PSYCHOMETRIE · SIGMUND

STRESS®

Odolnost vůči tlaku, signály přetížení a rizikové faktory — za 25 minut.



© 2026

ŘEŠENÍ PRO VČASNÉ ZACHYCENÍ STRESU

Stress® analyzuje organizační, vztahové a individuální faktory, které působí na týmy, i signály vyčerpání. Personalistům dává prevence konkrétní podobu: lokalizované zóny napětí, popsaná rizika a cílená opatření dříve, než se obtíže projeví ve výkonu.

K čemu se používá? Předcházet vyčerpání, snižovat absentérství, upravovat manažerské praktiky a strukturovat přístup ke kvalitě pracovního života.



01 **Personalisté**
Popsat faktory napětí věcně a měřitelně

02 **Manažeři kvality života**
Zaměřit preventivní opatření na konkrétní místa

03 **Vedoucí týmů**
Rozpoznat situace, které je třeba doprovázet

04 **Preventisté**
Doložit průběh prevence

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 02

CO TENTO TEST ZMĚNÍ PRO VÁS.

Co ukazují silné stránky: čtení zátěže, zdrojů a signálů, které je třeba sledovat.

01

Lokalizované faktory

Zátěž, jasnost úkolů a autonomie na konkrétních místech.

02

Analýza vztahů

Podpora nadřízených, kolegů a zvládání konfliktů.

03

Vnitřní zdroje

Sebevědomí, důvěra ve vlastní schopnosti a ochota požádat o pomoc.

04

Varovné signály

Vyčerpání, izolace a vnímaná nespravedlnost jako signály.

05

Měřená angažovanost

Nasazení, spokojenost a výhled do budoucna.

06

Srozumitelný report

Ukazatele a oblasti zlepšení bez psychometrické expertizy.

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 03

~140 OTÁZEK · ~25 MINUT

DIMENZE A KRITÉRIA

22 kritérií ve 7 dimenzích.

01 ORGANIZAČNÍ FAKTORY

3 KRITÉRIÍ

Vnímaná pracovní zátěž jako zdroj tlaku nebo mentálního přetížení

Jasnost úkolů a cílů pro omezení nejistoty, která je zdrojem stresu

Autonomie a prostor pro rozhodování vnímané jako faktor kontroly a psychologického bezpečí

02 PRACOVNÍ VZTAHY

3 KRITÉRIÍ

Kvalita vztahů s nadřízenými při zvládání napětí a vnímané podpory

Vztahy s kolegy jako zdroj podpory nebo vztahového stresu

Zvládání konfliktů a sociální podpora pro předcházení chronickému napětí

03 INDIVIDUÁLNÍ FAKTORY

3 KRITÉRIÍ

Emoční zvládání tváří v tvář omezením a nepředvídaným situacím

Odolnost vůči tlaku a emoční stabilita v napjatém prostředí

Schopnost nadhledu pro omezení nepřiměřených stresových reakcí

04 OSOBNÍ ZDROJE

3 KRITÉRIÍ

Sebevědomí jako faktor odolnosti vůči hodnocení a neúspěchům

Důvěra ve vlastní schopnosti pro zvládání nároků bez nadměrné úzkosti

Schopnost požádat o pomoc pro předcházení izolaci a tichému vyhoření

05 PSYCHOSOCIÁLNÍ RIZIKA

3 KRITÉRIÍ

Riziko syndromu vyhoření (burn-out) spojené s nahromaděním chronického stresu

Pocit izolace vnímaný jako faktor zhoršující stres

Vnímání nespravedlnosti nebo nejistoty které zvyšuje napětí a nedůvěru v organizaci

06 MOTIVACE A ANGAŽOVANOST

3 KRITÉRIÍ

Vyvážené pracovní nasazení pro předcházení emočnímu přetížení

Pracovní spokojenost vnímaná jako nástroj duševní ochrany

Výhled do budoucnosti umožňující pozitivní a méně úzkostný pohled na práci

07 ODBORNÉ DOVEDNOSTI

4 KRITÉRIÍ

Zvládnutí odborných znalostí pro snížení napětí spojeného s nejistotou

Schopnost aplikovat znalosti bez kognitivního přetížení

Přizpůsobení se specifikům pozice pro lepší zvládání omezení a předcházení frustraci

+ 1 další kritérium

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM

VÝSLEDKY PŘÍMO POUŽITELNÉ PRO HR.

Po testu SIGMUND převádí odpovědi na konkrétní vodítka pro výběr, srovnání a přípravu pohovoru. Asistent založený na umělé inteligenci ve formě chatbota vám také pomůže interpretovat výsledky a přejít k činnosti.



01

Skóre a referenční profil

Přehled kompetencí s podrobným skóre, sebehodnocením a srovnáním s očekávaným profilem.

02

Zpráva přizpůsobená potřebě

Od podrobné zprávy po krátké shrnutí, podle úrovně detailu, kterou náborář nebo manažer potřebuje.

03

Přehledné vizualizace

Radar, histogramy a srovnání pro rychlé rozpoznání silných stránek a rozvojových oblastí.

04

Průvodce jednáním

Otázky na pohovor a cílené postupy pro hlubší práci s výsledky a přípravu dalších kroků.

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM

VĚDECKÁ SPOLEHLIVOST

Test navržený tak, aby podpořil rozhodnutí o výběru, hodnocení a rozvoji.

~140
OTÁZEK

7
DIMENZE

~25 minut
DOBA VYPLNĚNÍ

VALIDACE

- **Nezávislá externí validace**
  Interní validace a konzistence
- **Reliabilita a stabilita**
  Konzistence odpovědí a škál
- **Odborné znalosti**
  Více než 500 dotazníků odborných znalostí

K DISPOZICI V

Více než 10 jazyků

Francouzština · Angličtina · Němčina · Španělština a další

Kontaktujte náš tým pro ukázku: service@sigmund.net

SIGMUNDTEST.COM →

© 2026 · SIGMUNDTEST.COM · 06