

MPU DIREKT

Der MPU-Kompass

Orientierung, nächste Schritte und typische Fehler

Vom Schreiben der Führerscheinstelle bis zum neuen Führerschein

Fachlich begleitet von Marco Schleeheuer, MPU-Experte mit über 15 Jahren Erfahrung

mpudirekt.com

Vorwort

Die Nachricht kommt selten gelegen. Es ist ein Brief von der Führerscheinstelle. Und in dem Moment, in dem Sie erfahren, dass Sie zur MPU müssen, ist das Erste, was die meisten Menschen spüren: ein Gefühl der Ohnmacht.

Das kennen wir. Und genau deshalb gibt es diesen Leitfaden.

Die MPU – die Medizinisch-Psychologische Untersuchung – ist keine Strafe und keine Schikane. Sie ist ein Prüfverfahren, das feststellen soll, ob Sie als Person in der Lage sind, verantwortungsbewusst am Straßenverkehr teilzunehmen. Eine sorgfältige Vorbereitung kann Ihre Erfolgsaussichten erheblich verbessern. Eine Garantie gibt es jedoch nicht: Entscheidend sind Ihre persönliche Aufarbeitung, nachvollziehbare Veränderungen und – soweit erforderlich – geeignete Nachweise.

Dieser MPU-Kompass zeigt Ihnen, was jetzt auf Sie zukommt, welche Schritte zuerst wichtig sind, welche Fehler Sie vermeiden sollten und wie der Weg bis zur Wiedererteilung Ihrer Fahrerlaubnis typischerweise abläuft.

Das Wichtigste zuerst: Bewahren Sie Ruhe. Machen Sie einen Plan. Die MPU ist auch für Sie lösbar.

Teil 1: Was ist die MPU – und was ist sie nicht?

Viele Menschen haben falsche Vorstellungen davon, was die MPU eigentlich ist. Das liegt unter anderem daran, dass der Begriff „Idiotentest“ in der Öffentlichkeit so hartnäckig haftet.

Die MPU ist kein Intelligenztest. Sie ist auch kein Test, den man durch auswendig gelernte Antworten besteht.

Die MPU ist eine **Begutachtung Ihrer Fahreignung**. Sie umfasst medizinische, psychologische und leistungsbezogene Untersuchungsbereiche. Geprüft wird, ob Sie künftig wieder sicher und verantwortungsbewusst am Straßenverkehr teilnehmen können. Die Informationen zu Ihren früheren Auffälligkeiten kennt der Gutachter bereits aus Ihrer Akte. Entscheidend ist, ob Sie nachvollziehbar erklären können, warum es dazu gekommen ist, was Sie daraus gelernt haben, was sich seitdem verändert hat und wie Sie erneute Auffälligkeiten künftig vermeiden.

Wer das versteht, hat den wichtigsten Schritt bereits gemacht.

Teil 2: Warum wird eine MPU angeordnet?

Eine MPU wird von der Führerscheinstelle angeordnet, wenn Zweifel an Ihrer Fahreignung bestehen. Die häufigsten Gründe sind:

Alkohol am Steuer

Ab einem Blutalkoholwert von 1,6 Promille oder bei wiederholten Auffälligkeiten unter Alkohol wird in der Regel eine MPU angeordnet. Auch wer erstmalig zwischen 1,1 und 1,6 Promille erwischt wurde, kann betroffen sein – je nach Begleitumständen.

Drogenkonsum

Eine MPU kann insbesondere bei Auffälligkeiten im Zusammenhang mit Cannabis, anderen Drogen beziehungsweise Betäubungsmitteln sowie bestimmten Arzneimitteln verlangt werden. Entscheidend sind die konkrete Substanz, das Konsummuster und die Umstände des Einzelfalls.

Punkte in Flensburg

Wer 8 oder mehr Punkte im Fahreignungsregister erreicht, dem wird die Fahrerlaubnis entzogen. Eine neue Fahrerlaubnis darf frühestens sechs Monate nach Wirksamkeit der Entziehung erteilt werden. Im Neuerteilungsverfahren ist in der Regel ein MPU-Gutachten beizubringen.

Hinweis: Bei einem Punktestand von 1 bis 5 kann für die freiwillige Teilnahme an einem Fahreignungsseminar ein Punkt abgezogen werden. Ein solcher Punkteabzug ist nur einmal innerhalb von fünf Jahren möglich. Ab 6 Punkten ist kein Punkteabzug mehr möglich.

