

# Inhaltsverzeichnis

<b>Vorwort: Für Recht und Gesetz .....</b>	<b>16</b>
Nadelöhr Auswahlverfahren .....	16
Was bietet Ihnen dieses Handbuch? .....	17

## **Ihr Weg zu Polizei, Bundespolizei und Zoll ..... 19**

<b>Ein ganz besonderer Beruf: Beamter .....</b>	<b>20</b>
Welche Rechte und Pflichten übernehmen Beamte? .....	20
Was sind Laufbahnen? .....	21
Wie verläuft die Verbeamtung? .....	22
Hintergrund: Der Staat, die innere Sicherheit und das Grundgesetz .....	23

## **Die Polizei: Einsatz für Sicherheit und Ordnung..... 25**

Eine kurze Geschichte der Polizei .....	25
Die Polizei im 21. Jahrhundert .....	29
Einstellungskriterien und Auswahlverfahren .....	32
Baden-Württemberg .....	33
Bayern.....	34
Berlin .....	36
Brandenburg .....	37
Bremen.....	38
Hamburg .....	39
Hessen .....	40
Mecklenburg-Vorpommern .....	41
Niedersachsen .....	42
Nordrhein-Westfalen .....	43
Rheinland-Pfalz .....	44
Saarland .....	45
Sachsen .....	45
Sachsen-Anhalt .....	46

Schleswig-Holstein .....	47
Thüringen .....	49

## **Die Bundespolizei: Früher Grenzschutz, heute Polizei .....50**

Neue Aufgaben, neuer Name .....	50
Die Organisation.....	51
Die Laufbahnausbildung .....	52
Die Bewerberauswahl .....	54

## **Der Zoll: Die „Wirtschafts- und Einnahmeverwaltung“ des Bundes.....56**

Aufbau und Auftrag .....	56
Gegen Wirtschafts- und Steuerkriminalität .....	57
Die Laufbahnausbildung .....	58
Die Bewerberauswahl.....	60

## **Die Bewerbung ..... 63**

### **Von der Stellenrecherche zum Aufbau der Bewerbung .....64**

Stellenangebote finden .....	64
Die Anzeigenanalyse.....	65
Die Selbsteinschätzung .....	67
Unterlagen und Bewerbungswege .....	68
Stolperstein Social Media .....	70
Die Bewerbung gestalten .....	71

### **Das Anschreiben .....72**

Der Kopf des Anschreibens .....	73
Die Einleitung .....	74
Der Hauptteil .....	74
Der Abschluss .....	75
Muster-Anschreiben Polizei .....	76
Muster-Anschreiben Zoll.....	78

<b>Der Lebenslauf .....</b>	<b>79</b>
Was muss rein, was kann rein? .....	79
Der Aufbau .....	80
Der letzte Schliff .....	81
Beispiel-Lebenslauf 1 (Mittlere Reife) .....	82
Beispiel-Lebenslauf 2 (Hochschulreife) .....	83
<b>Das Bewerbungsfoto .....</b>	<b>85</b>
Kleidung und Auftreten .....	85
<b>Zeugnisse, Nachweise, Zertifikate .....</b>	<b>86</b>
Schule und Beruf .....	86
Sonstige Nachweise .....	87
Zeugniscodes: Die feinen Unterschiede .....	87
<b>Die Online-Bewerbung .....</b>	<b>88</b>
Bewerben per E-Mail .....	88
Bewerbungs-Websites .....	89
<b>Keine Reaktion? So haken Sie nach! .....</b>	<b>90</b>
Das Timing .....	90
Der Tonfall .....	91
<b>Der Einstellungstest .....</b>	<b>93</b>
<b>Auswahltests bei Polizei und Zoll .....</b>	<b>94</b>
Der Testablauf .....	94
Ihr Fahrplan für den Test .....	95
<b>Die Aufgaben .....</b>	<b>97</b>
Allgemeinwissen und fachbezogenes Wissen .....	98
Sprachbeherrschung .....	114
Mathematik .....	142
Logisches Denkvermögen .....	161
Visuelles Denkvermögen .....	177
Konzentrationsvermögen .....	187

Erinnerungsvermögen .....	195
Orientierungsvermögen .....	210
Die Lösungen im Überblick .....	215

