzählen was Sie gerade in der Fahrschule durchnehmen; Männer wissen bekanntlich alles besser, oftmals auch besser als der Fahrlehrer! Vermeide so unnötige Diskussionen.
- ✓ Sind die Prüfgebühren an die DEKRA überwiesen (mindestens eine Woche vorher!)?

3. Theorieprüfung am Notebook (gültigen Ausweis nicht vergessen):

- ✓ Nimm die Möglichkeit der Vorprüfungen in der Fahrschule wahr und bereite Dich somit gut auf die bevorstehende Prüfung vor.
- ✓ SPEEDY - PC-Training in der Fahrschule, bitte regelmäßig nutzen !! (keine zusätzlichen Gebühren)
- ✓ Löse zu Hause alle Testbögen, ansonsten könnte es sein, dass Du Fragen bekommst, welche Du noch nicht beantwortet hast (mindestens 2x alle Fragen richtig beantworten)!
- ✓ Denke immer daran, der erste Gedanke ist der Richtige. Wenn Du etwas ändern willst, dann sei Dir 100prozentig sicher!
- ✓ Das Programm auf dem Notebook wird Dich automatisch darauf hinweisen, wenn Du eine Frage noch nicht beantwortet hast!

4. Praxisprüfung im Vorfeld:

- ✓ Lass Dich nicht durch äußere Einwirkungen unter Druck setzen, rede mit Deinem Fahrlehrer über Deine Sorgen und Prüfungsängste.
- ✓ Schmiede keine Pläne bei der Dein Führerschein schon eine Rolle spielt. Der Fahrzeugkauf sollte auch erst nach bestandener Prüfung erfolgen! Hast Du alle Kosten in der Fahrschule bezahlt?
- ✓ Vermeide auf jeden Fall im Vorfeld Stress und Ärger, nimm eventuell Urlaub.

- ✓ Benutze vor der Prüfung keinerlei "Zaubermittel" um Dich zu beruhigen (Medikamente, Beruhigungstabletten usw.) - Du erreichst nur das Gegenteil!
- ✓ Wichtig ist, dass Du vor der Prüfung ausreichend schläfst und ein leichtes Frühstück zu Dir nimmst.
- ✓ Spreche vor der Prüfung nicht mit anderen Fahrschülern, die Ihre Prüfung bereits absolviert haben (wer den Führerschein schon hat, prahlt gerne mit den wenigen Fahrstunden, die er gehabt hat, glaube nur die Hälfte).
- ✓ Denke daran, die Schaurmärchen über besonders scharfe Prüfer stimmen meist nicht- man versucht nur dadurch von seiner nichtbestanden Prüfung abzulenken!
- ✓ Bringe an den Prüfungsort bitte keine Verwandte oder Bekannte mit! Es ist gut gemeint, aber es schadet nur! Hinterher fahren ist ein „no go“!

5. Prüfungsfahrt (gültigen Ausweis nicht vergessen !!!):

- ✓ Lass Dir von Deinem Fahrlehrer kurz die Gepflogenheiten des Prüfers erläutern.
- ✓ Suche die Kontaktaufnahme mit dem Prüfer durch ein kurzes freundliches Gespräch, Du kannst auch während der Fahrt Fragen stellen, um eventuelle Unsicherheiten zu vermeiden!
- ✓ Atme vor jeder schwierigen Situation tief durch, dies steigert die Konzentration und beruhigt (Pulsfrequenz sinkt)
- ✓ Wenn Du Dir über etwas nicht im Klaren bist, frage ruhig den Prüfer (einen Gedankenstoß gibt er Dir bestimmt).
- ✓ Schau nicht fortlaufend in den Rückspiegel um den Prüfer zu beobachten, sondern ignoriere den Prüfer! Wenn er etwas schreibt, muss es ja nichts Negatives sein (z.B. der Kopf des Prüfprotokolls).
- ✓ Denke vor allem nicht über abgelaufene Fehler nach, konzentriere Dich auf das Kommende, sonst werden die Fehler nur noch gravierender!
- ✓ Wenn Du einen Fehler bemerkt hast, spreche den Prüfer nicht darauf an, vielleicht hat er Ihn ja gar nicht erkannt!
- ✓ Trete bei der Prüfungsfahrt selbstbewusst auf. Dein Fahrlehrer stellt Dich nur zur Prüfung vor - wenn er weiß - dass Du in der Lage bist, diese auch zu bestehen.
- ✓ Bekannte o. Verwandte, die Dich zum Prüfort bringen, sollten nicht warten und zusehen wie Du die Prüfung beginnst. Sie sollten auch auf gar keinen Fall hinterherfahren, dass verunsichert Dich nur.

Nach der Prüfungsfahrt solltest Du immer die Meinung des Prüfers akzeptieren und diese natürlich auch einsehen. Sollte es Probleme geben, wird der Fahrlehrer diese ansprechen und versuchen diese zu klären!

Wenn Du versuchst, diese Punkte zu berücksichtigen, wirst Du es zu Deiner Prüfung etwas leichter haben.

Wir wünschen Dir auf alle Fälle viel Glück und denke immer daran - Du schaffst es! Nach bestandener Prüfung (Glückwunsch 😊!)

fragst Du bitte den Prüfer, wann und wo Du Deinen Führerschein bekommst! In der Fahrschule musst Du nun noch ein paar

Unterschriften leisten und dann kanns los

gehen! 😊



*ready for
action*

Toi - Toi - Toi
Dein

Fahrschulteam
Dobberkau