

# **Os Impactos da Síndrome do Impostor e a Influência da Inteligência Emocional**

Regiane Aparecida Maciel<sup>1</sup>

Adriana Flausino<sup>2</sup>

## **RESUMO**

Esse trabalho buscou esclarecer o impacto da síndrome do impostor e a influência da inteligência emocional, sendo essa o papel mediador da autoestima na relação entre as dimensões dos sentimentos, apresentando qualidades positivas, como maior carisma, empatia, capacidade de ouvir e prestar atenção nos outros. Porém, essa síndrome pode afetar diferentes esferas da vida, podendo levar à autossabotagem, procrastinação, esgotamento mental, isolamento e dificuldade de manter relacionamentos saudáveis. Nesse quadro, como objetivo geral foi compreender as consequências que a síndrome do impostor traz na vida do indivíduo e apontar de que maneira o desenvolvimento da inteligência emocional pode amenizar essas consequências, desenvolveu a pesquisa respondendo à questão norteadora: de que maneira a inteligência emocional pode auxiliar nos sintomas da síndrome do impostor? Foram utilizadas como metodologia, revisão bibliográfica de artigos publicados no Brasil, sites de banco de dados, consulta a normas, artigos, revistas científicas, trabalhos que foram publicados nos últimos dez anos. A análise dos resultados e discussão foi realizada a partir do método de análise de conteúdo por categorização a escala do Impostor, criada pelas pesquisadoras Clance e Imes, para a conclusão afirma-se que o indivíduo com síndrome do impostor acaba por desenvolver mais sua inteligência emocional e ganha conhecimento, assim tendo uma compreensão em profundidade do seu problema, faz-se com que esse cenário, evidencia destacando a relevância da temática.

**Palavra-chave:** Autossabotagem. Síndrome do impostor. Inteligência emocional.

## **ABSTRACT**

This work sought to clarify the impact of the impostor syndrome and the influence of emotional intelligence, which is the mediating role of self-esteem in the relationship between the dimensions of feelings, presenting positive qualities, such as greater charisma, empathy, ability to listen and pay attention to others. However, this syndrome can affect different spheres of life, and can lead to self-sabotage, procrastination, mental exhaustion, isolation, and difficulty in maintaining healthy relationships. In this framework, the general objective was to understand the consequences that the impostor syndrome brings in the individual's life and to point out in what way the development of emotional intelligence can mitigate these consequences. The research was developed by answering the guiding question: in

---

<sup>1</sup> Acadêmico(a) do curso de Psicologia da Uniderp.

<sup>2</sup> Orientador(a). Docente do curso de Psicologia da Uniderp.

what way can emotional intelligence help in the symptoms of the impostor syndrome? The methodology used was a bibliographic review of articles published in Brazil, database sites, consultation of standards, articles, scientific journals, and works published in the last ten years. The analysis of the results and discussion was carried out from the method of content analysis by categorization the scale of the Impostor, created by the researchers Clance and Imes, for the conclusion it is affirmed that the individual with impostor syndrome ends up developing more his emotional intelligence and gains knowledge, thus having an understanding in depth of his problem, this scenario is made, highlighting the relevance of the theme.

**Key-words:** Self-sabotage. Imposter Syndrome. Emotional Intelligence.

## 1 INTRODUÇÃO

Na atualidade tem sido possível observar certa intensificação da necessidade dos indivíduos se apresentarem como bem-sucedidos em todos os âmbitos da sua vida, incluindo a celebração de uma carreira profissional de sucesso. Neste contexto, o grau de exigência e a busca pelo êxito vêm se intensificando em nossa sociedade, entretanto o chamado fenômeno do impostor (FI) vem conduzindo à desvalorização de grandes mentes, com períodos de pensamentos distorcidos, angústias e emoções que trazem a sensação enganadora de incompetência, assim explica as crenças e sentimentos de que o próprio sucesso era fruto de sorte e da visão equivocada que as outras pessoas tinham a respeito de suas competências. Portanto, compreender as consequências que a Síndrome do Impostor traz na vida do indivíduo e apontar de que maneira o desenvolvimento da inteligência emocional pode amenizar essas consequências, tem papel principal nos dias atuais

