

Bernhard Krüger



Zurück zum Führerschein Erfolgreich durch die MPU

Ratgeber und 7 Stufenprogramm zur Vorbereitung auf die „Alkohol-, Drogen- und Punkte-MPU“.



Mit ausführlichem Fragenkatalog.

Bernhard Krüger



Zurück zum Führerschein Erfolgreich durch die MPU

Ratgeber und 7 Stufenprogramm zur Vorbereitung auf die „Alkohol-, Drogen- und Punkte-MPU“.



Mit ausführlichem Fragenkatalog.

Danksagung

Für die Unterstützung bei der Erstellung des Buches „Zurück zum Führerschein“ bedanke ich mich insbesondere bei meiner Frau Christine, die mich immer unterstützt hat. Ihr und meiner Tochter Emily widme ich dieses Buch. Es gibt aber auch eine Menge Leute, die mir direkte oder indirekte Hilfe geboten haben, damit dieses Buch so entstanden ist. Aus diesem Grund möchte ich mich hier besonders bei den folgenden Personen bedanken:

Katja und Uli Himmelmann, Regina Kajzar und Falk Kästle, Moni und Christian Diel, Nathalie und Paul Krüger, Silke und Roland Krüger, Nadja Hrubesch, Michael Litterst, Olga Steur und Norbert Czekalla, Walter Blank, Andreas Wald sowie den Kandidaten, die bei mir eine MPU-Vorbereitung gemacht haben.

Bernhard Krüger

Zurück zum Führerschein Erfolgreich durch die MPU

Ratgeber und 7 Stufenprogramm zur Vorbereitung auf die
„Alkohol-, Drogen- und Punkte-MPU“.

Mit ausführlichem Fragenkatalog.

Books on Demand

Nachdrucke und Kopien dieses Buches, auch auszugsweise, nur mit schriftlicher Genehmigung des Autors. Haftungsausschluss: Die Inhalte dieser Publikation stammen aus Aufzeichnungen, die ich in den letzten 15 Jahren gemacht habe. Diese wurden sorgfältig bearbeitet. Dennoch haftet der Autor nicht für die Folgen von Irrtümern, mit denen der vorliegende Text behaftet sein könnte.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

© 2010 Bernhard Krüger

Satz, Umschlaggestaltung, Herstellung und Verlag:

Books on Demand GmbH, Norderstedt

ISBN 978-3-8448-7419-8

Inhalt

Vorwort

I. Vorbereitung

1. Auskunft aus der Flensburger Punktekartei
2. Akteneinsicht in der Führerscheinstelle
3. Laborwerte
4. Selbsthilfegruppe
5. Allgemeines zur MPU

II. Die Alkohol-MPU

1. Biographie
2. Die Alkoholfahrt
3. Der Trinkverlauf
4. Die Trinkmotive
5. Kenntnisse über Alkohol und Abhängigkeit
 - 5.1. Sucht, was ist das?
 - 5.2. Alkoholmissbrauch
 - 5.3. Alkoholentstehung
 - 5.4. Alkoholwirkung
 - 5.5. Alkoholgehalt in Getränken
 - 5.6. Abbau von Alkohol und Promillegehalt
 - 5.7. Formel zur Berechnung des Promillewerts
 - 5.8. Wirkungsweise von Alkohol
 - 5.9. Welche Promillegrenzen gibt es im Straßenverkehr
 - 5.10. Toleranzsteigerung
 - 5.11. Gleichzeitiger Alkohol- und Medikamentenmissbrauch
 - 5.12. Körperliche Folgeschäden
 - 5.12.1. Erkrankung des Nervensystems
 - 5.12.2. Verdauungsapparat

- 5.12.3 Bauchspeicheldrüse
- 5.12.4. Leber
- 5.12.5. Hormonsystem/ Geschlechtsorgane
- 5.13. Sonstige alkoholbedingte Erkrankungen
- 5.14. Wir reagieren nicht alle gleich auf Alkohol!
- 6. Veränderungs- und Abstinenzmotive
- 7. Rückfall und Rückfallprävention
 - 7.1. Entstehung eines Rückfalls
 - 7.2. Rückfallvermeidung
 - 7.3. Umgang mit dem Rückfall

