

More information on the Benign and Malicious Envy Scale (BeMaS) and its translations can be found at <https://bemas-envy-scale.github.io>

FRENCH TRANSLATION of the Benign and Malicious Envy Scale (BeMaS)  
GRYNBERG et al., 2020

Vous trouverez ci-dessous des propositions relatives à des situations dans lesquelles vous ne possédez pas une qualité, un accomplissement ou un bien supérieur d'une autre personne et que soit vous désirez les avoir soit vous souhaitez que l'autre en soit privé.

Veillez indiquer pour chaque proposition dans quelle mesure vous êtes d'accord ou non avec celle-ci sur une échelle allant de 1 "pas du tout d'accord" à 6 "tout à fait d'accord".

Il n'y a pas de bonnes ou de mauvaises réponses. N'hésitez pas à indiquer la première réponse qui vous vient à l'esprit.

1. Lorsque j'envie autrui, je me concentre sur la manière dont je pourrais avoir autant de succès à l'avenir.
2. Je souhaite que les personnes qui ont un meilleur statut perdent leurs avantages.
3. Si je remarque qu'une autre personne est meilleure que moi, j'essaie de m'améliorer.
4. Envier d'autres personnes me pousse à atteindre mes objectifs.
5. Si une autre personne a quelque chose que je désire, j'ai envie de les lui retirer.
6. J'éprouve de la rancœur envers les personnes que j'envie
7. Je me bats pour atteindre le même niveau d'accomplissement que d'autres personnes.
8. Les sentiments d'envie m'amènent à ne pas aimer l'autre personne.
9. Si quelqu'un a des qualités, des performances, ou des biens supérieurs, j'essaie aussi de les obtenir
10. Voir les réalisations d'autres personnes provoque chez moi du ressentiment.

Likert scale :

1 : Pas du tout d'accord	2	3	4	5	6 : Tout à fait d'accord
--------------------------	---	---	---	---	--------------------------

Grynberg, D., Nandrino, J.-L., Vermeulen, N., Luminet, O., Duclos, J., Goffinet, S., Dereau, J., Cottencin, O., & de Timary, P. (2020). Schadenfreude, malicious and benign envy are associated with low body mass index in restrictive-type anorexia nervosa. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 25(4), 1071–1078. <https://doi.org/10.1007/s40519-019-00731-7>

Lange, J., & Crusius, J. (2015). Dispositional envy revisited: Unraveling the motivational dynamics of benign and malicious envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(2), 284–294. <https://doi.org/10.1177/0146167214564959>