

INHALT

1. Einführung	9
1.1 Dein Weg zum Führerschein – was du wirklich brauchst	10
1.2 Fahrlehrer Lukas, wer ist das?	14
1.3 Unser Ziel: Umfassende Unterstützung für deinen Erfolg	15
1.4 Was dir dieses Buch konkret bringt	16
2. Individuelle Lernstrategien und Lerntypen	18
2.1 Lerntypen.....	19
2.2 Individuelle Lernstrategien.....	20
2.3 Intensives Lernen trotz begrenzter Zeit	22
3. Theoretische Basics	24
3.1 Persönliche Voraussetzungen	25
3.1.1 Körperliche Fähigkeiten und Sinnesorgane	25
3.1.2 Einschränkungen der Sinne durch Drogen, Alkohol, Krankheit ...	26
3.1.3 Die harte Wahrheit.....	27
3.2 Rechtliche Rahmenbedingungen	28
3.3 Nutzung des Straßenverkehrssystems	30
3.3.1 Straße, Fahrbahnmarkierungen und Rechtsfahrgebot	30
3.3.2 Autobahnen und Kraftfahrstraßen.....	32
3.3.3 Verkehrszeichen.....	35
3.4 Vorfahrtsregeln und Verkehrsregelungen	50
3.5 Geschwindigkeit, Abstand und umweltbewusstes Fahren	55
3.5.1 Geschwindigkeit.....	55
3.5.2 Anhalteweg, Reaktionsweg und Bremsweg	55
3.5.3 Angepasste Geschwindigkeit und Abstand	58
3.5.4 Umweltbewusstes Fahren	59
4. Theoretische Prüfung	60
4.1 Tipps und Tricks für das Bestehen der Prüfung	61
4.2 Häufige Fehler und deren Vermeidung.....	61
4.3 Prüfungsfragen zum Thema »Vorfahrtsrecht«	62

5. Praktische Fahrstunden	90
5.1 Erste Schritte und Fahrzeugbedienung	91
5.2 Anfahren und Schalten.....	92
5.3 Verhalten im Straßenverkehr	96
6. Praktische Prüfung	98
6.1 Vorbereitung und Ablauf	99
6.2 Technische Prüfungsfragen	100
6.3 Durchführung der praktischen Führerscheinprüfung	110
6.4 Grundfahraufgaben	111
6.5 Häufige Stolperfallen in der Prüfung.....	116
6.6 Umgang mit schwierigen Verkehrssituationen	125
6.7 Tipps von FahrlehrerLukas.....	130
7. Umgang mit Prüfungsangst	134
7.1 Ursachen und Symptome von Prüfungsangst	135
7.2 Entspannungstechniken und Mentaltraining	136
7.3 Aufbau von Selbstvertrauen.....	137
8. Nach der Fahrprüfung	140
8.1 Fahrzeugauswahl für Fahranfänger –	141
Wertverlust berücksichtigen	141
8.2 Versicherung und Zulassung.....	142
8.3 Weiterführende Fahrertrainings	143
9. Letzte Worte auf dem Weg zur Fahrerlaubnis	144
10. QR-Code Videogalerie: Das Wesentliche im Überblick	146
10.1 Optionen beim Führerschein	147
10.2 Praktische Fahrstunden.....	148
10.3 Verkehrsregeln	148
10.4 Praktische Fahrprüfung.....	149
10.4.1 Technische Prüfungsfragen.....	149
10.4.2 Grundfahraufgaben	150
10.4.3 Bei diesen Fehlern fällst du sofort durch!	150
10.4.4 Schwierige Prüfungssituationen	151
10.5 Wie verhält man sich nach einem Unfall?	152
10.6 Prüfungsliste »wird laufend aktualisiert«	152
10.7 Wie wird man Fahrlehrer?.....	152