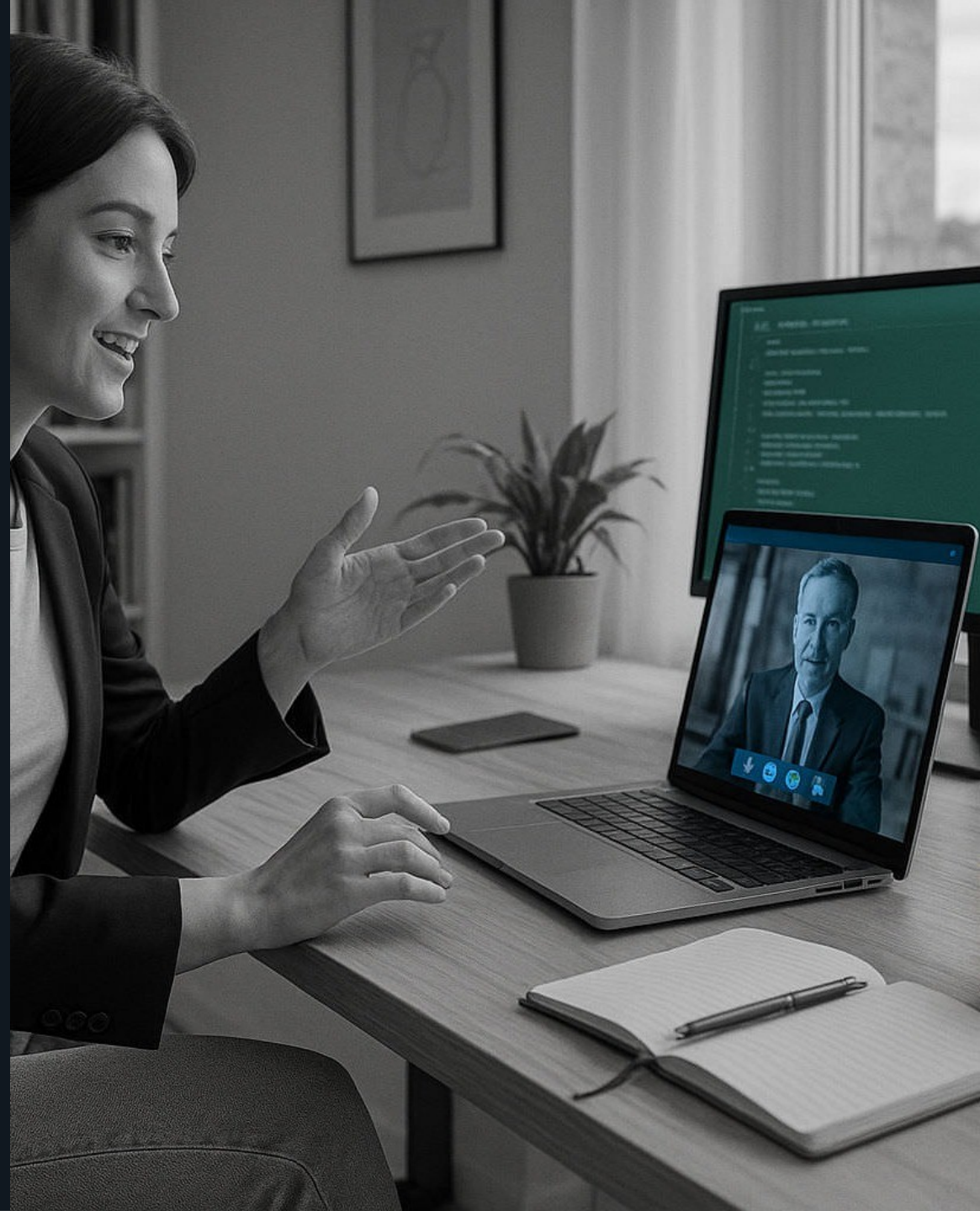
PSYKOMETRI · SIGMUND

POTENSIAL FJERNARBEID®

Selvstendighet, tidsstyring og asynkron kommunikasjon vurdert før ansettelse på hjemmekontor.



© 2026 · 01

LØSNINGEN FOR REKRUTTERING TIL HJEMMEKONTOR OG HYBRIDARBEID.

Potensial Fjernarbeid® måler fire dimensjoner: profesjonell, relasjonell, personlig og teknisk. Testen kartlegger selvstendighet, tidsstyring, asynkron kommunikasjon og digital kompetanse, og fanger opp risiko for isolasjon og tapt engasjement. Rundt 350 spørsmål, omtrent 35 minutter.