Teil 3: Was Sie jetzt sofort tun sollten

Unabhängig vom Anlass gilt: Je früher Sie handeln, desto besser. Hier sind die wichtigsten Sofortmaßnahmen.

Frühzeitig mit einem qualifizierten MPU-Experten sprechen

Sprechen Sie so früh wie möglich mit einem erfahrenen MPU-Experten. Nicht erst kurz vor dem MPU-Termin, sondern so früh wie möglich – idealerweise bevor Sie Nachweisprogramme beginnen, wichtige Fristen verstreichen lassen oder einen Untersuchungstermin vereinbaren. Eine qualifizierte Fachperson kann Ihnen bereits im ersten Gespräch wertvolle Hinweise geben: welche Nachweise Sie benötigen, wie viel Zeit Sie einplanen müssen und welche Schritte als nächstes sinnvoll sind.

Das spart am Ende erheblich Zeit und Geld.

Fahrerlaubnisakte anfordern

Fordern Sie **umgehend** beim zuständigen Straßenverkehrsamt oder der Führerscheinstelle eine vollständige Kopie Ihrer Fahrerlaubnisakte – häufig auch als Führerscheinakte bezeichnet – an.

Diese Akte enthält alle Informationen, auf die der Gutachter zugreifen wird: Polizeiprotokolle, Arztberichte, Protokolle vorangegangener Verkehrsdelikte, frühere Gutachten. Es ist entscheidend, dass Sie und Ihr Vorbereiter dieselben Informationen kennen wie der Gutachter. Nur dann können Sie sich wirklich gezielt vorbereiten.

Teil 4: Vorbereitung nach Anlass

Die MPU-Vorbereitung ist immer individuell. Es gibt keine Universalantwort darauf, welche Nachweise Sie benötigen oder wie lange Ihre Vorbereitungszeit sein sollte. Das hängt von Ihrem konkreten Einzelfall ab: der Art des Verstoßes, der Menge und Häufigkeit des Konsums (bei Alkohol und Drogen) sowie Ihrer persönlichen Ausgangssituation.

Dennoch gibt es je nach Anlass einige grundlegende Orientierungspunkte.

MPU wegen Alkohol

Der erste Schritt ist Selbstreflexion: Warum ist es dazu gekommen? Was hat sich seitdem verändert? Diese Fragen werden im psychologischen Gespräch kommen – und Sie müssen sie authentisch beantworten können.

Ob Sie Alkoholabstinenz nachweisen müssen, hängt von Ihrer Konsumgeschichte und der fachlichen Einordnung Ihres Falls ab. Unseriös sind pauschale Zusagen, dass sicher keine Abstinenz erforderlich sei, obwohl Ihr Einzelfall noch gar nicht sorgfältig geprüft wurde.

Wenn in Ihrem Fall Alkoholabstinenz erforderlich ist, muss diese in anerkennungsfähiger Form nachgewiesen werden. Der eigentliche Abstinenzbeleg erfolgt über EtG-Untersuchungen in Urin oder Haaren. Leber- oder andere Blutwerte können ergänzende medizinische Informationen liefern, ersetzen einen anerkannten Abstinenznachweis jedoch nicht. Welche Nachweise erforderlich sind, hängt von Ihrem Einzelfall ab.

Marco Schleeheuber: „Zu Beginn der MPU-Untersuchung füllen Sie immer einen Fragebogen aus. Was Sie dort angeben, muss zu allem passen, was Sie später beim Arzt und beim Psychologen sagen. Widersprüche fallen sofort auf – und das ist ein ernstes Problem.“

Unter bestimmten Voraussetzungen kann beim zuständigen Gericht eine vorzeitige Aufhebung der Sperrfrist beantragt werden. Eine absolvierte verkehrspsychologische Maßnahme und eine aussagekräftige Bescheinigung können einen solchen Antrag unterstützen. Ob die Sperre tatsächlich verkürzt beziehungsweise vorzeitig aufgehoben wird, entscheidet jedoch allein das Gericht.

MPU wegen Drogen

Die Art und Menge der erforderlichen Nachweise richtet sich nach Ihrer individuellen Konsumgeschichte: welche Substanzen, in welcher Menge, wie häufig, seit wann abstinenter.