Nesse cenário, a relevância da pesquisa está em entender a percepção que as pessoas têm dos impactos que a síndrome do impostor apresenta, incluindo suas repercuções negativas na saúde mental (ansiedade, baixa autoestima, depressão). Quando acontece um transtorno mental é porque as emoções estão fora de controle, em geral, por combinações de pensamentos, percepções, emoções e comportamentos que afetam as relações com outras pessoas e com a si próprio, com isso, na conjuntura do contexto, acontece a inter-relação com as alterações significativas que a inteligência emocional resumidamente apresenta que existe a possibilidade que o ser humano tem de aprender a lidar com as próprias emoções e usá-la em benefício próprio, e assim, a influência da inteligência emocional pode trazer benefício para o indivíduo, por isso se faz necessário elencar e discutir sobre

estratégias de enfrentamento e adequação psicológica sobre o Fenômeno do Impostor e a inteligência emocional.

Desse modo, o problema de pesquisa que esse trabalho buscou responder através de uma revisão bibliográfica foi: de que maneira a inteligência emocional pode auxiliar nos sintomas da síndrome do impostor? O chamado fenômeno do impostor e ou síndrome do impostor vem conduzindo à desvalorização de grandes mentes, com períodos de pensamentos distorcidos, angústias e emoções que trazem a sensação enganadora de incompetência, a pessoa duvida de suas próprias conquistas mesmo com evidências contrárias a essa rotulação, apresentando de que seu êxito é consequência de fatores externos se caracteriza em insucesso de seus esforços ou habilidades, acreditando que é sorte, entretanto a maneira que a inteligência emocional auxilia nos sintomas da síndrome é o trabalho das habilidades que são conhecidas pela psicologia para que haja motivação a si mesmo e persistir mediante frustrações; controlar impulsos, canalizando emoções para situações apropriadas; praticar gratificação prorrogada; motivar pessoas, ajudando-as a liberarem seus melhores talentos, e conseguir seu engajamento a objetivos de interesses comuns.

Para responder o questionamento proposto, o objetivo geral do trabalho foi compreender as consequências que a síndrome do impostor traz na vida do indivíduo e apontar de que maneira o desenvolvimento da inteligência emocional pode amenizar essas consequências, como objetivos específicos: compreender o que é a síndrome do impostor, sintomas e fatores associados; entender a inteligência emocional e seus pilares; compreender como a inteligência emocional pode ser um fator protetor ao desenvolvimento do fenômeno impostor. Por fim, diante do estudo caracteriza-se que, o conhecimento sobre a temática condiz que a influência da inteligência emocional e os impactos da síndrome do impostor e decidirá delinear um panorama das pesquisas realizadas acerca do tema supracitado. Entretanto, seguramente, essa poderá estimular novas pesquisas que procurem conhecer sobre essa síndrome e seus impactos e influência da inteligência emocional do indivíduo, embasando ações futuras que pretendam promover mudanças na percepção que as pessoas têm delas mesmas, evitando sua própria sabotagem e prejuízos à sua saúde mental.

## **2 DESENVOLVIMENTO**

### **2.1 Metodologia**

O presente trabalho foi desenvolvido de acordo com os princípios revisão de literatura de caráter qualitativo e descritivo. Isto é, foi fundamentada a partir de material já elaborado sobre o tema, sendo que o desenvolvimento do estudo ocorreu seguindo as seguintes etapas: identificação do tema e formulação da questão da pesquisa, elaboração dos critérios de inclusão e exclusão de artigos relacionados, definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados, avaliação e análise dos artigos selecionados, interpretação dos resultados obtidos, apresentação da revisão e síntese do conhecimento.

As fontes foram levantadas em livros e artigos científicos, em bases de dados como: Google Acadêmico, SCIELO, National Library of Medicine (MEDLINE), Lilacs, Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), repositórios *on lines* de universidades, revistas científicas e bibliotecas físicas e virtuais Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES); decretos e resoluções com conteúdo relevantes a respeito da temática. Os referenciais selecionados foram publicados nos últimos 10 anos (de 2012 a 2022), publicados em língua portuguesa e inglesa. Os critérios de exclusão foram de artigos que não tinham compatibilidade com a temática do artigo, ou seja, os impactos da síndrome do impostor e a influência da inteligência emocional. E as palavras-chave utilizadas para filtrar a seleção de referenciais foram: Síndrome do impostor; Inteligência emocional; fatores protetores.

