

AVALIAÇÃO DA PREVALÊNCIA DO FENÔMENO DO IMPOSTOR EM ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS

Antonia D'avila da Silva Brito¹;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Parnaíba. Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/7950216017944984>

Ícaro Antonio Brito da Silva²;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Parnaíba. Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/9250932597306165>

Otávio Augusto Cerqueira Araujo³;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Parnaíba. Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/0118252924880253>

Enia Carine de Oliveira Dantas⁴;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Parnaíba. Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/6399398187083156>

Bianca Alencar Teles⁵;

Faculdade de Educação e Cultura da Serra da Ibiapaba. (FACIBI) Tianguá, CE.

<http://lattes.cnpq.br/5436174071026309>

Giovanna Figueiredo de Carvalho Santos Souza⁶;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Parnaíba. Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/7173562782804640>

Lilith Maria Gonçalves Leal Dantas⁷;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Parnaíba. Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/6967545014610862>

Karla Myllena da Silva Gomes⁸;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Parnaíba. Piauí.

<http://lattes.cnpq.br/4285017846689488>

Ana Maria Gomes Barbosa⁹;

Universidade Estadual do Piauí (UESPI). Piripiri. PI

<http://lattes.cnpq.br/2768747514223952>

Kamylylly Machado de Oliveira¹⁰.

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAr). Parnaíba. Piauí.

<https://lattes.cnpq.br/5824392589520848>

RESUMO: O fenômeno do impostor caracteriza-se pela sensação de inadequação e pela desvalorização de conquistas acadêmicas próprias, que podem ser vistas como insuficientes ou enganosas. Esse tema tem se mostrado prevalente no contexto universitário, sendo um fator que pode estar associado à baixa autoestima, afetando o bem-estar e o desempenho acadêmico do indivíduo, ao mesmo tempo em que pode influenciar níveis de estresse e de

ansiedade no âmbito universitário. Sendo assim, o presente trabalho tem como objetivo a análise da prevalência desse fenômeno entre universitários, como uma forma de produzir estratégias, por meios científicos, para a promoção da saúde mental nas instituições de ensino superior.

PALAVRAS-CHAVE: Impostor. Fenômeno. Universitário.

ASSESSMENT THE PREVALENCE OF THE IMPOSTOR PHENOMENON IN UNIVERSITY STUDENTS

RESUME: The impostor phenomenon is characterized by a persistent sense of inadequacy and the devaluation of one's own academic achievements, which may be perceived as insufficient or misleading. This issue has been shown to be prevalent in the university context, being a factor potentially associated with low self-esteem, negatively impacting students' well-being and academic performance, while also influencing levels of stress and anxiety in higher education settings. Therefore, the present study aims to analyze the prevalence of this phenomenon among university students, as a way to support, through scientific approaches, the development of strategies for promoting mental health in higher education institutions.

KEYWORDS: Impostor. Phenomenon. University.

INTRODUÇÃO

As emoções são entendidas diretamente como fatores que perpassam o ser humano através de diversos modos e jeitos de serem sentidas e percebidas. Tais emoções culminam em um elevado tipo de estímulo externo que passa pelo organismo e desempenha fatores relevantes na constituição desse (OLIVEIRA et al., 2022). Mediante isso, é possível e entendível que, a partir dessas emoções há a possibilidade de um transtorno mental - este entendido como uma combinação de sentimentos, emoções e comportamentos os quais se relacionam de forma a afetar diretamente a pessoa ou os indivíduos adjacentes - desenvolver-se ou surgir a partir de situações de estresse (NICO et al., 2015).

Nesse sentido é essencial o estudo de transtornos mentais frente às perspectivas universitárias, aderindo a uma perspectiva de indique e demonstre, sobretudo, formas de retratar o ambiente acadêmico. A partir disso é possível entender, identificar e planejar uma maneira de ajuda para com o público universitário, dessa forma ajudando em um melhor gerenciamento e produtividade dos próximos profissionais os quais estão em formação (FRAGELLI & FRAGELLI, 2021).

O Fenômeno do impostor (FI), ou impostorismo e até fraude percebida denomina uma experiência de desregulação e desconforto psicológico a que indivíduos passam em uma situação que exija um grande esforço ou alto desempenho por não reconhecerem seu próprio sucesso (CHAKRAVERTY, 2024).

