



B1

ISSN: 2595-1661

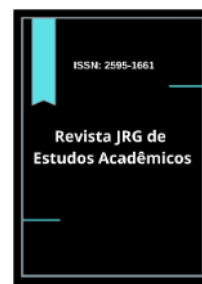
ARTIGO

Listas de conteúdos disponíveis em [Portal de Periódicos CAPES](http://Portal.de.Periodicos.CAPES)

## Revista JRG de Estudos Acadêmicos

Página da revista:

<https://revistajrg.com/index.php/jrg>



### Explicando o Fenômeno do Impostor em estudantes universitários: Qual a influência dos Traços Perfeccionistas?

Explaining the Impostor Phenomenon in university students: What is the influence of Perfectionistic Traits?



DOI: 10.55892/jrg.v8i18.2131

ARK: 57118/JRG.v8i18.2131

Recebido: 25/05/2025 | Aceito: 31/05/2025 | Publicado on-line: 02/06/2025

#### Livia Maria Gonçalves Leal Dantas<sup>1</sup>

<https://orcid.org/0009-0002-5800-359X>

<http://lattes.cnpq.br/6182926782528899>

Universidade Federal do Delta do Parnaíba, Brasil

E-mail: liviagoncalvesleal@hotmail.com

#### Ana Maria Gomes Barbosa<sup>2</sup>

<https://orcid.org/0009-0002-6075-4962>

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

Universidade Estadual do Piauí, Piri-piri, Brasil

E-mail: anamariamsb@gmail.com

#### Paulo Gregório Nascimento da Silva<sup>3</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-2878-309X>

<http://lattes.cnpq.br/6759353994210926>

Universidade Federal de São João Del-Rei, Brasil

E-mail: silvapgn@gmail.com

#### Enia Carine de Oliveira Dantas<sup>4</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-9864-8512>

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

Universidade Federal do Delta do Parnaíba, Brasil

E-mail: eniacarine4@hotmail.com

#### Maria Joselina Sousa da Silva<sup>5</sup>

<https://orcid.org/0009-0000-9575-083X>

<http://lattes.cnpq.br/5710080267010566>

Universidade Federal do Delta do Parnaíba, Brasil

E-mail: joselina.sousa.js@gmail.com

#### Kauany Carvalho da Silva<sup>6</sup>

<https://orcid.org/0009-0002-7093-5787>

<http://lattes.cnpq.br/1484762498962103>

Universidade Estadual do Piauí, Piri-piri, Brasil

E-mail: kakaucs123@gmail.com

#### Bianca Alencar Teles<sup>7</sup>

<https://orcid.org/0009-0005-2424-4880>

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

Faculdade de Educação e Cultura da Serra da Ibiapaba LTDA

E-mail: bianca123alt@gmail.com

#### Gustavo Oliveira de Araújo<sup>8</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-1396-1025>

<http://lattes.cnpq.br/5853940233534677>

Universidade Federal do Delta do Parnaíba, Brasil

E-mail: psigustavooliveiraa@gmail.com

#### Ricardo Neves Couto<sup>9</sup>

<https://orcid.org/0000-0001-9989-4857>

<http://lattes.cnpq.br/3581353886489065>

Universidade Federal do Delta do Parnaíba, Brasil

E-mail: r.nevescouto@gmail.com

#### Carlos Eduardo Gonçalves Leal<sup>10</sup>

<https://orcid.org/0000-0002-8888-1513>

<http://lattes.cnpq.br/9265192628116565>

Universidade Federal do Piauí, Teresina, Brasil

E-mail: carlosleal@unifsa.com.br

<sup>1</sup> Doutor em Psicologia Social e Pós-doutorado em Psicologia pela Universidade Federal de São João Del-Rei;

<sup>4</sup> Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba;

<sup>5</sup> Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal do Delta do Parnaíba;

<sup>6</sup> Graduanda em Pedagogia pela Universidade Estadual do Piauí;

<sup>7</sup> Graduanda em Psicologia Faculdade Ibiapaba, Brasil;

<sup>8</sup> Especialista e Mestrando em Psicologia da Universidade Federal do Delta do Parnaíba, Brasil; Docente da Faculdade Via Sapiens, Brasil; e Faculdade Ibiapaba, Brasil;

<sup>9</sup> Doutor em Psicologia social e docente da Universidade Federal do Delta do Parnaíba, Brasil;

<sup>10</sup> Doutor em Educação pela Universidade Federal do Piauí. Formado pela Faculdade Santo Agostinho, Psicólogo.

