



Vorbereitungshinweise für das Auswahlverfahren

Einleitung

Interessenten für eine Verwendung bei der Zentralen Unterstützungsgruppe Zoll (ZUZ) müssen sich einem umfangreichen, zweiwöchigen Testverfahren unterziehen, das neben der physischen auch die psychische Eignung der Bewerber überprüft.

Die allgemeine Gliederung des EAV stellt sich somit folgendermaßen dar:

- **ärztliche** Untersuchung durch den betriebsärztlichen Dienst (im Vorfeld)

- **psychologisches** Testverfahren.

Die Inhalte sind beispielsweise:

- o Intelligenzverhalten (i.d. Bereichen Logik, Kreativität, etc.)
- o Konzentrationsfähigkeit, mit und ohne Belastung
- o Praktisch-technisches Verständnis, räumliches Vorstellungsvermögen
- o Fragen zur Persönlichkeit
- o Psychische Stabilität und Stressbelastbarkeit

- **physisch-praktischer** Teil

- o 1. Woche (Vorbereitungswoche, nur Zugriff)
- o 2. Woche (Abnahmewoche)

Mit den folgenden Tipps, könnt Ihr Euch gut auf die Tests vorbereiten.

1. Allgemeines
2. Testvorbereitung
3. Testdurchführung
4. Vorbereitungshilfen
5. Sportlicher Trainingsplan

1. Allgemeines

Die in diesen Vorbereitungshinweisen dargestellten Punkte sollen als eine Art Wegweiser verstanden werden, anhand dessen sich der Bewerber zielgerichtet auf den psychologischen (schriftlichen und mündlichen) Teil des EAV vorbereiten kann. In der Folge findet ihr auch eine Reihe Hinweise auf Literatur. An dieser Stelle die ausdrückliche Warnung. Die Literaturhinweise sind keine Handlungsanweisung zum auswendig lernen! Diese Werke liefern euch Ideen, wie Testkategorien aussehen können. Anhand derer sollt ihr die Fähigkeit entwickeln, ähnlich geartete Aufgabenstellungen selbstständig und handlungssicher zu bearbeiten, bzw. zu lösen.



2. Testvorbereitung

2.1. Wir empfehlen, frühzeitig mit der Vorbereitung auf das psychologische Testverfahren zu beginnen und mindestens **4 Trainingstage die Woche** einzuplanen.

2.2. Einzelne Testabschnitte, möglichst die, bei denen die Bearbeitung etwas schwerer fiel, öfter üben und insbesondere Vergleichsübungen heranziehen, um so eine grundsätzliche Fähigkeit zu erweitern.

2.3. Vorbereitung auf die mündliche Prüfungssituation.

Das Interview ähnelt dem mündlichen Auswahlverfahren in der Zollverwaltung oder anderen Behörden. Nebst Vorstellung der Vita wird intensiv auf einzelne Stationen im Lebenslauf eingegangen.

Verhalten dabei:

- klar und offen
- nicht „anders“ wirken wollen
- höflich kommunikativ
- reflektiert

3. Testdurchführung

Neben der Testvorbereitung gibt es auch für das eigentliche Testverfahren einige Punkte, die besondere Beachtung finden sollten:

3.1. Aufmerksames Durchlesen der einzelnen Prüfungsaufgaben, bis zum Ende.

3.2. Zeitmanagement! Nicht mit Aufgaben aufhalten, deren Lösung Euch nach angemessener Bedenkzeit nicht erschließt, bzw. unangemessen Zeit kosten würde. Diese markieren, mit den nächsten Aufgaben fortfahren und im Anschluss (wenn noch Zeit übrig ist) dazu zurückkehren.

3.3. Nicht aus der Ruhe bringen lassen. Viele der zu bewältigenden Aufgaben sind bewusst so gestaltet, dass eine vollständige Bearbeitung auf Grund der zu geringen Bearbeitungszeit schlicht nicht möglich ist. Deshalb bereits in der Vorbereitung Konzepte für diese Art von Aufgaben entwickeln und sie zügig aber sorgfältig abarbeiten.

4. Vorbereitungshilfen:

4.1 Fachliteratur, Auswahl zur Vorbereitung

Hesse/ Schrader:

Testtraining Polizei und Feuerwehr

ISBN: 3-8218-3899-x

Hesse/ Schrader:

Testtraining Konzentrationsvermögen

ISBN: 978-3-8218-5938-5

Hesse/ Schrader

Testtraining Technisches Verständnis

ISBN: 978-3-8218-5918-7

Hesse/ Schrader

Testtraining Logik

ISBN: 978-3-8218-5858-6



Hesse/ Schrader
Testtraining Rechnen und Mathematik
ISBN: 978- 3- 8218-5919- 4

Beyer, Günther (2007)
Konzentrationsstraining: So optimieren Sie Ihre Gedächtnisleistung

Wegerle, Carola (2016)
Besser konzentrieren: Der Workshop für ein besseres Gedächtnis. Konzentration in allen Lebenslagen.

Dr. Schultheiss (2009)
Konzentrationsstraining (Edition Erwachsene, Audiobuch)

Solms, Andreas (2009)
Das große Buch der Konzentrationstechniken: Motivation steigern, Prüfungen vorbereiten, Konzentration trainieren, Entspannung lernen

4.2 Lernapps

Neuronation
<https://www.neuronation.com/>
Synaptikon GmbH

4.3 Weiteres

- Mentaltraining wie Meditations- oder Atemübungen zur Stärkung der Konzentrationsfähigkeit
- „Blokus“ und/oder „Make and Break“ von Ravensburger für die räumliche Vorstellungskraft

Die Liste ist nicht abschließend.

Hilfreich ist auch, wenn zu unterschiedlichen Zeiten und „Zuständen“ (z.B. müde/ erholt; vor/nach Belastung) sowie an unterschiedlichen Orten trainiert wird.

5. Sportlicher Trainingsplan:

Es empfiehlt sich den sportlichen Trainingsplan möglichst genau zu befolgen, da dieser genau auf die zu erbringenden Leistungen im Auswahlverfahren abgestimmt ist.

Der Plan befindet sich im Anhang.

Wir wünschen viel Erfolg für das anstehende Auswahlverfahren.