O construto foi inicialmente proposto por Suzanne Imes e Pauline Rose Clance

(1978), o que corroborou para um estudo que fomentou a incidência do fenômeno entre mulheres e pessoas marginalizadas. Mas, inicialmente, a partir da publicação do livro de Clance (1985), voltado para aspectos de autoajuda, houve uma maior notoriedade do assunto em questão. No entanto, apesar do estudo preliminar ter sido constatado a indicação do fenômeno através do sexo feminino e de pessoas de determinada origem, estudos recentes afirmam que não há mais restrição da SI por gênero, abordando também quesitos de diversas origens (SOARES AKS, et al., 2021).

O impostorismo vai ocorrer de maneira a qual a pessoa utilize de meios como sorte, envolvimento externo ou fatores que perpassam a própria participação, para qualificar uma conquista ou sucesso produzido (CHAKRAVERTY, 2022; CLANCE & IMES, 1978). E em destaque desse fenômeno, é possível indicar possíveis índices altos de transtornos mentais, incluindo a SI, corroborando com um estudo feito por Rocha et al. (2020) o qual destacou cerca de 87 estudantes de medicina na Universidade Federal de Minas Gerais, e indicou um índice de prevalência de 67% dos estudantes advém de algum transtorno mental. Ademais, é inexorável entender também o estudo de Gomes et al. (2020) o qual foi feito a partir de 378 estudantes universitários, em uma universidade do interior de São Paulo (Brasil), que, por meio de questionários validados e confiáveis, obtiveram-se cerca de 39% de prevalência de transtornos mentais nos discentes em questão, relativizando ainda mais parâmetros de identificação em relação ao impostorismo.

Sendo assim, é indispensável buscar por entendimento através dessa condição dentro do cenário superior brasileiro, visto que essa condição aborda também envolvimento com o futuro cenário profissional em ascensão. Dito isso, o fenômeno do impostor pode ser indicado através de diversos tipos de dimensões, essas por sua vez desempenham formas de autodúvida sobre aspectos pessoais, podendo ser aspectos físicos, intelectuais, emocionais ou comportamentais, sendo aparente de forma fraudulenta e a maneira de direcionar um sucesso ao acaso (NEUREITER & TRAUT-MATTAUSCH, 2016).

Apartir dessa ótica, a SI torna-se um fator extremamente prejudicial a partir do contraste de que as experiências realizadas dentro de um ambiente conduzido pela proatividade e pela produção de conhecimento e recebimento deste - incluindo fatores de prazos e metas a serem realizadas com avaliações, por exemplo -, tornam-se fatores de procrastinação, evitação de tarefas ou também a evasão acadêmica e a queda de performance profissional, ou seja é fundamental o estudo desse princípio para o entendimento e a melhoria dos espaços atuantes dos estudantes, sobretudo universitários (PEREIRA et al., 2024).

Dentro dos aspectos relevantes envolvendo a SI também é possível entender a dimensão que envolve a percepção própria sobre os quesitos de interação, por exemplo, o contato com pessoas talentosas pode iniciar diversas questões emocionais, cobranças e sentimentos que agravam o fenômeno (DINIZ MLC et al., 2023)

Congruente ao fator em questão, é possível indicar também o meio de entrada no mundo acadêmico profissional, o qual proporciona mudanças não apenas ambientais, como educacionais e comportamentais na rotina do indivíduo e no suporte social envolvido

no novo local (SAHÃO & KIENEN, 2021). Com um estudo proporcionado por (HÖFS et al., 2024) o qual avaliou os estressores mais enfrentados pelos universitários, vão ser destacados o medo do fracasso, a pressão dos pais e a exigência do mercado de serviços, e as demandas acadêmicas (ALVES et al., 2021).

Congruente ao fator de cobranças externas e fatores pessoais de autodepreciação de formas de sabotar as próprias conquistas, é possível citar Leonhardt e Rohrmann (2017), os quais vão propor que pessoas com grandes sentimentos de impostores são mais propensos a sentirem-se não pertencentes do trabalho ou ambiente acadêmico o qual atuam, apesar de haver constatações de sucesso naquele âmbito.