## Resumo

O fenômeno do impostor é predominante em contextos acadêmicos ou laborais e é caracterizado como a dificuldade que os indivíduos sentem em internalizar conquistas. No contexto universitário, tem estado associado ao perfeccionismo, pois esses estudantes estabelecem padrões elevados, por vezes irreais, para si. Nesse sentido, a presente pesquisa objetivou avaliar a relação entre o perfeccionismo e o fenômeno do impostor em universitários, além de analisar possíveis diferenças entre os sexos na vivência do traço perfeccionista e do impostorismo. Para tanto, contou-se com 207 universitários do Nordeste brasileiro, dos quais a maioria eram do sexo feminino (57,5%), de Instituições públicas (91,3%), que cursavam predominantemente Psicologia (38,9%), com idade variando de 18 a 56 anos. Utilizaram-se como instrumentos de mensuração dos construtos a Short Almost Perfect Scale (SAPS) e a Escala Clance do Fenômeno do Impostor (ECFI), além do questionário sociodemográfico. Os resultados, por meio das análises de correlação, regressão e teste T de Student, demonstraram que o perfeccionismo desadaptativo prediz 37% das características impostoras na amostra, além de que foi observado maiores traços perfeccionistas em pessoas do sexo feminino. Assim, concluiu-se que pessoas perfeccionistas, do sexo feminino, vivenciam o fenômeno do impostor de forma mais acentuada. Logo, são necessárias propostas interventivas no âmbito universitário que visem a promoção do bem-estar e saúde mental estudantil.

**Palavras-chave:** Fenômeno do Impostor. Perfeccionismo. Universitários. Psicometria

## Abstract

*The impostor phenomenon is prevalent in academic or work contexts and is characterized as the difficulty individuals feel in internalizing achievements. In the university context, it has been associated with perfectionism because these students set high, sometimes unrealistic, standards for themselves. In this sense, this study aimed to assess the relationship between perfectionism and the impostor phenomenon in university students, as well as analyzing possible differences between the sexes in the experience of the perfectionist trait and impostorism. The study included 207 university students from the north-east of Brazil, the majority of whom were female (57.5%), from public institutions (91.3%), predominantly studying psychology (38.9%) and aged between 18 and 56. The instruments used to measure the constructs were the Short Almost Perfect Scale (SAPS) and the Clance Impostor Phenomenon Scale (CIPS), as well as a sociodemographic questionnaire. The results, using correlation and regression analyses and Student's t-test, showed that maladaptive perfectionism predicted 37% of the impostor characteristics in the sample, and that greater perfectionist traits were observed in females. Thus, it was concluded that female perfectionists experience the impostor phenomenon more strongly. Intervention proposals are therefore needed at university level to promote student well-being and mental health.*

**Keywords:** *The Impostor Phenomenon. Perfectionism. University students. Psychometry.*

## 1. Introdução

O Fenômeno do Impostor (FI) ou impostorismo é expresso pela dificuldade do indivíduo em internalizar conquistas (Bravata *et al.*, 2020). Dessa forma, ele atribui as realizações próprias a fatores externos, como sorte ou outras pessoas (Chakraverly, 2022). Nesse viés, trata-se de uma afetação no processo de autoavaliação, fazendo com que o impostor tenha sua percepção desviada para o fracasso, negligenciando suas conquistas (Bravata *et al.*, 2020). Por consequência, observa-se uma maior predominância em ambientes que envolvem desempenho, como contexto laboral ou acadêmico (Shin; Lytle, 2024).

Sobre o construto, foi apresentado inicialmente por Suzanne Imes e Pauline Rose Clance (1978), que estudaram o fenômeno em uma amostra de mulheres bem-sucedidas e grupos marginalizados. Ademais, nota-se a complementariedade dos estudos sobre o FI nos contextos atuais, pois a constante competição, sendo a marca registrada da sociedade vigente, induz a prevalência do fenômeno em universitários, frente a pressão exacerbada imposta nestes (Oliveira *et al.*, 2024). Logo, os acadêmicos, mesmo com bons resultados, não percebem as realizações como mérito próprio (Chakraverly, 2024).