## **Persönlichkeitstests ..... 217**

Die Vorbereitung .....	217
Die Testsimulation .....	219
Auswertung .....	231

## **Der Wiener Test..... 238**

Der Ablauf .....	238
Die Vorbereitung .....	240

## **Der Sporttest ..... 243**

### **Die Disziplinen ..... 244**

Achterlauf .....	244
Ausdauerlauf .....	245
Bankdrücken .....	245
Cooper-Test .....	246
Dreierhop .....	247
Fünfer-Sprunglauf .....	247
Hindernisparcours/Konditionstest .....	248
Kasten-Bumerang-Test/Koordinationstest .....	249
Klimmzüge/Klimmzughang .....	250
Liegestütze .....	251
Pendellauf .....	252
Schwimmen (100 m) .....	252
Sit-ups .....	253
Springen über Kleinbank .....	254
Sprint (35 m) .....	254
Standweitsprung .....	255
Wendelauf .....	255

<b>Die Vorbereitung: So bauen Sie Ihr Training auf .....</b>	<b>256</b>
Fitnessgerecht ernähren .....	256
Das Einmaleins der Trainingsplanung .....	260
Ausdauertraining .....	262
Intervalltraining .....	264
Krafttraining .....	265
Test-Countdown: Die letzten Tage und Stunden .....	272
<b>Die ärztliche Untersuchung .....</b>	<b>273</b>
Diagnose: Diensttauglich .....	274
Gut in Form zum Arztbesuch .....	275
Die Untersuchung beim Zoll .....	276
<b>Das Vorstellungsgespräch .....</b>	<b>279</b>
<b>Gut vorbereitet? .....</b>	<b>280</b>
Information ist Trumpf .....	280
Das Outfit .....	281
Die Anreise .....	282
Die richtige Gesprächseinstellung .....	283
Körpersprache und Verhalten .....	283
<b>Das Interview im Überblick .....</b>	<b>284</b>
Begrüßung und Einstieg .....	285
Der Kern des Gesprächs .....	286
Ausklang und Abschied .....	286
Die Interviewtypen .....	287
Die Fragentypen .....	288
Die Interview-Vorbereitung mit diesem Buch .....	293
<b>Warming-up: Eröffnungsfragen .....</b>	<b>295</b>
„Wie war Ihre Anreise, haben Sie den Weg gut gefunden?“ .....	295
„Mit dem Wetter haben wir ja richtig Glück heute, oder?“ .....	296
„Möchten Sie etwas trinken, darf ich Ihnen ein Glas Wasser oder einen Kaffee anbieten?“ .....	298

## **Fragen zu Freunden, Freizeit, Interessen ..... 299**

„Haben Sie Hobbys?“ .....	299
„Verbringen Sie Ihre Freizeit lieber in Gesellschaft oder lieber alleine?“	301
„Haben Sie einen großen Freundeskreis?“ .....	302
„Was schätzen Sie an Ihren Freunden?“ .....	303
„Treiben Sie Sport?“ .....	304
„Was sind Ihre Lieblingssportarten?“ .....	305
„Lesen Sie gern, haben Sie Interesse an Literatur?“ .....	307
„Was genau lesen Sie denn? Können Sie uns ein Buch empfehlen?“ .....	308
„Was machen Sie, um mal so richtig zu entspannen, wie bauen Sie Stress ab?“ .....	309
„Wie machen Sie am liebsten Urlaub? Reisen Sie gern oder bleiben Sie lieber daheim?“ .....	310
„Sind Sie Mitglied in einem Verein?“ .....	311
„Wie würden Sie sich selbst charakterisieren?“ .....	312

## **Fragen zu Schule und Werdegang ..... 313**

„Erzählen Sie uns doch bitte kurz etwas über Ihren Werdegang!“ .....	313
„Was haben Sie denn eigentlich im Zeitraum zwischen ... und ... gemacht? In Ihrem Lebenslauf haben wir dazu gar nichts gefunden.“ ..	315
„Welche Rolle haben Sie in der Klasse eingenommen?“ .....	316
„Was waren Ihre Lieblingsfächer?“ .....	317
„In Geschichte steht eine 5 in Ihrem Zeugnis. Wie erklären Sie sich das?“ .....	318
„Wie wollen Sie Ihre Schwächen in Englisch ausgleichen?“ .....	319
„Warum haben Sie kein Abitur gemacht/nicht studiert?“ .....	320
„Haben Sie während Ihrer Schulzeit bereits Berufserfahrung gesammelt?“ .....	321