Nesse sentido, visto que esses ambientes de trabalho e fomento de atividades avaliativas ou produtividade constante corroboram para uma forma de atuação da pessoa de maneira incessante e desgastante, é comum que haja formas de comparação e desafios sociais experienciados propriamente nesse ambiente universitário (DAO et al., 2024). Além disso, estudantes estrangeiros têm uma maior chance de desenvolver distúrbios mentais dentro do ambiente acadêmico devido a diversas sucessões de estressores que podem ocorrer (LOPES et al., 2018). Corroborando de forma direta para o fomento de uma sociedade a qual valoriza inteiramente a produtividade e, dessa forma, há de contribuir para o desenvolvimento da FI (OLIVEIRA et al., 2021).

Dessa forma, o estudo em questão buscou evidenciar a prevalência do fenômeno do impostor dentro do ambiente acadêmico, a fim de corroborar com pesquisas feitas anteriormente nesse mesmo âmbito, corroborando diretamente para um conhecimento amplo do tema a fim de investigar, verificar e proporcionar novas formas de entender suas dimensões.

OBJETIVOS

Este estudo apresenta relevantes implicações no contexto acadêmico, sobretudo no reconhecimento das capacidades pessoais de universitários que, muitas vezes, podem ser minimizadas em função da autocobrança e do estresse vinculados ao fenômeno do impostorismo. Assim, o objetivo central consistiu em contribuir para a compreensão da presença desse fenômeno entre estudantes de nível superior e no desenvolvimento de ferramentas holísticas voltadas à promoção da saúde mental. Essas ferramentas podem ser aplicadas de duas formas principais: preventiva, ao oferecer subsídios que auxiliem os estudantes a lidar com situações semelhantes que possam surgir ao longo da trajetória acadêmica; e interventiva, ao contribuir para a redução dos déficits emocionais ocasionados pelo fenômeno, favorecendo maior bem-estar e equilíbrio psicológico.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo quantitativo, de natureza aplicada, cujo objetivo é descrever a presença do fenômeno do impostor no contexto acadêmico. Para tanto, foi realizada uma pesquisa de campo com aplicação de um questionário sobre impostorismo, utilizando a

Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS) (Clance, 1985), em estudantes universitários piauienses com idades entre 18 e 52 anos, de ambos os sexos e sem restrição quanto à área do curso. A coleta de dados teve duração média de 20 minutos, sendo as respostas registradas em escala do tipo Likert, variando de 1 (nunca) a 5 (muito frequentemente). A análise estatística foi conduzida por meio do software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS, 2020), considerando-se a média aritmética das respostas. A interpretação dos resultados seguiu os intervalos de escores propostos pela escala, variando desde pouca experiência com o fenômeno do impostor (1) até experiência muito intensa (4). A aplicação do questionário seguiu rigorosamente os Códigos de Ética aplicados à pesquisa com seres humanos, em conformidade com as diretrizes da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (CNS, 2012), que dispõe sobre pesquisas envolvendo seres humanos no Brasil. Antes da participação, foi solicitado aos estudantes que realizassem a leitura atenta do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), no qual estavam descritos os objetivos da pesquisa, os procedimentos adotados, os possíveis riscos e benefícios, bem como a garantia de sigilo e confidencialidade das informações fornecidas. A participação foi voluntária, sendo assegurado ao respondente o direito de desistir a qualquer momento, sem prejuízos ou penalidades. Além disso, todos os dados coletados foram utilizados exclusivamente para fins científicos, garantindo a privacidade e o anonimato dos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A amostra total contou com 370 participantes, sendo que 343 responderam o instrumento CIPS de maneira válida e 27 (7,3%) apresentando dados omissos. A análise da distribuição de frequência dos escores do CIPS foi realizada a partir de quatro níveis de classificação. Para essa categorização, considerou-se a pontuação total obtida por cada participante, sendo estabelecidos os seguintes intervalos: Nível 1: pouca ou nenhuma característica do fenômeno (pontuações até 40); Nível 2: características moderadas (pontuações entre 41 e 60); Nível 3: características frequentes (pontuações entre 61 e 80); Nível 4: características intensas e elevadas pontuações (acima de 80).