## 2.2. Resultados e Discussão

Foram selecionados vinte e um artigos referentes à temática, síndrome do impostor ou fenômeno do impostor, com o período de publicação entre 2012 a 2022. Dos artigos analisados, o quadro 1 descreve o conjunto dos 21 artigos incluídos neste estudo, caracterizando-os pelo nome do autor, título do artigo, ano, tipo de estudo ou objetivo.

**Quadro 1** - Caracterização dos artigos da amostra final, por nome de autores em ordem alfabética.

Autor(es)	Título/ano de publicação	Tipo de estudo/objetivo
-----------	--------------------------	-------------------------

ALMEIDA <i>et al.</i>	Sou uma fraude (?): explicando a síndrome do impostor (2020).	Estudo qualitativo e quantitativo descrever, perante a literatura, a inter-relação entre o adoecimento mental, a síndrome impostora na Escala Autoestima de Rosenberg (EAR) e Questionário de Saúde Geral - (QSG-12).
BLACK, J.; REYNOLDS, W.M.	Examining the relationship of perfectionism, depression, and optimism: Testing for mediation and moderation (2013).	Estudo quantitativo e analisar multivariada com a escala clance do fenômeno impostor e identificar os correlatos do perfeccionismo são frequentemente mediados por outras variáveis.
BEZERRA <i>et al.</i>	I went to the health unit and the doctor sent me here (2014).	Estudo qualitativo. Compreender a metodologia com relação dinâmica entre o mundo real e o sujeito como um vínculo indissociável do mundo objetivo com a subjetividade.
CLANCE, P.R.; IMES, S.A. <i>et al.</i>	The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. Psychotherapy: Theory, Research e Practice (1978).	Estudo quantitativo adaptar ao contexto brasileiro a Escala Clance do Fenômeno do Impostor (ECFI), reunindo evidências de sua validade fatorial e consistência interna.
COSTA <i>et al.</i>	Estresse, má qualidade do sono e desfechos negativos a saúde em estudantes de enfermagem (2021).	Pesquisa longitudinal, prospectiva e quantitativa. Analisar o perfil biosocial do paciente.
COWMAN, S.E.; FERRARI, J.R. <i>et al.</i>	Predicting impostor tendencies from self-handicapping and affective components (2021).	Estudo quantitativo. Investigar a contribuição dos estilos parentais para o desenvolvimento de ambos os construtos será examinada, tratando a parentalidade materna e paterna como variáveis separadas.
FILIPEK, P.A. <i>et al.</i>	Practice Parameter:Screening and Diagnosis of Autism. Report of the Quality Standards Subcommittee of the American Academy of Neurology and the Child Neurology Society (2012).	Estudo quantitativo e qualitativo. Apresentar uma revisão integrativa nas bases de dados Medline, Web of Science, SCOPUS e PsycInfo.
HARVEY, J. <i>et al.</i>	The Impostor phenomenon and achievement: A failure to internalize success (2018).	Estudo qualitativo. Discutir a relação entre variáveis psicológicas e comportamento do paciente de síndrome do impostor.
KAUATI, A.	Autocientificidade (2013).	Estudo quantitativo. Análise multivariada usando o Escala Clance do Fenômeno Impostor, Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS) e os