III. Die Drogen-MPU

- 1. Biographie
- 2. Analyse der einzelnen Verstöße
- 3. Entstehung und Entwicklung des Drogenkonsums
- 4. Konsummuster und -motive
- 5. Drogenwirkung und Abhängigkeit
 - 5.1. Körperliche Folgeschäden durch Drogen
 - 5.2. Langzeitwirkung von Illegalen Drogen.
 - 5.2.1. Hanf
 - 5.2.2. Kokain/ Crack
 - 5.2.3. Heroin/ Opioide
 - 5.2.4. Amphetamine, Ecstasy, XTC, MDMA, Halluzinogene
- 6. Veränderungen und Abstinenzmotive
- 7. Rückfallgefahren und Rückfallvermeidung
 - 7.1. Entstehung eines Rückfalls
 - 7.2. Rückfallvermeidung
 - 7.3. Umgang mit einem Rückfall

IV. Punkte MPU

- 1. Biographie
- 2. Delikte
- 3. Zusammenhänge der Einzelnen Verstöße
- 4. Problembewusstsein

5. Selbstwahrnehmung
6. Verhaltensänderung
7. Zukunft

Anhang

Formschreiben an das Kraftfahrtbundesamt
Verhalten vor und während der MPU
Fragenkatalog zu Alkohol
Fragenkatalog zu Drogen
Fragen zu Punkten

Vorwort

Da ich seit langer Zeit Vorbereitungskurse zum erfolgreichen Bestehen der MPU-Begutachtung durchführe habe ich mich nun entschlossen, meine Erfahrungen bzw. die Kursinhalte in einem Buch niederzuschreiben. Der Inhalt dieses Buch beruht auf Aufzeichnungen die von mir in der gesamten Zeit meiner beruflichen Arbeit im Suchtbereich und der MPU-Vorbereitung gemacht wurden. Dieses Buch soll vor allem jenen helfen, die keine Vorbereitungskurse besuchen können und sich selbständig auf die MPU-Begutachtung vorbereiten. Ich selbst bin seit mehr als 10 Jahren in der Suchtkrankenhilfe tätig. In meiner täglichen Arbeit habe ich es immer wieder mit Alkohol-, Drogen- und Verkehrsdelikten zu tun. Unter anderem fertige ich selbst regelmäßig gutachterliche Stellungnahmen für Gerichte an, so dass ich die psychologischen Fragestellungen und vor allem was hinter den einzelnen Fragen steckt, sehr gut beurteilen kann.

In meiner Tätigkeit als Sozialtherapeut in der Betreuung von Suchtmittelabhängigen liegt ein Schwerpunkt in der Aufarbeitung der Biographien sowie der Rückfallprophylaxe. Bei der Vorbereitung zur MPU-Begutachtung liegen die Schwerpunkte ähnlich. Jedoch wird hierbei der verantwortungsvolle Umgang mit sich selbst und mit anderen höher gewichtet. Als verantwortungsbewusster Teilnehmer am Straßenverkehr wird von Ihnen Umsicht, Rücksicht und auch Weitsicht gefordert.

Sie mögen dies alles haben.

Nun geht es darum, wie Sie dies dem MPU-Gutachter vermitteln und wie dieser erkennen kann, dass er Ihnen ein positives Gutachten ausstellen kann.

Dieses Buch soll Ihnen helfen, über sich und Ihr Verhalten nachzudenken und dadurch die richtigen Antworten auf die vom Gutachter gestellten Fragen zu geben.

Denn nichts ist wichtiger und richtiger als die Wahrheit!

I. Vorbereitung

Zur einer guten Vorbereitung auf die MPU-Begutachtung sind die folgenden Vorbereitungen unverzichtbar:

- Auskunft aus der Flensburger Punktekartei (siehe Anhang)
- Akteneinsicht in der Führerscheinstelle
- Laborwerte
- Selbsthilfegruppe

1. Auskunft aus der Flensburger Punktekartei

Hierfür finden Sie im Anhang einen Musterbrief. Diesen senden Sie an das Kraftfahrt-Bundesamt in Flensburg. Von dort aus erhalten Sie einen Auszug aus Ihrer Punktekartei. Diesen sollten Sie genau durchsehen, denn diese Daten sollten Sie in der MPU wissen. Vergessen Sie nicht eine Kopie Ihres Ausweises oder Reisepasses beizulegen. Falls Sie diesen nicht zu Händen haben können Sie Ihre Unterschrift bei öffentlichen Behörden beglaubigen lassen.