Der Nachweis erfolgt – abhängig von Substanz, Zeitraum und Einzelfall – üblicherweise über kontrollierte Urinuntersuchungen oder geeignete Haaranalysen. Je früher Sie mit diesen Nachweisen beginnen, desto besser.

Wichtig ist auch die Auseinandersetzung damit, was Sie veranlasst hat, Drogen zu konsumieren, und welche konkreten Veränderungen in Ihrem Alltag Sie vorgenommen haben. Der Gutachter will echte Veränderung sehen, keine aufgesagte Geschichte.

MPU wegen Punkten

Bei MPU wegen Punkten liegt der Schwerpunkt im psychologischen Gespräch auf Ihrem Fahrverhalten und der Frage, welche konkreten Strategien Sie entwickelt haben, um ähnliche Verstöße künftig zu vermeiden.

Analysieren Sie die einzelnen Delikte in Ihrer Akte genau. Welche Verstöße haben zu den Punkten geführt? Unter welchen Umständen? Was hätten Sie anders machen können? Wie stellen Sie sicher, dass das nicht wieder passiert?

Teilnehmer an einem Fahreignungsseminar können dies als Zeichen ihrer Auseinandersetzung mit dem eigenen Fahrverhalten einbringen – es ersetzt jedoch keine individuelle fachliche MPU-Vorbereitung.

Teil 5: So läuft die MPU ab

Die MPU umfasst drei Untersuchungsbereiche: die medizinische Untersuchung, das psychologische Gespräch und den Leistungstest. Zusätzlich füllen Sie zu Beginn Fragebögen aus. Ihre dortigen Angaben müssen zu den späteren Aussagen in der medizinischen Untersuchung und im psychologischen Gespräch passen. Widersprüche können Ihre Glaubwürdigkeit beeinträchtigen und sich negativ auf das Gutachten auswirken.

1. Medizinische Untersuchung

Im medizinischen Teil werden Ihr Gesundheitszustand und die für den konkreten MPU-Anlass relevanten medizinischen Fragen betrachtet. Bei Alkohol- oder Drogenfragestellungen geht es insbesondere um Ihre Konsumgeschichte, mögliche körperliche Folgen sowie vorgelegte Laborbefunde und Abstinenznachweise.

2. Psychologisches Gespräch

Das ist der entscheidende Teil. Ein Verkehrspsychologe führt mit Ihnen ein strukturiertes Gespräch, in dem er Ihre Einsicht in das Fehlverhalten, Ihre persönliche Entwicklung und Ihre Zukunftsstrategien beurteilt. Keine auswendig gelernten Antworten, keine Schablonen. Was zählt: ehrliche Reflexion, glaubhafte Veränderung, nachvollziehbare Strategien.

3. Leistungstest

Standardisierter Reaktions- und Konzentrationstest am Bildschirm. Testet Reaktionszeit, Wahrnehmung und Aufmerksamkeit. Für die meisten gut machbar, aber nicht zu unterschätzen. Erschöpfung oder Nervosität können das Ergebnis beeinflussen.

Teil 6: Die häufigsten Fehler – und wie Sie sie vermeiden

01 Die MPU unterschätzen

Wer die MPU unterschätzt, beginnt häufig zu spät oder bereitet zentrale Fragen nicht ausreichend vor. Die MPU ist keine reine Wissensprüfung. Entscheidend ist, ob Sie die Ursachen Ihres früheren Verhaltens verstanden, tragfähige Veränderungen entwickelt und diese nachvollziehbar stabilisiert haben.

02 Auswendig gelernte Antworten

Vorgefertigte oder auswendig gelernte Antworten wirken häufig unpersönlich und unglaubwürdig. Sie zeigen nicht, dass Sie sich ernsthaft mit Ihrer eigenen Geschichte und den Ursachen Ihres Verhaltens auseinandergesetzt haben.

03 Unseriöse Vorbereitung

„100 % Bestehensgarantie“ oder pauschale Aussagen zur Abstinenz ohne Prüfung Ihres Einzelfalls sind unseriös. Solche Versprechen kosten Sie Zeit, Geld und Nerven.