		questionários General Anxiety Disorder-7 (GAD-7).
MAYER <i>et al.</i>	Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence (2012).	Revisão bibliográfica. Descrever os estudos de caráter promover bem-estar e crescimento emocional e intelectual.
OLIVEIRA <i>et al.</i>	O esgotamento físico dos enfermeiros no setor de urgência e emergência.	Revisão integrativa. Estudo descritivo, de caráter quantitativo e correlacional. Comparar as síndromes burnout's com a do impostor.
RICE <i>et al.</i>	The Role of Impostor Syndrome on Medical Student Career Plans (2020).	Estudo quantitativo através do software qualtric. Incluir dados demográficos, avaliação do interesse da especialidade do aluno e a escala clance do fenômeno impostor.
ROCHA <i>et al.</i>	Tratamento psíquico prévio ao ingresso na universidade: Experiência de um serviço de apoio ao estudante (2020).	Estudo quantitativo e qualitativo. Apresentar a descrição da síndrome através de observações e relatos.
SANTOS <i>et al.</i>	Relações de amizade, nível de tolerância e fatores associados no contexto do ensino superior (2021).	Estudo transversal, analítico e quantitativo. Apresentar a relações de amizade, nível de tolerância e fatores associados no contexto do ensino superior.
SANTOS <i>et al.</i>	Prevalência de transtornos mentais comuns entre os acadêmicos de uma instituição de ensino superior (2019).	Estudo descritivo, exploratório, de caráter qualitativo. Apresentar a relações de amizade, nível de tolerância e fatores associados no contexto do ensino superior.
SHILL-RUSSEL <i>et al.</i>	Poster syndrome relation to gender across osteopathic medical schools (2022).	Estudo quantitativo com questionário young imposter scale. Apresentar as pontuações do MCAT e informações do GPA de ciências de graduação envolvendo 23 turmas de 9 escolas de medicina osteopática.
SOARES, NASCIMENTO, CAVALCANTI.	Fenômeno do impostor e perfeccionismo: Avaliando o papel mediador da autoestima (2022).	Estudo quantitativa. Envolver as escolas: Escala clance de fenômeno impostor, a escala de autoestima e perguntas demográficas, para estudo psicologia.
THOMPSO, T.; FOREMAN, P.; MART, F.	Impostor fears and perfectionistic concern over mistakes. Personality and individual differences (2000).	Estudo quantitativo. Apresentar o multicêntrico e transversal com questionário de características sociodemográficas, acadêmicas e psicológicas foram incluídas por

		meio da escala de depressão, ansiedade e estresse-21, escala de autoestima de rosenberg e escala clance do fenômeno impostor.
TRAUT-MATTAUSCH, E.	An inner barrier to career development: Preconditions of the impostor phenomenon and consequences for career development. <i>Frontiers in psychology</i> TRAUT-MATTAUSCH, E. (2016).	Compreender as informações pessoais fornecidas pelos professores integrando-as e discutindo-as à luz dos cenários nacional e internacional que se relacionam intrinsecamente aos processos vivenciados pelos mesmos dentro das universidades.
WILLIAMS <i>et al.</i>	Impostor Phenomenon in the Classroom (2021).	Estudo qualitativo. Apresentar o boletim informativo acerca da SI.
WOOLSTON.	How burnout and imposter syndrome blight scientific careers (2021).	Estudo qualitativo e quantitativo através de entrevistas. Declarar os dados das entrevistas dos indivíduos.

**Fonte:** O autor (2023).

É crescente o número de estudos que demonstram a associação positiva do fenômeno do impostor com aspectos em inteligência emocional (COKLEY *et al.*, 2018) e seu papel em questões sociais e de carreira (CLANCE; IMES, 1978). Entretanto, são reduzidos os intentos científicos dedicados a analisar variáveis antecedentes e mediadoras desse fenômeno. Ressalta-se que esta pesquisa considera a natureza multidimensional para com a qual as ações humanas são constituídas, sendo assim relevante considerar que os construtos ora analisados são influenciados tanto por questões intrínsecas (centradas no indivíduo), quanto por extrínsecas (aspectos culturais e sociais), não sendo objetivo do presente estudo avaliar ou comparar a influência destes aspectos no relacionamento entre as variáveis (SOARES *et al.*, 2016).

Nesta conjuntura, buscou-se identificar a direção dos Impactos da Síndrome do Impostor e a Influência da Inteligência Emocional se relacionam através da análise do papel mediador da autoestima, (SOARES, 2022). Fenômeno do impostor é avaliado através da autoestima, e com isso estima-se que esses objetivos tenham sido alcançados, mas ainda sob esse viés, acrescenta que incluir dados demográficos com a escala de Clance do fenômeno impostor a avaliação é precisa para diagnóstico no âmbito da pesquisa apresentada (RICE *et al.*, 2020).