2. Akteneinsicht in der Führerscheinstelle

Um Einsicht in Ihre Führerscheinakte zu bekommen, müssen Sie bei ihrer zuständigen Führerscheinstelle vorbeigehen. Die Einsicht ist erforderlich, um alle Eintragungen und die Daten zu erfahren. Hier sind alle Verfehlungen aufgezeichnet, die sie begangen haben. Dies können z.B. Geschwindigkeitsüberschreitungen, jemandem die Vorfahrt genommen usw. sein. Falls bei Ihnen Gewalt oder Drogendelikte vorliegen, können diese auch an die

Führerscheinstelle weitergegeben worden sein. Wichtig ist, dass sie das Delikt, Datum, Uhrzeit und die Strafhöhe erfahren. Am besten nehmen Sie sich Schreibzeug und Papier mit. Einige Führerscheinstellen machen auch Kopien der Akte. In der Regel können Sie die Akte nur unter Aufsicht der Mitarbeiter der Führerscheinstelle einsehen. Falls die Angestellten der Führerscheinstelle die Akte ungern zu Ihrer Einsicht heraussuchen wollen, geben Sie an, dass Sie dies zur Vorbereitung auf das MPU-Gutachten benötigen.

3. Laborwerte

Bevor Sie sich bei der Führerscheinstelle für die MPU anmelden, sollten Sie eine längere Abstinenzzeit nachweisen können. Klienten die einen Alkoholgehalt von über 1,6 Promille hatten oder die einen Unfall unter Alkoholeinfluss verursacht haben sowie diejenigen, die schon einmal mit Alkohol erwischt wurden, sollten eine Abstinenz von mindestens einem Jahr nachweisen können. Für Ersttäter unter 1,6 Promille ist ein Abstinenznachweis von mindestens einem halben Jahr oft ausreichend. Fragen hierzu beantworten Ihnen die Mitarbeiter der MPU-Begutachtungsstellen in der Regel gerne.

Klären Sie unbedingt auch im Vorfeld ab, ob das Labor von der Begutachtungsstelle anerkannt wird.

Mit dem Labor schließen Sie über den Zeitraum von 6 Monaten oder 1 Jahr einen Vertrag über die Bestimmung von Alkohol oder Drogenmarkern. Bei Alkohol wird hierbei das „Ethylglucuronid“ bestimmt.

Ethylglucuronid wird langsam abgebaut. Abhängig von der aufgenommenen Alkoholdosis kann es im Urin bis zu mehrere Tage nachgewiesen werden. Aus diesem Grund sollten Sie sich sehr gut überlegen, ob Sie während der Wartezeit auf die MPU Alkohol konsumieren.

Sie bekommen dann unangemeldet Post, um zu einer Urinprobe vorbei zu kommen. In der Regel sind dies bei einer Zeit von sechs Monaten vier Mal.

Das Ergebnis wird in der Regel sowohl Ihnen als auch der Führerscheinstelle mitgeteilt. Es bringt Ihnen also nichts, einen positiven Nachweis zu verheimlichen.

Falls der Wert aufgrund der Einnahme von Medikamenten positiv ist, verlangen Sie vom Arzt, der Ihnen das Medikament verschrieben hat, eine Bestätigung. Diese legen Sie dann ebenfalls bei der Begutachtungsstelle vor.

4. Selbsthilfegruppe

Der regelmäßige Besuch einer Selbsthilfegruppe für Alkoholiker (z.B. Anonyme Alkoholiker, Blaukreuz, Freundeskreis ...) wird in der Regel vom Begutachter positiv bewertet. Er sieht dadurch, dass Sie sich mit der Thematik und Ihrem Problem beschäftigen. Bitte klären sie im Vorfeld ab, ob der Leiter Ihnen eine Bescheinigung für den Zeitraum der Teilnahme ausstellen kann. Diese können Sie dann bei der MPU-Begutachtung vorlegen.

5. Allgemeines zur MPU

Der psychologische Teil der MPU lässt sich grob in 3 Teile unterteilen.

1. Biographie
2. Delikt
3. Zukunft

Um diese für den Prüfer ausreichend beantworten zu können, habe ich 7 Module ausgearbeitet.