



Síndrome da Impostora


O que é a síndrome?



A **síndrome da impostora** é um fenômeno que foi identificado por duas psicólogas americanas, Pauline Clance e Suzanne Immes no final da década de 70 (*paper: “The Impostor Phenomenon in High Achieving Women”*)

Em síntese, Pauline e Suzanne observaram em um estudo clínico que muitas de suas alunas, que eram excelentes academicamente, sentiam que o sucesso que elas tinham não era “merecido”

O que é a síndrome?



A **síndrome da impostora** refere-se a pessoas (mais especialmente presente em mulheres) que possuem uma crença persistente relacionada à falta de inteligência, habilidades, competência. Essas pessoas, especialmente as mulheres, acreditam que os reconhecimentos e prêmios que são concedidos a elas não são merecidos, quase sempre relacionando seus “*achievements*” a questões externas, inclusive à sorte.



Quais são as **origens** e as **dinâmicas** que estão por trás disso?





Pauline Clance e Suzanne Immes

identificaram 2 grupos de mulheres
(com histórias de vida similares)
que são mais suscetíveis à síndrome

Grupo 1

- Em um grupo, estão mulheres que têm um irmão ou parente próximo que foi designado como o membro "inteligente" da família. Cada uma das mulheres, por outro lado, foi informada direta ou indiretamente por esse parente (pode ser pai ou mãe) que ela é a pessoa mais "sensível" da família
- As pesquisadoras notaram que as mulheres que pertencem a esse grupo nunca puderam provar que eram ou são tão inteligentes quanto seu irmão, independentemente do que elas realmente realizavam/realizam intelectualmente.
- Uma parte dela dessas mulheres acredita no mito da família; outra parte quer refutá-lo e a escola dá a elas a oportunidade de tentar provar para sua família e para elas mesmas que elas são excelentes.

She feels good about her performance and hopes her family will acknowledge that she is more than just sensitive or charming. However, the family seems unimpressed, still attributing greater intelligence to the "bright" sibling whose academic performance is often poorer by comparison (Pauline Clance e Suzanne Immes)

Grupo 2

- Uma dinâmica familiar diferente opera para o segundo grupo de mulheres que vivenciam o fenômeno impostor. A família transmite a essas mulheres, ainda na infância, que elas são superiores em todos os sentidos - intelecto, personalidade, aparência, talentos.
- A família, nesse caso, dá numerosos exemplos de como essa mulher demonstrou sua precocidade quando criança, citando que, desde cedo, começou a ler, escrever, já demonstrava sinais de grande inteligência e maturidade. Aos olhos dos familiares, essa mulher, quando criança, era perfeita.
- No entanto, desde criança, a mulher começa a ter experiências nas quais não pode fazer nada e tudo o que deseja. Ela tem dificuldade em alcançar certas coisas e se sente, diante dos obstáculos que enfrenta, uma impostora intelectual.

Having internalized her parents' definition of brightness as "perfection with ease," and realizing that she cannot live up to this standard, she jumps to the conclusion that she must be dumb. She is not a genius; therefore, she must be an intellectual impostor (Pauline Clance e Suzanne Immes)



**QUER SABER MAIS SOBRE ESSE
TEMA?**

CONSULTE A TRAVESSIA!

Travessia

ESTRATÉGIAS EM INCLUSÃO

www.travessiainclusao.com.br

Alameda dos Maracatins, 780 sala 804
São Paulo – SP

contato@projeto-travessia.com

11 98605-0735

11 97636-3905

[linkedin.com/company/projeto-travessia](https://www.linkedin.com/company/projeto-travessia)

[facebook/projeto-travessia](https://www.facebook.com/projeto-travessia)

[@travessia.inclusao](https://www.instagram.com/travessia.inclusao)