PSIHOMETRIE · SIGMUND

INTELIGENȚĂ EMOȚIONALĂ®

Măsoară empatia, autocontrolul și gestionarea stresului în context profesional. Durată: ~30 de minute.



© 2026

SOLUȚIA PENTRU EVALUAREA COMPETENȚELOR EMOȚIONALE

Inteligență Emoțională® măsoară competențe greu de observat în interviu: conștiința de sine, empatia, asertivitatea, reziliența. Cele patru dimensiuni acoperă viața personală, relațiile, stresul și adaptabilitatea. Pentru HR, contează trecerea de la ce declară candidatul la modul în care reacționează sub presiune.

Pentru ce se utilizează? Util în recrutarea pe poste cu impact relațional, în identificarea potențialilor manageri și în programele de dezvoltare a echipelor.



01 Recrutori

Verifică empatia și rezistența la stres

02 Manageri

Identifică membri care gestionează bine conflictul

03 Responsabili de formare

Construiesc programe pe competențe emoționale

04 Consultanți HR

Completează evaluarea cu indicatori relaționali

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 02

CE SCHIMBĂ ACEST TEST PENTRU DUMNEAVOASTRĂ.

Nu ce știe candidatul despre emoții, ci cum le gestionează în muncă.

01

Patru dimensiuni

Personală, relațională, stres și adaptabilitate.

02

Măsurare normativă

~200 de întrebări, rezultate raportate la un etalon.

03

Simulări de situații

Răspunsurile reflectă reacții tipice, nu cunoștințe declarate.

04

Competențe utile

Empatie, asertivitate, autocontrol și rezolvarea conflictelor.

05

Cunoștințe incluse

Peste 500 de chestionare profesionale în evaluare.

06

Durată de ~30 de minute

Administrare online, pe computer, tabletă sau smartphone.

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 03

NORMATIV · ~200 ÎNTREBĂRI · ~30 DE MINUTE

DIMENSIUNI ȘI CRITERII

20 criterii în 4 dimensiuni.

01 DIMENSIUNEA PERSONALĂ

5 CRITERII

Cunoașterea de sine și conștiința emoțională în interacțiunile profesionale

Exprimarea emoțională clară și adaptată contextului de lucru

Încrederea în sine și afirmarea personală în postura profesională

Independența emoțională în gestionarea reacțiilor și deciziilor

Stabilitatea emoțională în fața provocărilor și situațiilor complexe

02 DIMENSIUNEA RELAȚIONALĂ

5 CRITERII

Empatia și înțelegerea emoțiilor celorlalți într-un cadru profesional

Asertivitatea în schimburile interpersonale, pentru a te exprima cu claritate și respect

Sociabilitatea și ușurința relațională în cadrul echipelor

Comunicarea emoțională eficientă pentru a instaura relații de încredere

Gestionarea constructivă a dezacordurilor în situații de conflict

03 GESTIONAREA STRESULUI

4 CRITERII

Rezistența la stres profesional în medii solicitante

Stăpânirea de sine în situații tensionate sau neprevăzute

Controlul emoțional pentru a menține performanța și claritatea minții

Reziliența în fața imprevizibilului și a perioadelor de presiune intensă

04 ADAPTABILITATE & TEHNICI

6 CRITERII

Flexibilitatea emoțională și comportamentală în contextul schimbării

Rezolvarea conflictelor cu calm, ascultare și discernământ

Optimismul profesional și atitudinea constructivă în viața de zi cu zi

Înțelegerea Inteligență Emoțională® și a aplicațiilor sale concrete

Tehnici de reglare emoțională și de gestionare a stresului la locul de muncă

+ de 500 de chestionare de cunoștințe profesionale

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 04

REZULTATE UTILIZABILE IMEDIAT DE RESURSELE UMANE.



După test, SIGMUND transformă răspunsurile în repere concrete pentru selecție, comparare și pregătirea interviului. Un asistent bazat pe inteligență artificială, sub formă de chatbot, vă ajută de asemenea să interpretați rezultatele și să treceți la acțiune.

01

Scoruri și profil de referință

O privire de ansamblu asupra competențelor cu scoruri detaliate, autoevaluare și comparație cu profilul așteptat.

02

Raport adaptat nevoii

De la raportul detaliat la sinteza scurtă, în funcție de nivelul de detaliu de care are nevoie recrutorul sau managerul.

03

Vizualizări clare

Radar, histogramă și comparații pentru a identifica rapid punctele tari și domeniile de dezvoltare.

04

Ghiduri de acțiune

Întrebări de interviu și recomandări personalizate pentru a aprofunda rezultatele și a pregăti pașii următori.

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM

FIABILITATE ȘTIINȚIFICĂ

Un test creat pentru a sprijini deciziile de selecție, evaluare și dezvoltare.

~200

ÎNTREBĂRI

4

DIMENSIUNI

~30 de minute

DURATĂ

VALIDARE

- **Validare externă independentă**
  Validare internă și consecvență
- **Fiabilitate și stabilitate**
  Consecvența răspunsurilor și a scalelor
- **Cunoștințe profesionale**
  Peste 500 de chestionare de cunoștințe profesionale

DISPONIBIL ÎN

Peste 10 limbi

Franceză · Engleză · Germană · Spaniolă și altele

Contactați echipa noastră pentru o demonstrație: service@sigmund.net

SIGMUNDTEST.COM →

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 06