Tabela 1: Resultados obtidos após análise estatística por meio do SPSS.

	Nível	Frequência	Porcentagem
Válido	1	30	8,1
	2	98	26,5
	3	135	36,5
	4	80	21,6
	Total	343	92,7

Os resultados mostram que a maioria dos universitários avaliados apresenta ideias condizentes com o fenômeno do impostor, concentrando-se uma porcentagem

considerável nos níveis intermediários da escala (2 e 3). Esse padrão foi encontrado em uma amostra com estudantes da área da saúde, apontando que prevalências moderadas do fenômeno do impostor são associadas fortemente ao estresse e à depressão (EL-ASHRY et al., 2024; SURIYASATHAPORN et al., 2025). Estudos recentes também destacam que essa prevalência intermediária é frequente em contextos educacionais marcados pela competitividade, podendo ser reflexo das pressões de desempenho e da constante necessidade de validação externa (BRAVATA et al., 2020; KOLLIGIAN; STERNBERG, 2021).

Apesar de o nível 4 apresentar somente 21,6% da amostra, esse número indica a prevalência de uma parcela significativa de estudantes em condição de maior vulnerabilidade emocional, o que pode implicar prejuízos diretos na saúde mental e no desempenho acadêmico. O fenômeno do impostor pode impactar negativamente a autoestima e o bem-estar do indivíduo, podendo ser relacionado à síndrome de burnout (VILLWOCK, 2016). Além disso, observou-se também que, de maneira inversa, a baixa autoestima pode influenciar na vivência mais intensa do impostorismo quando os padrões elevados de exigência não são alcançados pelo indivíduo. (SOARES, 2021)

A prevalência significativa encontrada neste estudo corrobora com achados que identificam a síndrome do impostor como um fenômeno frequente entre universitários de cursos de alta competitividade (CAMPOS et al., 2022). Essa recorrência aponta a SI como um construto psicológico que deve ser compreendido para além de um fenômeno isolado, considerando as pressões pessoais, acadêmicas e sociais.

Outro ponto importante refere-se à relação do FI com outros indicadores de sofrimento psíquico. Uma revisão sistemática publicada recentemente aponta para a presença de um ciclo de autossabotagem, em que o estudante subestima suas competências, atribui o sucesso a fatores externos e, por consequência, aumenta sua autocrítica (SALARI et al., 2025). Nesse contexto, a prevalência observada nos níveis 2 e 3 pode ser um indicador da necessidade de promoção de saúde mental no ambiente educacional, apontando que estratégias de intervenção precoce precisam ser desenvolvidas.

Sendo assim, a prevalência significativa do fenômeno do impostor encontrada neste estudo deve ser interpretada para além de um marcador individual de sofrimento psíquico, promovendo discussão acerca das condições institucionais e socioculturais que permeiam o ambiente acadêmico. Ademais, é preciso que, diante de sentimentos negativos associados ao FI, fatores protetivos e interventivos sejam analisados.

REFERÊNCIAS

- ALVES, G. C. et al. **Vivência acadêmica e sintomas depressivos em universitários durante a pandemia de Coronavírus**. Revista De Psicologia Da Unesp, v. 20, n. 1, 2021. <https://doi.org/10.5935/1984-9044.20210010>
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. **Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012**. Aprova diretrizes e normas regulamentadoras de pesquisas envolvendo seres humanos.

Diário Oficial da União, Brasília, DF, 13 jun. 2013.

BRAVATA, Dena M. et al. **Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: a systematic review**. *Journal of general internal medicine*, v. 35, n. 4, p. 1252-1275, 2020.

CHAKRAVERTY, D. **Faculty experiences of the impostor phenomenon in STEM fields**. *CBE-Life Sciences Education*, 21(4), Article ar84. 2022. <https://doi.org/gq45vv>

CHAKRAVERTY, D. **Impostor phenomenon among Hispanic/Latino early career researchers in STEM fields**. *Journal of Latinos and Education*, v. 23, n. 1, p. 250-268, 2024. <https://doi.org/10.1080/15348431.2022.2125394>

CLANCE, P. R.; IMES, S. A. **O fenômeno do impostor em mulheres de alto desempenho: dinâmica e intervenção terapêutica**. *Psicoterapia: Teoria, pesquisa e prática*, v. 15, n. 3, p. 241, 1978.

