

- Supplementary Material -

**Korean Altman Self-Rating Mania Scale**

다음의 문장을 주의 깊게 읽으시고, 오늘을 포함하여 지난 1주일 동안의 자신을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 문장 하나를 선택하여 번호를 ( )안에 기입해 주십시오.

※주: 여기서 “가끔”은 1주일 동안 1~2번, “종종”은 1주일 동안 5~6번, “자주”는 1주일 동안 대부분의 시간을 의미함

- ( ) 1. 0) 나는 평소보다 기분이 더 좋거나 쾌활하지는 않다.
  - 1) 나는 가끔 평소보다 기분이 더 좋거나 쾌활하다.
  - 2) 나는 종종 평소보다 기분이 더 좋거나 쾌활하다.
  - 3) 나는 대부분의 시간 동안 평소보다 기분이 더 좋거나 쾌활하다.
  - 4) 나는 항상 평소보다 기분이 더 좋거나 쾌활하다.
  
- ( ) 2. 0) 나는 평소보다 자신감이 더 생기지는 않는다.
  - 1) 나는 가끔 평소보다 자신감이 더 생긴다.
  - 2) 나는 종종 평소보다 자신감이 더 생긴다.
  - 3) 나는 대부분의 시간 동안 평소보다 자신감이 더 생긴다.
  - 4) 나는 항상 극도로 자신감에 차 있다.
  
- ( ) 3. 0) 나는 평소보다 수면에 대한 욕구가 더 줄지는 않았다.
  - 1) 나는 가끔 평소보다 수면에 대한 욕구가 줄었다.
  - 2) 나는 종종 평소보다 수면에 대한 욕구가 줄었다.
  - 3) 나는 자주 수면에 대한 욕구가 줄었다.
  - 4) 나는 자지 않고 밤낮없이 활동하면서도 피곤함을 느끼지 않는다.
  
- ( ) 4. 0) 나는 평소보다 더 많이 말을 하지는 않는다.
  - 1) 나는 가끔 평소보다 말이 더 많아진다.
  - 2) 나는 종종 평소보다 말이 더 많아진다.
  - 3) 나는 자주 평소보다 말이 더 많아진다.
  - 4) 나는 끊임없이 말을 하고 중도에 멈출 수가 없다.
  
- ( ) 5. 0) 나는 평소보다 더 활동적이지는 않았다(사회적, 성적으로, 직장, 집, 학교에서).
  - 1) 나는 가끔 평소보다 더 활동적이었다.
  - 2) 나는 종종 평소보다 더 활동적이었다.
  - 3) 나는 자주 평소보다 더 활동적이었다.
  - 4) 나는 계속해서 끊임없이 활동적이었다.