Hva brukes det til? For rekruttering til hjemmekontor og hybride stillinger, for vurdering før intern flytting til distansearbeid og for oppfølging av team som jobber spredt.



01 **HR- og rekrutteringsansvarlige**
screene kandidater til hjemmekontor før intervju

02 **Linjeledere i hybridteam**
avklare hvem som fungerer uten daglig tilsyn

03 **Personalutvikling**
målrette oppfølging og opplæring på avstand

04 **Konsulenter og coacher**
gi konkret støtte til distansearbeid

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM

HVA DENNE TESTEN ENDRER FOR DERE.

Fire dimensjoner viser om kandidaten leverer på avstand, eller trenger daglig oppfølging.

01

Selvorganisering

Tidsstyring og prioritering uten daglig tilsyn.

02

Asynkron kommunikasjon

Klar skriftlig formidling og beherskelse av samarbeidsverktøy.

03

Digital trygghet

Verktøybruk, cybersikkerhet og prosjektledelse på avstand.

04

Selvmotivasjon

Engasjement og disiplin når ingen ser arbeidet.

05

Virtuelt samarbeid

Empati, lytting og konflikthåndtering i digitale møter.

06

Robusthet

Håndtering av isolasjon og balanse mellom arbeid og fritid.

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM

NORMATIV · ~350 SPØRSMÅL · ~35 MINUTTER

DIMENSJONER OG KRITERIER

24 kriterier i 4 dimensjoner.

01 PROFESJONELL DIMENSJON

7 KRITERIER

Personlig organisering og tidsstyring i selvstendig arbeid

Kritisk tenkning og problemløsning på avstand

Beherskelse av digitale verktøy for effektivt arbeid

Tilpasningsevne og fleksibilitet i møte med skiftende kontekster

Proaktivitet og selvstendighet i oppgavestyringen

Resultatorientering uten direkte tilsyn

+ 1 annet kriterium

02 RELASJONELL DIMENSJON

6 KRITERIER

Klar og effektiv kommunikasjon på avstand

Virtuelt samarbeid i et distribuert team

Emosjonell intelligens® i digital kontekst

Konflikthåndtering i nettbaserte samtaler

Empati og lytting i digitale interaksjoner

Sosialitet i et virtuelt miljø

03 PERSONLIG DIMENSJON

5 KRITERIER

Selvmotivasjon og engasjement på avstand

Selvstendighet og disiplin i det daglige arbeidet

Håndtering av psykososiale risikoer knyttet til isolasjon

Robusthet i møte med uforutsette hendelser i arbeidslivet

Balanse mellom arbeid og fritid

04 TEKNISK DIMENSJON

6 KRITERIER

Samarbeidsverktøy : avansert bruk i hverdagen

Cybersikkerhet : forståelse av utfordringene på avstand

Prosjektledelse i fjernmodus

Asynkron kommunikasjon : beherskede teknikker

Organisering av arbeidsplassen og tidsstyring hjemmefra

+ 500 fagkunnskapsquizer for å validere digital kompetanse

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 04

RESULTATER SOM HR KAN BRUKE DIREKTE.

Etter testen gjør SIGMUND svarene om til konkrete holdepunkter for å rekruttere, sammenligne og forberede intervjuet. En AI-basert assistent i form av en chatbot hjelper dere også med å tolke resultatene og gå videre til handling.



01

Skårer og referanseprofil

En kompetanseoversikt med detaljerte skårer, selvurdering og sammenligning med forventet profil.

02

Rapport tilpasset behovet

Fra den detaljerte rapporten til det korte sammendraget, avhengig av detaljnivået rekruttereren eller lederen trenger.

03

Tydelige visualiseringer

Radar, histogrammer og sammenligninger for å se styrker og utviklingsområder raskt.

04

Handlingsguider

Intervjuspørsmål og målrettede spor for å gå i dybden på resultatene og forberede neste steg.

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 05

VITENSKAPELIG PÅLITELIGHET

En test laget for å støtte beslutninger om utvelgelse, vurdering og utvikling.

~350

SPØRSMÅL

4

DIMENSJONER

~35 minutter

TIDSBRUK

VALIDERING

- **Uavhengig ekstern validering**
  Intern validering og konsistens
- **Reliabilitet og stabilitet**
  Konsistens i svar og skalaer
- **Fagkunnskap**
  Mer enn 500 jobbspesifikke kunnskapsspørreskjemaer

TILGJENGELIG PÅ

Mer enn 10 språk

Fransk · Engelsk · Tysk · Spansk og flere

Kontakt teamet vårt for en demonstrasjon: service@sigmund.net

SIGMUNDTEST.COM →

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 06