

BeMaS – Irigység Kérdőív

Az alábbiakban olyan állításokat találsz, melyek olyan helyzetekhez kapcsolódnak, amikor valaki más birtokában van olyan képességeknek, eredményeknek vagy tárgyakkal, amelyeknek te magad nem és vagy vágyasz ezekre vagy azt kívánod, bárcsak a másiknak se lenne. Jelöld minden állításnál, hogy mennyire értesz egyet vele. Nincsenek jó vagy rossz válaszok. Jelöld be az első választ, ami az eszedbe jut.

	Egyáltalán nem				Teljesen	
	érték egyet				egyérték	
1. Amikor irigy vagyok másokra, arra összpontosítok, hogy a jövőben hogyan válhatnék én is ugyanolyan sikeresé, mint ők.	1	2	3	4	5	6
2. Azt kívánom, hogy a fensőbbrendű emberek veszítsék el előnyüket.	1	2	3	4	5	6
3. Ha észreveszem, hogy valaki más jobb nálam, próbálom fejleszteni magam.	1	2	3	4	5	6
4. Az irigység motivál engem arra, hogy elérjem a céljaimat.	1	2	3	4	5	6
5. Ha más embereknek van valamije, amit én szeretnék, azt kívánom, bár elvehetném tőlük.	1	2	3	4	5	6
6. Rosszul vagyok azoktól az emberektől, akikre irigy vagyok.	1	2	3	4	5	6
7. Igyekszem utolérni mások kiemelkedő eredményeit.	1	2	3	4	5	6
8. Az irigység érzése azt hozza elő bennem, hogy ne kedveljem a másikat.	1	2	3	4	5	6
9. Ha valakinek magasabb érdemei, eredményei vagy értékesebb tulajdonai vannak, próbálom őket én magam is elérni.	1	2	3	4	5	6
10. Mások eredményeinek látványa arra készítet, hogy megvessem őket.	1	2	3	4	5	6

Jóindulatú irigység (benign): 1, 3, 4, 7, 9

Rosszindulatú irigység (malicious): 2, 5, 6, 8, 10

Forrás: Lange, J., & Crusius, J. (2015). Dispositional envy revisited: Unraveling the motivational dynamics of benign and malicious envy. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41, 284-294. doi:

10.1177/0146167214564959