

05. Mai 2026

## Pressemitteilung

Ihr Ansprechpartner  
Frank Reichert  
Leiter Unternehmenskommunikation

Tel. +49 (0)711 97676-620  
Fax: +49 (0)711 97676-609  
frank.reichert@gtue.de

## Wie Führerscheinneulinge Ängsten entgegen können

- + **GTÜ-Tipps zum Abbau von Unsicherheiten am Steuer**
- + **Erste Kilometer bei gutem Wetter und auf bekannten Routen**
- + **Ziel: Sicher und entspannt am Straßenverkehr teilnehmen**

Stuttgart. Nach bestandener Führerscheinprüfung hinaus in die Welt? Manche neuen Autofahrer genießen die Freiheit umgehend, andere fürchten sich vor den ersten Alleinfahrten. Die GTÜ Gesellschaft für Technische Überwachung mbH gibt Tipps für mehr Sicherheit am Steuer, damit Ängste und Unsicherheiten zurücktreten. **Essenz:** Jede sicher absolvierte Fahrt verstärkt die Routine und stärkt zugleich Selbstvertrauen und Zuversicht.

**Bekannte Routen wählen:** Wer mit einer Strecke vertraut ist, braucht nicht auf Orientierung oder Navigationssystem zu achten. Die Konzentration gilt in erster Linie dem Fahren selbst. Gerade für neue Autofahrer ist es ratsam, sich nicht sofort in komplexe Verkehrssituationen zu begeben. Fahranfänger sollten gezielt Zeiten und Orte mit wenig Verkehr wählen – etwa am frühen Morgen, am Wochenende oder in ruhigen Wohngebieten. Das Fahren im Feierabendverkehr durch enge Innenstädte sorgt eher für Anspannung und dafür, dass Unsicherheiten anwachsen.

**Das Auto kennenlernen:** Im Gegensatz zum modernen Fahrschul-fuhrpark haben die Autos von Fahranfängern oder deren Familien nicht selten weniger Assistenzsysteme, etwa Spurhalteassistent, Notbremsassistent und Berganfahrhilfe.

Gerade das Anfahren am Berg mit Schaltgetriebe will ohne Helferlein geübt sein, zum Beispiel unter gezieltem Einsatz der Handbremse. Am besten einige behutsame Runden auf bekannten Strecken oder einem Supermarkt-Parkplatz außerhalb der Öffnungszeiten drehen, um sich an das zur Verfügung stehende Fahrzeug zu gewöhnen.

— **Eigenes Tempo:** Ruhig bleiben, wenn andere Autofahrer von hinten drängeln – das ist manchmal leichter gesagt als getan. Dennoch ist es wichtig, sich kein Tempo aufzwingen zu lassen. Entscheidend für die stressfreie Fahrt ist eine Geschwindigkeit, bei der sich der Anfänger wohlfühlt. Stets gilt: Auch alle anderen haben mal angefangen, und kaum jemand im Renntempo.

— **Schlechtes Wetter meiden:** Nebel und Starkregen fordern selbst erfahrene Autofahrer heraus. Sofern möglich, sollten Anfänger kritische Straßenverhältnisse meiden. Schlechte Sicht oder gar schneebedeckte Fahrbahnen können viel Stress bringen oder gar Überforderung. Da kann der Spaß am Fahren rasch und nachhaltig verloren gehen.

— **Erfahrene Begleitung:** Gerade in der Anfangsphase ist es in den meisten Fällen hilfreich, wenn ein Autofahrer mit viel Praxis auf dem Beifahrersitz dabei ist. Er kann beruhigend wirken und außerdem wertvolle Hinweise geben – etwa zum richtigen Einschätzen von Verkehrssituationen. Wichtig ist, dass der Beifahrer stets ruhig bleibt, konstruktiv unterstützt und keinen zusätzlichen Druck aufbaut. Zu viele Ratschläge, Druck oder gar Besserwisserei wirken kontraproduktiv.

— **Nicht gleich auf die Langstrecke:** Hohe Konzentration über längere Zeit ermüdet. Weil manchen Fahranfängern Routine fehlt, sind zunächst kürzere Strecken sinnvoll. Falls das nicht möglich ist, sind Pausen empfehlenswert, bevor Anspannung, Unsicherheit oder Müdigkeit zu groß werden. Schon wenige Minuten an der frischen Luft oder ein kurzer Spaziergang lassen den Kopf frei werden für die nächsten Kilometer.

— **Positiv denken** Manche Fahranfänger grübeln nach der Fahrt über Unsicherheiten oder Fehler. Zielführender ist, positive Momente wahrzunehmen. Denn jede erfolgreich gemeisterte Fahrt bringt Ruhe und Gelassenheit, und schon bald redet niemand mehr von einem Fahranfänger.



## Die GTÜ Gesellschaft für Technische Überwachung mbH

Die GTÜ Gesellschaft für Technische Überwachung mbH ist die größte amtlich anerkannte Überwachungsorganisation freiberuflicher Kraftfahrzeugsachverständiger in Deutschland und zählt damit zu den größten Sachverständigenorganisationen überhaupt. Sie versteht sich als ein umfassendes Expertennetzwerk. Rund 2.500 selbständige und hauptberuflich tätige Sachverständige, mehr als 2.700 Prüfsachverständigen und Prüfsachverständigen sowie zahlreiche qualifizierte Mitarbeitende stehen an 11.000 Prüfstützpunkten in Werkstätten und Autohäusern sowie an mehr als 870 eigenen Prüfstellen der GTÜ-Vertragspartner zur Verfügung. Die GTÜ-Prüfsachverständigen und -Prüfsachverständigen sind im Sinne der Verkehrssicherheit und des Umweltschutzes tätig.

Gesellschafter der GTÜ sind die drei Sachverständigenverbände: AGS (Arbeitsgemeinschaft der Kfz-Sachverständigen e.V.), BVS-KSV (BVS-Kraftfahrzeugsachverständigen-Verein e.V.) und BVSK (Bundesverband der freiberuflichen und unabhängigen Sachverständigen für das Kraftfahrzeugwesen e.V.).