PSYKOMETRIA · SIGMUND

TUNNEÄLY®

Empatia, stressinhallinta ja tunteiden säätely työssä, noin 30 minuutissa.



© 2026

RATKAISU TUNNETAITOJEN MITTAAMISEEN TYÖPAIKALLA.

Tunneäly® mittaa empatian, stressinhallinnan, viestinnän ja itsehillinnän simuloitujen tilanteiden avulla. Se ei noja itsearviointiin, vaan todellisiin reaktioihin. Rekrytoinnissa testi paljastaa resilienssin ja kyvyn käsitellä erimielisyyksiä, ja esihenkilötyössä se tukee tiimin yhteenkuuluvuutta.

Mihin tätä käytetään? Tunnista empaattiset profiilit rekrytoinnissa, kehitä esihenkilöiden vuorovaikutustaitoja ja ennakoi tunneälyllinen yhteensopimattomuus vaihtuvuutena.



01 Rekrytoijat
Tunnista resilienssi ja empatia ennen palkkausta

02 Esihenkilöt
Kehitä vuorovaikutusta ja konfliktin käsittelyä

03 HR-kehittäjät
Vähennä tunneälyyn liittyvää vaihtuvuutta

04 Valmentajat
Kohdenna tunnetaitojen kehitys todettuihin tarpeisiin

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM

MITÄ TÄMÄ TESTI MUUTTAA TEILLE.

Neljä ulottuvuutta: henkilökohtainen, vuorovaikutuksellinen, stressinhallinta ja sopeutumiskyky.

01

Henkilökohtainen

Itsetuntemus, tunteiden ilmaisu, itseluottamus ja vakaus.

02

Vuorovaikutus

Empatia, assertiivisuus, sosiaalisuus ja emotionaalinen viestintä.

03

Stressinhallinta

Stressin sietokyky, itsehillintä ja resilienssi paineessa.

04

Sopeutumiskyky

Joustavuus muutoksissa ja konfliktien rakentava ratkaisu.

05

Säätelytekniikat

Tunteiden säätely ja työstressin hallinta, 500+ ammattitaitokyselyä.

06

Objektiivinen arvio

Normatiivinen muoto, simuloidut tilanteet, 200 kysymystä, 30 minuuttia.

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM

NORMATIIVINEN · ~200 KYSYMYSTÄ · ~30 MINUUTTIA

MITTARIT JA KRITEERIT

20 kriteeriä 4 mittarissa.

01 HENKILÖKOHTAINEN ULOTTUVUUS

5 KRITEERIÄ

Itsetuntemus ja emotionaalinen tietoisuus työelämän vuorovaikutustilanteissa

Selkeä ja työkontekstiin sovitettu tunteiden ilmaisu

Itseluottamus ja oman itsensä vahvistaminen ammatillisessa roolissa

Emotionaalinen riippumattomuus reaktioiden ja päätösten hallinnassa

Emotionaalinen vakaus haasteiden ja monimutkaisten tilanteiden edessä

02 VUOROVAIKUTUKSELLINEN ULOTTUVUUS

5 KRITEERIÄ

Empatia ja toisten tunteiden ymmärtäminen ammatillisessa ympäristössä

Assertiivisuus vuorovaikutuksessa – kyky ilmaista itseään selkeästi ja kunnioittavasti

Sosiaalisuus ja sujuva kanssakäyminen tiimeissä

Tehokas emotionaalinen viestintä luottamuksellisten suhteiden rakentamiseksi

Erimielisyyksien rakentava käsittely konfliktitilanteissa

03 STRESSINHALLINTA

4 KRITEERIÄ

Työperäisen stressin sietokyky vaativissa ympäristöissä

Itsehillintä jännittyneissä tai odottamattomissa tilanteissa

Tunteiden hallinta suorituskyvyn ja mielen selkeyden ylläpitämiseksi

Resilienssi odottamattomien tilanteiden ja intensiivisten painejaksojen edessä

04 SOPEUTUMISKYKY JA TEKNIIKAT

6 KRITEERIÄ

Emotionaalinen ja behavioraalinen joustavuus muutostilanteissa

Konfliktinratkaisu rauhallisesti, kuunnellen ja harkiten

Ammatillinen optimismi ja rakentava asenne arjessa

Tunneäly®:n ymmärtäminen ja sen käytännön sovellukset

Tunteiden säätelyn ja työstressin hallinnan tekniikat

+ yli 500 ammattitaitokyselyä

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 04

TULOKSET, JOITA HR VOI KÄYTTÄÄ VÄLITTÖMÄSTI.

Testin jälkeen SIGMUND muuttaa vastaukset konkreettisiksi viitekohdiksi valintaan, vertailuun ja haastattelun valmisteluun. Tekoälyyn perustuva avustaja chatbotin muodossa auttaa myös tulkitsemaan tuloksia ja etenemään toimintaan.



01

Pisteet ja vertailuprofiili

Osaamiskatsaus yksityiskohtaisine pisteineen, itsetutkiskeluineen ja vertailuineen odotettuun profiiliin.

02

Tarpeeseen sovitettu raportti

Yksityiskohtaisesta raportista lyhyesti yhteenvetoon sen mukaan, mitä tarkkuutta rekrytoija tai esimies tarvitsee.

03

Selkeät visualisoinnit

Tutka, histogrammit ja vertailut vahvuuksien ja kehitysalueiden nopeaan havaitsemiseen.

04

Toimintaohjeet

Haastattelukysymykset ja yksilölliset suositukset tulosten syventämiseen ja seuraavien askelien valmisteluun.

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM

TIETEELLINEN LUOTETTAVUUS

Testi, joka on suunniteltu tukemaan valinta-, arviointi- ja kehityspäätöksiä.

~200
KYSYMYSTÄ

4
MITTARIA

~30 minuuttia
KESTO

VALIDOINTI

- **Riippumaton ulkoinen validointi**
  Sisäinen validointi ja johdonmukaisuus
- **Luotettavuus ja vakaus**
  Vastausten ja asteikkojen johdonmukaisuus
- **Ammattitieto**
  Yli 500 ammattitietokysymystä

SAATAVILLA

Yli 10 kielellä

Ranska · Englanti · Saksa · espanja ja muilla

Ota yhteyttä tiimiimme esittelyä varten: service@sigmund.net

SIGMUNDTEST.COM →

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 06