

# Altmans 11-item Selvrapporteringskala for Mani (ASRM-11)

Navn: \_\_\_\_\_ Dato: \_\_\_\_\_

Scores: 5-item: \_\_\_\_\_ 14-item: \_\_\_\_\_

## Instruktioner:

1. I dette spørgeskema er der grupper af 5 udsagn. Læs hver gruppe omhyggeligt.
2. Vælg det ene udsagn i hver gruppe, der bedst beskriver, hvordan du har haft det i den seneste uge.
3. Tegn en cirkel rundt om nummeret ved siden af det valgte udsagn.

**Bemærk venligst:** Når ordet "sometider" anvendes her, betyder det én eller to gange. "Ofte" betyder endnu flere gange.

1.

- 0) Jeg føler mig ikke irriteret.
- 1) Jeg føler mig sommetider irriteret.
- 2) Jeg føler mig ofte irriteret, men jeg kan styre det.
- 3) Jeg føler mig irriteret det meste af tiden, og jeg kan ikke styre det.
- 4) Jeg føler mig ekstremt irriteret hele tiden.

2.

- 0) Jeg føler mig ikke gladere eller mere munter end sædvanligt.
- 1) Jeg føler mig sommetider gladere eller mere munter end sædvanligt.
- 2) Jeg føler mig ofte gladere eller mere munter end sædvanligt.
- 3) Jeg føler mig gladere eller mere munter end sædvanligt det meste af tiden.
- 4) Jeg føler mig gladere eller mere munter end sædvanligt hele tiden.

3.

- 0) Mit humør skifter ikke hurtigt fra glad til trist eller irriteret.
- 1) Mit humør skifter sommetider fra glad til trist eller irriteret.
- 2) Mit humør skifter ofte fra glad til trist eller irriteret.
- 3) Mit humør skifter fra glad til trist eller irriteret det meste af tiden.
- 4) Mit humør skifter konstant fra glad til trist eller irriteret.

4.

**0) Jeg føler mig ikke mere selvsikker end sædvanligt.**

**1) Jeg føler mig sommetider mere selvsikker end sædvanligt.**

**2) Jeg føler mig ofte mere selvsikker end sædvanligt.**

**3) Jeg føler mig mere selvsikker end sædvanligt det meste af tiden.**

**4) Jeg føler mig ekstremt selvsikker hele tiden.**

5.

0) Jeg føler ikke, at jeg har særlige kræfter, evner eller viden.

1) Jeg føler sommetider, at jeg har særlige kræfter, evner eller viden, som andre ikke har.

2) Jeg føler ofte, at jeg har særlige kræfter, evner eller viden, som andre ikke har.

3) Jeg føler det meste af tiden, at jeg har særlige kræfter, evner eller viden.

4) Jeg er overbevist om, at jeg har ekstraordinære kræfter, evner eller viden, som andre ikke har.

6.

**0) Jeg har ikke behov for mindre søvn end sædvanligt.**

**1) Jeg har sommetider behov for mindre søvn end sædvanligt.**

**2) Jeg har ofte behov for mindre søvn end sædvanligt.**

**3) Jeg har behov for mindre søvn end sædvanligt det meste af tiden.**

**4) Jeg kan være i gang hele dagen og hele natten uden at sove og stadig ikke føle mig træt.**

7.

**0) Jeg taler ikke mere end sædvanligt.**

**1) Jeg taler sommetider mere end sædvanligt.**

**2) Jeg taler ofte mere end sædvanligt.**

**3) Jeg taler mere end sædvanligt det meste af tiden.**

**4) Jeg taler konstant og kan ikke afbrydes.**

8.

0) Jeg føler ikke, at mine tanker eller idéer raser gennem mit hoved.

1) Jeg føler sommetider, at mine tanker eller idéer raser gennem mit hoved.

2) Jeg føler ofte, at mine tanker eller idéer raser gennem mit hoved, men jeg kan kontrollere dem.

3) Jeg føler, at mine tanker eller idéer raser gennem mit hoved det meste af tiden, og jeg har svært ved at kontrollere dem.

4) Mine tanker og idéer raser konstant gennem mit hoved.

9.

0) Jeg bliver ikke distraheret af ting eller begivenheder, der foregår omkring mig.

1) Jeg bliver sommetider distraheret af ting eller begivenheder, som foregår omkring mig.

2) Jeg bliver ofte distraheret af ting eller begivenheder, som foregår omkring mig.

3) Jeg bliver distraheret det meste af tiden af ting eller begivenheder, som foregår omkring mig.

4) Jeg bliver konstant distraheret af ting eller begivenheder, som foregår omkring mig, og jeg kan ikke koncentrere mig.

10.

**0) Jeg har ikke været mere aktiv end sædvanligt (enten socialt, seksuelt, på arbejdet, hjemme eller i skolen).**

**1) Jeg har sommetider været mere aktiv end sædvanligt.**

**2) Jeg har ofte været mere aktiv end sædvanligt.**

**3) Jeg har været mere aktiv end sædvanligt det meste af tiden.**

**4) Jeg er konstant aktiv eller på farten hele tiden.**

11.

0) Jeg har ikke for nylig været involveret i aktiviteter, som havde pinefulde konsekvenser (f.eks. hæmningsløst forbrug af penge, hasarderet kørsel eller indiskret adfærd i det offentlige rum).

1) Jeg har sommetider været involveret i aktiviteter, som havde pinefulde konsekvenser.

2) Jeg har ofte været involveret i aktiviteter, som havde pinefulde konsekvenser.

3) Jeg har det meste af tiden været involveret i aktiviteter, som havde pinefulde konsekvenser.

4) Jeg har gentagne gange været involveret i aktiviteter, som havde pinefulde konsekvenser, og jeg føler, at mit liv er ude af kontrol.

**BEMÆRK:** Item 2, 4, 6, 7 og 10 (**markeret med fed**) udgør ASRM-5 og kan bruges til at screene for akut mani, vurdere behandlingsrespons eller til at differentiere mellem diagnostiske hovedgrupper (unipolar depression, skizofreni, skizoaffektiv lidelse).

Referencer:

Altman EG, Hedeker D, Peterson JL, Davis JM. The Altman Self-Rating Mania Scale. *Biol Psychiatry* 1997;42:948-955.

Altman EG, Østergaard SD. The 11-item and 14-item versions of the Altman Self-Rating Mania Scale. *Acta Psychiatr Scand* 2019;139:292-293.

Dansk oversættelse af ASRM-14 ved psykolog Marianne Døssing Jensen og specialpsykolog Krista Straarup. Januar 2019.