Assim, a desproporção entre o percebido e as evidências do real é mediada por sentimentos de inadequação e incapacidade, além do medo de ser detectado com fraude (Bernard *et al.*, 2020). Frente ao citado, nota-se a presença de sentimentos impostores em indivíduos de alto desempenho, havendo nitidamente uma contradição com a realidade (Albuquerque *et al.*, 2023). Nesse contexto, o construto é visto como cognições desajustadas ligadas a percepção de incompetência intelectual, proporcionando maior vulnerabilidade a degradação da saúde mental (Bernard *et al.*, 2020).

Em complemento, observa-se uma maior tendência dos impostores a comportamentos evitativos, ligados a autossabotagem e fuga das responsabilidades (Zulfikar; Abbasi, 2024). No contexto universitário, torna-se especialmente problemático, pois em casos mais graves, pode levar a evasão acadêmica (Maji; Shivhare; Kumar, 2025). Sobre isso, é verificado que o impostorismo está relacionado ao aumento do estresse e da ansiedade, fato gerador do desajuste psicológico no impostor, podendo levar a depressão (Fimiani *et al.*, 2021).

Diante das consequências citadas, torna-se especialmente necessário estudar o FI em universitários brasileiros ao verificar que a literatura alerta para altos níveis de sentimentos impostores nesse público. Nesse viés, em uma amostra de estudantes de medicina do Brasil, foi observado que a maioria apresentou níveis moderados e elevados do impostorismo (Boligon *et al.*, 2023). Em concordância, Dantas *et al.*, (2025) utilizaram uma amostra composta majoritariamente por estudantes de psicologia brasileiros, obtendo que a maioria apresentou níveis graves do impostorismo.

Nesse ínterim, esses índices são justificados pelo ambiente acadêmico, marcado por cobranças e comparação social constante, que garantem maior vulnerabilidade ao FI em universitários (Campos *et al.*, 2022). Alocado a isso, a vida acadêmica está associada a estressores psicossociais, pressão dos pais, medo do fracasso e exigências do mercado de trabalho (Höfs *et al.*, 2024). Dessa forma, é válido avaliar os antecessores do fenômeno, frente aos seus impactos no desempenho acadêmico e, conseqüentemente, no bem-estar do universitário (Todd; Mcilroy, 2025).

Dito isso, os primeiros estudos de Imes e Clance (1978) sinalizaram para uma maior vulnerabilidade do sexo feminino na vivência do impostorismo. Nesse viés, Diniz

*et al.*, (2023), ao analisarem um público formado por estudantes de medicina, constataram que essa relação com o sexo se mantém na contemporaneidade. A associação supracitada está relacionada à permanência do conservadorismo na sociedade atual, que promove condições para a manutenção da desigualdade de gênero, como salários inferiores para as mulheres, sendo um reflexo da falta de reconhecimento (Pákozdy *et al.*, 2024).

No entanto, Slank (2019) discute que na literatura não há um consenso quanto ao papel influenciador do gênero na prevalência do impostorismo. Sobre isso, nos estudos de Camara *et al.* (2022) não foram encontradas diferenças significativas entre homens e mulheres na vivência do impostorismo. Nesse viés, ao analisar a discordância, tornam-se importantes estudos que corroborem a análise do fenômeno entre os sexos, pois trata-se de um construto que reflete as estruturas sociais vigentes cabíveis de gerar sentimentos impostores (Pákozdy *et al.*, 2024). Dito isso, no contexto brasileiro, Monreal *et al.*, (2024) apontaram que as mulheres ainda se constituem como o grupo de maior vulnerabilidade para o fenômeno.

Alocado a isso, nota-se que no contexto universitário, o impostorismo está associado ao estabelecimento de padrões irreais, ou seja, ao perfeccionismo desadaptativo, podendo gerar sofrimento emocional significativo (Villwock *et al.*, 2016; Cokley *et al.*, 2017). Em adição, Mills *et al.* (2024) ao analisarem uma amostra composta por australianos, observaram que o traço perfeccionista, quando associado ao FI e a solidão, podem anteceder quadros de depressão, ansiedade e suicídio.