A síndrome do impostor é um sentimento crônico presente, inclusive em indivíduos de alto desempenho através da sua inteligência. Essa síndrome pode ser caracterizada por uma percepção de enganar aos outros para superestimar suas habilidades e com isso, atribuir o sucesso pessoal a outros fatores além da capacidade ou inteligência de alguém, como sorte, erro de julgamento, charme ou networking (Crença de que a rede de contatos profissionais, proporcionaram a sua conquista) (CLANCE; IMES, 1978; ALMEIDA, 2020; WILLIANS, 2020; SOARES *et al.*, 2021; BEZERRA *et al.*, 2021).

Na conjuntura, o desenvolvimento da síndrome do impostor e a caracterização dos prejuízos que podem ocorrer na vida das pessoas com esses sintomas, os mais recorrentes foram sintomas de procrastinação; autossabotagem; autodepreciação; ingratidão; autocritica excessiva; comparação (COSTA, 2020).

A vulnerabilidade relacionada a saúde mental e o fenômeno do impostor, sendo uma experiência interna de falsidade intelectual que foi detectada através dos estudos realizados em vários lugares pelo mundo, entretanto para avaliação e detecção da (SI) nos indivíduos utilizou as escalas: Escala de Síndrome do Impostor (ESI) (ALMEIDA, 2020).

Ademais, entre os principais sintomas da SI estão a descrença em relação à própria capacidade. Sendo assim, sustentada pelas pesquisas na psicologia, Kauati (2012, p. 1364) definiu esta síndrome do seguinte modo:

A Síndrome do Impostor é a condição da Consciência Intrafísica, ou seja, é a personalidade humana, homem ou mulher, considerar-se não merecedora do sucesso, por imaginar-se aquém da capacidade de realização, sem assumir os travões, em oposição aos fatos e às percepções de outras consciências, vivendo o medo fantasioso da descoberta de imerecidas conquistas consciências (KAUATI, 2013, p. 1364).

Outra característica da SI que apresenta prejuízos recorrentes está relacionada ao trabalho e estudo excessivo, como meio de acobertar a “verdade” sobre sua falta de competência e habilidade, entretanto movida por este temor, a pessoa empenha-se arduamente, o que a leva a alcançar excelentes resultados (FERRARI *et al.*, 2013). Dentro deste ciclo, a pessoa fica eufórica com o próprio êxito, mas a euforia é rapidamente perdida parcialmente, dando início novamente ao ciclo da síndrome. Contudo a inteligência emocional é resumida na possibilidade que o ser humano tem de aprender a lidar com as próprias emoções e usá-la em benefício próprio. Mayer et

*al.* (2021), trouxeram um conceito revisado de inteligência emocional, um pouco diferente do apresentado em 1990.

A Inteligência Emocional envolve a capacidade de perceber acuradamente, de avaliar e de expressar emoções; a capacidade de perceber e/ou gerar sentimentos quando eles facilitam o pensamento; a capacidade de compreender a emoção e o conhecimento emocional; e a capacidade de controlar emoções para promover o crescimento emocional e intelectual (MAYER *et al.*, 2021, p. 232).

As pessoas na sociedade em geral encontram-se moderadamente estressadas e parecem não ser afetadas por níveis significativos de síndrome do impostor, mas indica que a Inteligência Emocional (COKLEY *et al.*, 2018).

Então, a SI caracteriza-se na descrença em si mesmo aparece quando o sujeito tem a sensação de que não merece o sucesso ou só o alcançou porque obteve ajuda de outras pessoas, ou ainda, acredita ter utilizado técnicas de influência para alcançar a ajuda para chegar ao sucesso (BEZERRA *et al.*, 2021), a percepção de enganar aos outros para superestimar suas habilidades e com isso, atribuir o sucesso pessoal a outros fatores além da capacidade ou inteligência de alguém, como sorte, erro de julgamento, proporcionaram a sua conquista. Além do mais, o indivíduo passa a realizar trabalhos árduos, de forma que os outros não percebam sua incapacidade e incompetência. (BEZERRA *et al.*, 2021)

À vista que, a autossabotagem ainda pode ser caracterizada pela baixa autoestima se relacionando com a falsidade, ou seja, se utiliza de ideias que não são suas por medo de que suas ideias originais revelem sua incapacidade (SOARES *et al.*, 2021). Os grupos mais vulneráveis a experienciar sintomas da SI também estão predispostos a síndrome de burnout que são os: professores, enfermeiros, psicólogos, assistentes sociais, policiais, médicos, fisioterapeutas e, sobretudo, acadêmicos (OLIVEIRA *et al.*, 2021; GRESHAM-DOLBY, 2022; SHILL-RUSSEL, *et al.*, 2022).

