

## The Benign and Malicious Envy Scale (BeMaS)

Lange, J., & Crusius, J., (2015)

Vietnamese version

(Translators: Truong Thi Khanh Ha, Nguyen Huy Hoang, 2016)

### Thang đo đổ kỵ vô hại và độc hại

Hướng dẫn: Dưới đây, bạn sẽ thấy những mệnh đề liên quan với những tình huống khi mà bạn không có những phẩm chất, thành tích, hay sự sở hữu vượt trội như người khác, và bạn muốn có nó hoặc muốn rằng người khác không có nó. Hãy chọn một phương án thể hiện mức độ đồng ý của bạn với từng mệnh đề. Ở đây không có câu trả lời đúng hay sai, vì vậy hãy chọn phương án trả lời đầu tiên nảy ra trong đầu bạn.

Hoàn toàn không đồng ý 1 2 3 4 5 6 Hoàn toàn đồng ý

Mệnh đề	1	2	3	4	5	6
1. Khi tôi đổ kỵ với những người khác, tôi tập trung vào việc làm thế nào tôi có thể trở nên thành công giống họ trong tương lai.	1	2	3	4	5	6
2. Tôi ước rằng những người vượt trội hơn mình sẽ mất đi ưu thế của họ.	1	2	3	4	5	6
3. Nếu tôi biết rằng một người khác hơn mình, tôi sẽ cố gắng cải thiện bản thân.	1	2	3	4	5	6
4. Việc đổ kỵ với người khác thúc đẩy tôi đạt được những mục tiêu của mình.	1	2	3	4	5	6
5. Nếu người khác có thứ mà tôi muốn cho bản thân, tôi ước lấy được thứ đó từ tay họ.	1	2	3	4	5	6
6. Tôi cảm thấy ác ý với người mà tôi đổ kỵ.	1	2	3	4	5	6

7. Tôi phấn đấu để đạt được những thành tích vượt trội như của người khác.	1	2	3	4	5	6
8. Những cảm xúc đố kỵ khiến tôi không thích người khác	1	2	3	4	5	6
9. Nếu ai đó có những phẩm chất, thành tích, hay thứ mà họ sở hữu vượt trội hơn, tôi sẽ cố gắng để đạt được chúng cho bản thân mình.	1	2	3	4	5	6
10. Nhìn thấy những thành tích của người khác khiến tôi cảm thấy bực tức với họ.	1	2	3	4	5	6

Các câu phản ánh đố kỵ vô hại: 1, 3, 4, 7, 9

Các câu phản ánh đố kỵ độc hại: 2, 5, 6, 8, 10

Trương Thị Khánh Hà, [ttkha@vnu.edu.vn](mailto:ttkha@vnu.edu.vn)