04 Verharmlosung oder Abwälzen

Wer die Schuld auf andere schiebt oder das Geschehene kleinredet, wirkt auf Gutachter unglaubwürdig.

05 Keine Akteneinsicht

Wer die eigene Fahrerlaubnisakte nicht kennt, ist im Gespräch klar im Nachteil.

06 Zu spät beginnen

Viele Nachweise (Abstinenz, Therapie, Labortests) brauchen Monate. Wer zu spät anfängt, hat diese Zeit nicht.

07 Ungeeigneter Anbieter

Wer auf Anbieter mit Garantien oder Pauschallösungen hereinfällt, verliert Zeit und Geld – und hat danach schlechtere Karten.

Teil 7: Wie finde ich einen seriösen Anbieter?

Das ist eine der wichtigsten Fragen überhaupt – denn auf dem MPU-Markt gibt es leider viele unseriöse Anbieter, die von der Unsicherheit Betroffener profitieren.

Das sind Zeichen für einen seriösen Anbieter:

- Achten Sie darauf, wer die eigentliche verkehrspsychologische Vorbereitung durchführt. Die psychologische Aufarbeitung sollte durch entsprechend qualifizierte Psychologen mit verkehrspsychologischer Erfahrung erfolgen. Ein seriöser Anbieter legt transparent offen, welche Fachperson Sie betreut und über welche Qualifikationen sie verfügt.
- Klare, transparente Informationen zu Leistungen und Kosten
- Individuelle Einschätzung Ihrer konkreten Situation – keine Pauschallösungen
- Keine Garantieverprechen (kein seriöser Anbieter kann Ihnen garantieren, dass Sie bestehen – denn Sie müssen selbst abliefern)
- Kein Verkaufsdruck, keine sofortige Vertragsunterzeichnung gefordert
- Schriftliche Aufzeichnungen und eine individuelle Bescheinigung am Ende der Vorbereitung

Dazu die Bundesanstalt für Straßenwesen (BAST) auf ihrer Internetseite: Ein seriöser und kompetenter Berater oder Verkehrstherapeut „ist Psychologe mit einem Diplom- oder Master-Abschluss, hat eine verkehrspsychologische Ausbildung absolviert und bildet sich regelmäßig fort.“ Er fordert Sie auf, Unterlagen vorzulegen – Urteile, Schriftverkehr mit der Führerscheinstelle, Registerauszüge. Er wird Sie nicht unter Druck setzen. Und er händigt Ihnen am Ende ein schriftliches Beratungsergebnis oder eine Teilnahmebescheinigung aus.

Quelle: Bundesanstalt für Straßenwesen, „Qualitätssicherung von MPU und Beratung“, Abschnitt „Verkehrspsychologische MPU-Beratung und MPU-Vorbereitung“, abgerufen im Juli 2026.

Marco Schleehuber: „Eine gute Bescheinigung Ihrer Vorbereitungsstelle ist individuell – sie beschreibt, wie viele Stunden Sie gemeinsam gearbeitet haben und was konkret Inhalt der Vorbereitung war. Das zeigt dem Gutachter, dass Sie sich wirklich intensiv mit Ihrem Fall auseinandergesetzt haben.“

Das sind Warnsignale:

- „100 % Bestehensgarantie“
- „Sie benötigen garantiert keine Abstinenz“ – ohne vorherige sorgfältige Einzelfallprüfung
- Druck zum sofortigen Vertragsabschluss
- Ausschließlich standardisierte Gruppenangebote ohne individuelle Aktenanalyse und persönliche Fallaufarbeitung
- Unklare oder versteckte Kosten
- Vorgefertigte Skripte oder „Schablonen“, die Sie auswendig lernen sollen

Teil 8: Ihr Schritt-für-Schritt-Plan

01

Schritt 1: Ruhe bewahren und informieren

Holen Sie sich zuverlässige Informationen. Nicht im Internet suchen und auf gut Glück vertrauen – die Qualität der Ratschläge dort variiert erheblich. Nutzen Sie seriöse Quellen oder sprechen Sie direkt mit einem Fachmann.

02

Schritt 2: MPU-Experten ansprechen

So früh wie möglich. Eine qualifizierte Fachperson kann Ihnen bereits beim Erstgespräch sagen, was auf Sie zukommt, welche Nachweise Sie benötigen und wie lange die Vorbereitung realistischerweise dauert.