Evidencia a associação da síndrome do impostor e a inteligência emocional, e essa ter em sua principal característica o estado de tensão emocional e estresse crônico provocado por condições de trabalho físicas, emocionais e psicológicas desgastantes, sendo que essa síndrome se manifesta, especialmente, em pessoas cuja profissão exige envolvimento interpessoal direto e intenso no que se refere ao perfeccionismo, à baixa autoestima e à falta da importância do reconhecimento dos seus feitos (OLIVEIRA *et al.*, 2021; GRESHAM-DOLBY, 2022; SHILL-RUSSEL *et al.*, 2022).

Entretanto, de acordo com Black e Reynolds (2013) quando analisou que o fenômeno impostor é:

Identificado através dos correlatos do perfeccionismo são frequentemente mediados por outras variáveis, e o perfeccionismo é definido como uma disposição da personalidade que permeia diferentes esferas da vida humana, principalmente a acadêmica e laboral, nesta pesquisa buscou-se avaliar o perfeccionismo como explicador do impostorismo. (BLACK; REYNOLDS, 2013. p.426).

Ademais, considerando que os dois construtos apresentam notáveis similaridades ao representarem processos de desempenho e avaliação, sugere-se que o perfeccionismo e impostorismo possam ser mediados pela autoestima, tal como ocorrido em pesquisas desenvolvidas em outro contexto cultural que não o brasileiro (COKLEY *et al.*, 2018).

Por fim, a autoestima na psicologia é amplamente diversificada, compreendendo desde a relação estabelecida com as próprias aspirações e ideias, até o relacionamento entre a auto avaliação e auto concepção construída a partir da interação social (CEBALLOS *et al.*, 2017). Corresponde a uma avaliação do autoconceito formado pelos pensamentos e sentimentos referentes a si mesmo, que podem ser de orientação positiva (auto aprovação) ou negativa (depreciação) (HUTZ; ZANON, 2011).

### **3 CONCLUSÃO**

Concluiu-se que, quando as pessoas têm a síndrome do impostor não se veem capazes de alcançar o seu objetivo, por uma desordem psíquica que atinge suas percepções e não internaliza suas conquistas e realizações, desencadeando distúrbios físicos e mentais. Sob esse viés, esse trabalho obteve positivamente o resultados esperado, pois ampliou a compreensão sobre a síndrome do impostor e a influência da inteligência emocional, apresentando o quanto a síndrome afeta o desempenho do indivíduo e os motivos e ou gatilhos que desencadeiam os sentimentos de depressão, ansiedade, autodepreciação e neuroticismo e de impostorismo, que acompanham o seu aparecimento no indivíduo.

Com base nos resultados e para apresentar as discussões neste estudo, sugere-se alguns desdobramentos de pesquisas futuras para a área de Síndrome do Impostor como pesquisa para exploração de outros domínios afetados para

descobrimento do grau da abrangência e frequência da Síndrome do Impostor nos últimos anos; pesquisas com foco na comunidade, pois nenhum estudo focou especificamente nos aspectos sexuais; pesquisas com foco em orientações acadêmico e profissional para encontrar carreira, opções, dicas de sobrevivência na sociedade, lidar com o estresse e habilidades de trabalho para um melhor direcionamento nas carreiras dos profissionais envolvidos e pesquisas relacionados à lições aprendidas no contexto da insegurança, falta de confiança e necessidade de mais apoio emocional, permitindo com que eles se concentrem em experiências compartilhadas, compartilhando estratégias para sucesso e, assim, forjando e melhorando os próprios sistemas de apoio à decisão.

Contudo, confirma-se que há uma necessidade de maior conhecimento dos profissionais (psicólogos clínicos e ou psicanalistas) sobre a temática, para que possam auxiliar seus pacientes a entender os pensamentos negativos de maneira mais saudável, auxiliando-os a não se deixarem conduzir por adjetivos artificiais e impossíveis de serem alcançados. Além disso, a melhor compreensão sobre a síndrome do impostor pode levar os indivíduos portadores a buscarem aconselhamento, a fim de desenvolverem maior cautela diante de suas autocríticas e capacidade de reconhecimento de suas conquistas, aceitando seus erros e, deste modo, reconhecendo pensamentos limitadores que bloqueiam o autoconhecimento e impedem sua valorização como indivíduos.