## **Fragen zur Berufswahl ..... 323**

„Warum haben Sie sich gerade für den Polizeiberuf/Zollberuf entschieden?“ .....	323
„Wo und wie haben Sie sich über den Polizeiberuf/Zollberuf informiert?“ .....	325
„Haben Sie sich auch auf andere Stellen beworben?“ .....	326

„Wie steht Ihr Partner, wie stehen Ihre Eltern und Freunde zu Ihrer Bewerbung?“ .....	328
„Was wissen Sie über den Polizeiberuf/Zollberuf?“ .....	329
„Welche Tätigkeiten sind typisch für den Polizeiberuf/Zollberuf?“ .....	330
„Was sind Ihrer Meinung nach die Vor- und Nachteile des Polizeiberufs/Zollberufs?“ .....	332
„Was qualifiziert Sie denn für den Polizeiberuf/Zollberuf?“ .....	333
<b>Fragen zur Behörde und zum Ausbildungsverlauf .....</b>	<b>335</b>
„Wie ist unsere Behörde organisiert? Wem untersteht sie?“ .....	335
„Wissen Sie, welches Waffenmodell wir als Dienstwaffe nutzen?“ .....	337
„Was wissen Sie über die Geschichte der Bundespolizei?“ .....	338
„Erklären Sie doch bitte einmal den Begriff ‚Zoll‘ – schließlich dreht sich die Arbeit der Zollverwaltung doch vor allem darum, oder nicht!?“ .....	339
„Wie stellen Sie sich die Ausbildung bei uns vor? Haben Sie sich über die Lehrfächer informiert?“ .....	340
„Welche Ausbildungsinhalte würden Sie denn besonders interessieren?“ .....	342
<b>Fragen zur Arbeitseinstellung .....</b>	<b>343</b>
„Welche Werte und Eigenschaften sind für Sie besonders wichtig im Beruf, und warum ist das so?“ .....	343
„Nennen Sie mir bitte drei Eigenschaften, die auf Ihre Person zutreffen. Wie zeigen sich diese Eigenschaften?“ .....	345
„Gibt es Tätigkeiten, die Sie gar nicht mögen?“ .....	346
„Können Sie mir eine Situation schildern, in der Sie sehr gestresst waren? Wie sind Sie damit umgegangen?“ .....	347
„Wie handeln Sie, wenn ein Kollege gefährlich bedroht wird?“ .....	348
„Wie stehen Sie zum Tragen einer Dienstwaffe? In welchen Situationen können Sie sich vorstellen, sie einzusetzen?“ .....	349
<b>Fragen zur Teamfähigkeit (Sozialkompetenz) .....</b>	<b>350</b>
„Wie werden Sie von anderen Leuten eingeschätzt, zum Beispiel von Ihren Klassenkameraden?“ .....	350

„Arbeiten Sie lieber im Team oder lieber alleine?“ .....	352
„Irren ist menschlich – jeder macht doch mal einen Fehler, oder nicht?! Sind Sie deswegen schon einmal in Konflikt mit anderen geraten?“ .....	353
„Was bedeutet Kritik für Sie?“ .....	354
„Wie reagieren Sie auf Kritik? Was ist, wenn man Sie zu Unrecht kritisiert?“ .....	355
<b>Fragen zu Stärken und Schwächen.....</b>	<b>356</b>
„Welche Stärken haben Sie, und in welchen Situationen zeigt sich das?“ .....	356
„Wo sehen Sie Ihre Schwächen?“ .....	358
„Was macht Sie an sich unzufrieden, wie würden Sie sich gern verändern?“ .....	359
„Wie gehen Sie mit eigenen Fehlern um? Können Sie mir ein Beispiel geben?“ .....	360
„Was würden Sie als Ihren größten Misserfolg, als Ihre größte Niederlage bezeichnen? Wie sind Sie damit umgegangen?“ .....	361
<b>Fragen zu besonderen Qualifikationen .....</b>	<b>363</b>
„Was sagen Sie zu Ihren Fremdsprachenkenntnissen? Können Sie sich auf Englisch verständigen?“ .....	363
„Wie haben Sie sich Ihre PC-Kenntnisse angeeignet?“ .....	364
<b>Stressfragen.....</b>	<b>365</b>
„Können Sie uns sagen, warum wir uns für Sie entscheiden sollten? Bis jetzt sind wir noch nicht überzeugt.“ .....	366
„Wer hat Ihnen denn diese Hose ausgesucht?“ .....	367
„Warum stellen Sie sich so in den Vordergrund? Machen Sie das immer so?“ .....	369
„Ihr Schulabschluss ist schon ein halbes Jahr her. Warum haben Sie sich nicht schon bei der letzten Einstellungsrunde beworben?“ .....	370
„Sie legen Wert auf Teamwork, sagen Sie. Warum können Sie nicht selbstständig arbeiten?“ .....	371