03

Schritt 3: Fahrerlaubnisakte anfordern

Fordern Sie beim zuständigen Straßenverkehrsamt oder bei der Fahrerlaubnisbehörde eine Kopie Ihrer Fahrerlaubnisakte an. Die Akte ist eine zentrale Grundlage Ihrer Vorbereitung: Nur wenn Sie wissen, welche Informationen und Unterlagen darin enthalten sind, können Sie sich gezielt auf die MPU vorbereiten.

04

Schritt 4: Nachweise beginnen

Je nach Anlass: Abstinenzbelege, Laborproben, Therapiebestätigungen. Nicht warten. Diese Nachweise brauchen Zeit.

05

Schritt 5: Individuelle Strategie erarbeiten

Gemeinsam mit Ihrem Vorbereiter erarbeiten Sie Ihre persönliche Geschichte: Was ist passiert? Warum? Was hat sich verändert? Wie stellen Sie sicher, dass es nicht wieder passiert? Das ist keine auswendig gelernte Geschichte – das ist Ihre Geschichte.

06

Schritt 6: Neuerteilung der Fahrerlaubnis beantragen

Stellen Sie rechtzeitig bei der zuständigen Fahrerlaubnisbehörde den Antrag auf Neuerteilung Ihrer Fahrerlaubnis. Die Behörde prüft Ihren Fall und teilt Ihnen mit, welches Gutachten innerhalb welcher Frist vorzulegen ist. Bei einer gerichtlich angeordneten Sperrfrist kann der Antrag grundsätzlich bereits bis zu sechs Monate vor deren Ablauf gestellt werden.

07

Schritt 7: MPU-Termin wahrnehmen

Bringen Sie mit: Personalausweis, Prüfgebühr (wenn nicht vorab überwiesen), alle Abstinenz- und sonstigen Nachweise, Bescheinigung Ihrer Vorbereitungsstelle.

08

Schritt 8: Positives Gutachten einreichen und Neuerteilung abschließen

Nach einem positiven Gutachten reichen Sie dieses bei der Fahrerlaubnisbehörde ein. Sobald alle Voraussetzungen erfüllt und die Unterlagen vollständig geprüft sind, kann die Fahrerlaubnis neu erteilt und der Führerschein ausgestellt werden. Die Bearbeitungsdauer hängt von der zuständigen Behörde ab.

Ihr nächster Schritt

Die MPU ist eine Herausforderung. Aber sie ist lösbar – mit der richtigen Vorbereitung und dem richtigen Ansprechpartner.

Marco Schleehuber begleitet als MPU-Experte seit über 15 Jahren Menschen durch diesen Prozess. Er kennt die Situation von Menschen, die auf ihren Führerschein angewiesen sind: unter Druck, mit wenig Zeit, oft auch mit einem unguten Gefühl im Bauch. Sein Team aus qualifizierten Verkehrspsychologen und psychologischen Fachpersonen arbeitet individuell, ohne vorgefertigte Schablonen, ohne leere Versprechen.

Nehmen Sie jetzt Kontakt auf – das erste Gespräch ist kostenlos und unverbindlich.

In diesem ersten Gespräch erfahren Sie:

Eine ehrliche Einschätzung Ihrer konkreten Ausgangssituation	Welche Nachweise Sie benötigen und wann Sie beginnen sollten
Wie die Vorbereitung konkret aussieht	Was als nächstes sinnvoll ist

Kein Verkaufsdruck. Keine Pauschallösungen. Klare Worte auf Augenhöhe.

Jetzt per WhatsApp schreiben

Marco anrufen

+49 170 997 4264

WhatsApp öffnen



Mit dem Smartphone scannen

Je früher Sie Ihren Fall fachlich einordnen lassen, desto besser können notwendige Nachweise, Fristen und Vorbereitungsschritte geplant werden.

MPU Direkt ist ein Informationsportal. Marco Schleehuber wirkt als fachlicher Kooperationspartner an diesem Leitfaden mit und bietet Leistungen im Bereich der MPU-Vorbereitung an. Kommt über MPU Direkt ein Kontakt oder eine Beauftragung zustande, kann MPU Direkt hierfür eine Vergütung erhalten. Für Ratsuchende entstehen dadurch keine zusätzlichen Kosten.

Stand: Juli 2026