Por fim, crentes de que o caminho a percorrer nesta área ainda é longo, diante do descrito, evidenciou ainda que, é de suma importância o desenvolvimento dessa temática, pois pode servir de orientação e embasamento para novas investigações, bem como de instrumentos para o desenvolvimento de estratégias de intervenções voltadas para prevenção da saúde mental e qualidade de vida dos indivíduos com a síndrome do impostor e a influência da inteligência emocional.

## REFERÊNCIA

ALMEIDA, A.C. **Sou uma fraude (?)**: explicando a síndrome do impostor. 2020. Tese (Doutorado em Psicologia Social). Universidade Federal da Paraíba; João Pessoa, Paraíba, Brasil. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/20341>. Acesso em: 24 de março de 2023.

BEZERRA, I.C. *et al.* "I went to the health unit and the doctor sent me here": process of medicalization and (non) resolution of mental healthcare within primary care. **Interface: Comunicação Saúde Educação**, v. 18, n. 48, p. 61-75, 2014.

BLACK, J.; REYNOLDS, W. Examining the relationship of perfectionism, depression, and optimism: Testing for mediation and moderation. **Personality and Individual Differences**, v. 54, n. 3, p. 426-431, 2013.

CEBALLOS, G.A.; BARBOSA, C.P.; SUESCÚN, J; OVIEDO, H.C.; HERAZO, E.; CAMPO-ARIAS, A. Validez y dimensionalidad de la escala de autoestima de Rosenberg en estudiantes universitarios. **Pensamiento Psicológico**, v. 15, n. 2, p. 29-39, 2017.

CLANCE, P.R. **The Impostor Phenomenon**: When Success Makes You Feel Like a Fake. Toronto: Bantam Books, 1995. Disponível em: [http://www.psicologia.com.pt/artigos/ver\\_artigo.php?codigo=A0255&area=d5&subarea=11](http://www.psicologia.com.pt/artigos/ver_artigo.php?codigo=A0255&area=d5&subarea=11). Acesso em: 20 de março de 2023.

CLANCE, P.R.; IMES, S.A. The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention. **Psychotherapy: Theory, research & practice**, v. 15, n. 3, p. 241, 1978.

CLANCE, P.R.; O'TOOLE, M.A. The imposter phenomenon: An internal barrier to empowerment and achievement. In: **Treating Women's Fear of Failure: From Worry to Enlightenment**. Routledge, 2014.

COKLEY, K. *et al.* Self-esteem as a mediator of the link between perfectionism and the imposter phenomenon. **Personality and Individual Differences**, v. 135, p. 292-297, 2018.

COSTA, F. Eis o melhor e o pior de mim: fenômeno impostor e comportamento acadêmico na área de negócios. **R. Cont. Fin.**, São Paulo, v. 31, n. 83, p. 348-363, 2020

COWMAN, S.E.; FERRARI, J.R. "Am I for real?" Predicting impostor tendencies from self-handicapping and affective components. **Social Behavior and Personality: an international journal**, v. 30, n. 2, p. 119-125, 2002.

FERRARI, J.; THOMPSON, T. **Medos do impostor**: ligações com a autoperfeição, preocupações e comportamentos auto-incapacitantes. **Pers. Individ. Dif.**, Londres, v. 40, n. 2, págs. 341-352, 2006.

FILIPEK, P.A. **Practice parameter**: screening and diagnosis of autism: report of the Quality Standards Subcommittee of the American Academy of Neurology and the Child Neurology Society. **Neurology**, v. 55, n. 4, p. 468-479, 2000.

HARVEY, J.C. **The impostor phenomenon and achievement: A failure to internalize success**. Temple University, 1981.

