

Hebrew translation of the Dispositional Benign and Malicious Envy Scale (BeMaS)

Translated by

Yiftach Argaman

Greifswald University

Instruction

להלן משפטים המתייחסים למצבים בהם לאחר יש תכונה, הישג או רכוש אשר לך אין, ואת/ה רוצה בהם או מקווה שהאחר לא יחזיק בהם. אנא ציין/ני עבור כל משפט עד כמה אתה מסכים/מה או לא מסכים/מה איתו. אין תשובות נכונות או שגויות. אל תהסס/י לבחור את התשובה הראשונה שעולה בראשך.

Items

#	Variable	Item wording
1	benign1	כאשר אני מקנא באחרים, אני מתמקד באופן בוא אני יכול/ה להפוך למוצלח/ת כמוהם בעתיד.
2	malicious1	אני מאחל/ת שהאנשים בעלי היתרון יאבדו אותו.
3	benign2	אם אני מבחין/ה שאדם אחר טוב ממני, אני מנסה לשפר את עצמי.
4	benign3	קנאה באחרים מניעה אותי להשיג את מטרותיי.
5	malicious2	אם לאנשים אחרים יש משהו שאני רוצה לעצמי, אני רוצה לקחת זאת מהם.
6	malicious3	אני מרגיש/ה רגשות שליליים כלפי אנשים שאני מקנא/ה בהם.
7	benign4	אני שואף להגיע להישגים של אחרים.
8	malicious4	רגשות של קנאה גורמים לי לא לאהוב את האדם האחר.

#	Variable	Item wording
9	benign5	אם למישהו/י יש תכונות, הישגים או רכוש העדיפים על שלי, אני מנסה להשיגם בעצמי.
10	malicious5	לראות את הישגיהם של אחרים גורם לי להרגיש טינה כלפיהם.

Scale anchors

Participants answer on a 6-point scale ranging from 1 (לא מסכים כלל) to 6 (מסכים במידה רבה).

Scoring

The scale responses are scored by averaging the items of the benign envy and malicious envy subscales, respectively. Please find sample code [here](#).

Translation reference

Argaman, Y. (2025). *Hebrew translation of the Dispositional Benign and Malicious Envy Scale (BeMaS)*. Retrieved from https://bemas-envy-scale.github.io/translations/BeMaS_Hebrew_Argaman_2025.html

Download pdf: [BeMaS_Hebrew_Argaman_2025.pdf](#)

Original reference

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>

Other translations

Translations of the BeMaS to other languages can be found [here](#).