CLANCE, Pauline Rose. **The impostor phenomenon: Overcoming the fear that haunts your success**. (No Title), 1985.

DINIZ, M. L. C. S. et al. **Nível de Síndrome do Impostor em estudantes de medicina**.

EL-ASHRY, Ayman Mohamed et al. Prevalence of imposter syndrome and its association with depression, stress, and anxiety among nursing students: a multi-center cross-sectional study. **BMC nursing**, v. 23, n. 1, p. 862, 2024.

FRAGELLI, T. B. O., & FRAGELLI, R. R. **Por que estudantes universitários apresentam estresse, ansiedade e depressão? Uma rapid review de estudos longitudinais**. *Revista Docência do Ensino Superior*, 11: 1-21. 2021. <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2021.29593>

GOMES, C. F. M et al. **Transtornos mentais comuns em estudantes universitários: abordagem epidemiológica sobre vulnerabilidades**. *Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas*, 6 (1): 1-8. 2020.

HÖFS, F. N.; GOMES, A. P.; GONÇALVES, H. **Eventos estressores e fatores associados em estudantes ingressantes de uma universidade pública no sul do Brasil**. *Cadernos Saúde Coletiva*, v. 32, n. 4, 2024. <https://doi.org/10.1590/1414462X202432040074>

KOLLIGIAN, J.; STERNBERG, R. The impostor phenomenon in higher education: recent advances and new directions. *Educational Psychology Review*, v. 33, n. 4, p. 1287-1304, 2021. DOI: 10.1007/s10648-021-09628-4.

NEUREITER, M., & TRAUT-MATTAUSCH, E. **An inner barrier to career development: Preconditions of the impostor phenomenon and consequences for career development**. *Frontiers in psychology*, 7, 1-48. 2016. doi: 10.3389/fpsyg.2016.00048

Nico Y, L. J. L.; Zeggio L. **A Depressão como Fenômeno Cultural da Sociedade Pós-moderna- Parte I: Um Ensaio Analítico Comportamental dos Nossos Tempos**. CIP Brasil- Catalogação feita pelo autor. São Paulo. 2015.

OLIVEIRA, A. C. DE M. et al. **Sinais, sintomas, fatores e patologias associados à síndrome do impostor em estudantes universitários**. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 8, p. e55811831380, 29 jun. 2022.

<http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v11i8.31380>

Pereira, L. M. de O. et al. **Impacto da Síndrome do Impostor no âmbito acadêmico e profissional**. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 24, n. 3, p. e15278, 8 mar. 2024. Revista Eletrônica Acervo Saúde, v. 23, n. 1, p. e11735-e11735, 2023. <https://doi.org/10.25248/reas.e11735.2023> IBM Corp. *IBM SPSS Statistics for Windows, Version 27.0*. Armonk, NY: IBM Corp., 2020.

ROCHAA, M. C. et al. Tratamento Psíquico Prévio ao Ingresso na Universidade: Experiência de um Serviço de Apoio ao Estudante. Revista Brasileira de Educação Médica, 44(03): e077.

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. **ADAPTAÇÃO E SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA**. Psicologia Escolar e Educacional, v. 25, 2021. <https://doi.org/10.1590/2175-35392021224238>

SALARI, Nader et al. Prevalência global da síndrome do impostor em prestadores de serviços de saúde: uma revisão sistemática e meta-análise. **Psicologia BMC**, v. 13, n. 1, p. 571, 2025.

SOARES, AKS. et al. **Fenômeno do Impostor e Perfeccionismo: Avaliando o Papel Mediador da Autoestima**. Estudos e Pesquisas em Psicologia, 2021; 21(1): 116-135.

SURIYASATHAPORN, Arpunna et al. Gravidade da Síndrome do Impostor Associada à Resiliência, Auto-Estima e Depressão entre Estudantes de Medicina na Tailândia. **Fronteiras em Saúde Pública**, v. 13, p. 1577184, 2025.

VILLWOCK, Jennifer A. et al. **Síndrome do impostor e burnout entre estudantes de medicina americanos: um estudo piloto**. Revista internacional de educação médica, v. 7, p. 364, 2016.