<b>Fragen zur beruflichen Zukunft .....</b>	<b>372</b>
„Wo sehen Sie sich in drei bis fünf Jahren?“ .....	372
„Haben Sie einen Plan B, wenn es mit der Ausbildung bei uns nicht klappt?“ .....	373
<b>Fragen zum Gesprächsausklang .....</b>	<b>374</b>
„Welchen Eindruck haben Sie im Auswahlverfahren von unserer Behörde gewonnen?“ .....	375
„Haben Sie sich vor der aktuellen Bewerbung schon einmal bei uns beworben?“ .....	376
„Kennen Sie jemanden, der bei uns arbeitet? Was haben Sie denn von ihm erfahren?“ .....	377
<b>Fragen, die Sie selbst stellen können .....</b>	<b>378</b>
Unproblematische Themen.....	379
<b>Unerlaubte Fragen und heikle Situationen .....</b>	<b>380</b>
Wie retten Sie sich aus der Klemme? .....	383
 <b>Das Assessment Center .....</b>	 <b>385</b>
<b>Assessment Center – was ist das? .....</b>	<b>386</b>
Die Bausteine eines ACs .....	386
Worauf achten die Prüfer? .....	387
<b>AC-Aufgabenblock 1: Kurzvorträge und Präsentationen .....</b>	<b>388</b>
Die Selbstvorstellung .....	388
Ergebnis- und Themenpräsentationen .....	389
„Ähm, also ...“ – 10 Tipps für eine überzeugende Rede .....	389
<b>AC-Aufgabenblock 2: Gruppenaufgaben .....</b>	<b>394</b>
Die richtige Strategie: Zielorientiertes Teamwork.....	394
Die Vorstellungsrunde .....	396
Die Gruppendiskussion .....	396
Die Gruppenarbeit .....	398

Das Rollenspiel .....	399
Das Mittagessen .....	401
<b>AC-Aufgabenblock 3: Einzelaufgaben .....</b>	<b>401</b>
Die Postkorbübung .....	401
Das Abschlussgespräch .....	402
<b>Aufgaben zum Üben .....</b>	<b>404</b>
Gruppendiskussion: Themenbeispiel mit Argumentation .....	404
Gruppenarbeit: Fallbeispiel mit Musterlösung.....	406
Rollenspiel: Beispielszenario mit Strategieplan .....	413
Postkorbübung: Beispielaufgabe mit Musterlösung .....	416
<b>Gute Tage, schlechte Tage: Absage, und jetzt? .....</b>	<b>421</b>
Wie gehe ich mit einer Absage um? .....	421
Wie sage ich einer Behörde ab? .....	422
<b>Anhang .....</b>	<b>425</b>
<b>Erfahrungsbericht zum Auswahlverfahren der Polizei Bayern .....</b>	<b>426</b>
Tag 1: Schriftliche Prüfung, Sporttest, Gruppenaufgabe.....	426
Tag 2: Auswahlgespräch und polizeiärztliche Untersuchung .....	429
<b>Erfahrungsbericht zum Eignungsauswahlverfahren der Polizei Hessen .....</b>	<b>431</b>
Psychologisches Testverfahren .....	431
Sporttest .....	433
Gruppenaufgabe .....	434
Einzelgespräch .....	435
Polizeiärztliche Untersuchung .....	436
<b>Erfahrungsbericht zum Auswahlverfahren beim Zoll .....</b>	<b>438</b>
Schriftliche Prüfung .....	438
Mündliche Prüfung .....	439
Sporttest .....	439