HUTZ, C.S.; ZANON, C. Revisão da adaptação, validação e normatização da escala de autoestima de Rosenberg. **Avaliação Psicologica**: Interamerican Journal of Psychological Assessment, 10(1), 41-4. 2011. Recuperado disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-04712011000100005&lng=pt&tlng=pt](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712011000100005&lng=pt&tlng=pt). Acesso em: 15 de Abril de 2023

KAUATI, A. **Autocientificidade**. In VIEIRA, W. (Org.), Enciclopédia da Conscienciologia. (8<sup>a</sup> ed., pp. 1.364 a 1.369), Foz do Iguaçu: Associação Internacional do Centro de Altos Estudos da Conscienciologia (CEAEC); Associação Internacional Editares. 2013. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466\\_12\\_12\\_2012.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/cns/2013/res0466_12_12_2012.html). Acesso em: 16 de Abril de 2023.

MAYER, J.D.; CARUSO, D.R.; SALOVEY, P. Emotional intelligence meets traditional standards for an intelligence. **Intelligence**, v. 27, n. 4, p. 267-298, 1999.

NEUREITER, M.; TRAUT-MATTAUSCH, E. **An inner barrier to career development**: Preconditions of the impostor phenomenon and consequences for career development. **Frontiers in psychology**, v. 7, p. 48, 2016.

OLIVEIRA, A.P.S. *et al.* O esgotamento físico dos enfermeiros no setor de urgência e emergência: revisão integrativa. **Nursing** (São Paulo), v. 22, n. 251, p. 2839-2843, 2019.

RICE, J. **The Role of impostor syndrome on medical student career plans**. 2020. Tese de Doutorado. Harvard University. Boston, Massachusetts, Estados Unidos.

ROCHA, A.M.C.; CARVALHO, M.B.; CYPRIANO, C.P.; RIBEIRO, M.M.F. Tratamento Psíquico Prévio ao Ingresso na Universidade: Experiência de um Serviço de Apoio ao Estudante. **Revista Brasileira de Educação Médica**, 44(03): e077. 2020.

SANTOS, O.P.; MORAES-FILHO, I.M.; SILVA, G.J.N.; FEITOZA, I.S. *et al.* Relações de Amizade, nível de tolerância e fatores associados no contexto do ensino superior. **Revista de Divulgação Científica Sena Aires**, v. 10, n. 3, p. 521-530, 2021.

SANTOS, O.P.; MORAES-FILHO, I.M.; SOUSA, M.V.M.; RAMOS, J.O.; RAMALHO, R.C.; FARIA, L.X. Prevalência de transtornos mentais comuns entre os acadêmicos de uma instituição de ensino superior do município de Trindade-GO. **Vita et Sanitas**, v. 13, n. 2, p. 57-65, 2019.

SCHUBERT, N.; BOWKER, A. Examining the impostor phenomenon in relation to self-esteem level and self-esteem instability. **Current Psychology**, v. 38, p. 749-755, 2019.

SHILL-RUSSEL, C.; RUSSEL, R.C.; DAINES, B.; CLEMENT, G.; CARLSON, J.; ZAPATA, I. Imposter Syndrome Relation to Gender Across Osteopathic Medical Schools. **Medical Science Educator**, p. 1-7, 2022.

SOARES, A.K.S. **Escala de Deseabilidad Social Infantil (EDSI):** Evidencias de validez factorial y fiabilidad. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 34(2), 383-394. 2021.

THOMPSON, T.; FOREMAN, P.; MARTIN, F. Impostor fears and perfectionistic concern over mistakes. **Personality and individual differences**, v. 29, n. 4, p. 629-647, 2000.

TRAUT-MATTAUSCH, E. Uma barreira interna ao desenvolvimento de carreira: pré- condições do fenômeno do impostor e consequências para o desenvolvimento de carreira. **Frente. Psicol.** 7:48. 2016.

WILLIAMS, A.T. **Impostor Phenomenon in the Classroom.** Brown University, The Harriet W. Sheridan Center for Teaching and Learning. 2021. Disponível em: <https://www.brown.edu/sheridan/impostor-phenomenon-classroom#:~:text=Signals%20of%20Impostor%20Phenomenon%20include,or%20%20lowering%20of%20standards>. 21 de abril de 2023.

WOOLSTON, C. *et al.* How burnout and imposter syndrome blight scientific careers. **Nature**, v. 599, n. 7886, p. 703-705, 2021.