Frente ao citado, o perfeccionismo se constitui como um traço de personalidade que reúne cognições e emoções cabíveis de direcionar a percepção do indivíduo sobre si e os outros (Kahn *et al.*, 2023). Assim, trata-se uma análise crítica do próprio comportamento, relacionada ao ideal de perfeição na execução de metas (Barabadi; Khajavy, 2020). Dessa forma, o traço garante o estabelecimento de padrões elevados nas atividades que demandam desempenho (Soares *et al.*, 2020).

Nesse viés, características perfeccionistas podem estar associadas a bons resultados quando o indivíduo busca alcançar os objetivos estabelecidos (Burcaş; Creţu, 2021). Sobre isso, nota-se a presença de processos relacionados a autorregulação, autoeficácia e motivação em indivíduos perfeccionistas (Arias-Chávez *et al.*, 2020). No entanto, o traço também pode estar relacionado a comportamentos procrastinadores (Pinheiro *et al.*, 2024), generalização das falhas e consequentes impactos na identidade individual (Yosopov, 2020). Por fim, pode chegar a comportamentos suicidas (Liu *et al.*, 2024).

A divergência entre os resultados é fruto da subdivisão do traço em preocupações perfeccionistas (dimensão adaptativa) e discrepância (dimensão desadaptativa) (Stoeber *et al.*, 2020). Sobre isso, a vertente adaptativa está relacionada a padrões elevados, mas cabíveis de serem alcançados, ou seja, reais, enquanto a desadaptativa é guiada pelo estabelecimento de padrões inalcançáveis, tidos como irreais (Barabadi; Khajavy, 2020). Por consequência, Burcas e Cretu, (2021) discutem que a primeira é associada a consequências positivas e a segunda pode gerar desajustes psicológicos e comportamentais.

Dito isso, ao analisar um público de 283 universitários, obteve-se que perfeccionistas com padrões irreais tendem a vivenciar mais a ansiedade (Lamarre; Marcotte, 2021), além de serem mais suscetíveis a emoções negativas (Albuquerque *et al.*, 2023). Por consequência, verifica-se que os citados são mais vulneráveis a sintomas depressivos (Liu *et al.*, 2023). Dessa forma, ressalta-se que perfeccionistas desadaptativos apresentam maiores níveis de impostorismo e adotam uma percepção mais negativa sobre si (Soares *et al.*, 2021).

Nesse viés, um estudo feito com 261 universitários, apontou que as mulheres pontuam alto tanto no traço perfeccionismo quanto no impostorismo, sendo o gênero visto como um mediador entre as variáveis (Pákozdy *et al.*, 2024). Em acréscimo, ao analisar 550 formulários, observou-se que as mulheres tendem a adotar padrões mais perfeccionistas (Juhász *et al.*, 2025). No entanto, foi verificado que as mulheres perfeccionistas apresentam maior adesão a *mindfulness*, técnica psicológica ligada a atenção plena com evidências na diminuição da ansiedade (Lamarre; Marcotte, 2021).

Por fim, ressalta-se que estudos relacionados ao perfeccionismo em universitários são essenciais diante da relação com sintomas ansiosos e depressivos neste público (Levine *et al.*, 2023). Essas emoções negativas podem ser mediadas pela relação do traço com o impostorismo (Sheveleva; Permyakova; Kornienko, 2023). Dessa forma, a presente pesquisa tem por objetivo avaliar a relação entre o perfeccionismo e o fenômeno do impostor em universitários, além de analisar possíveis diferenças entre os sexos na vivência do traço perfeccionista e do impostorismo.

## 2. Metodologia

### 2.1 Participantes

Contou-se com uma amostra composta por 207 estudantes universitários do Nordeste brasileiro. Nesse viés, a maioria é composta por graduandos de Instituições Públicas (91,3%) e do sexo feminino (57,5%). Dentre os cursos, destacou-se psicologia (38,9%), seguida de fisioterapia (26,6%). Destaca-se ainda que as idades variaram entre 18 e 56 ( $M = 21,6$ ;  $DP = 4,21$ ). Por fim, é ressaltado aqui o caráter totalmente voluntário da participação.

### 2.2 Instrumentos

Short Almost Perfect Scale (SAPS). Foi criada por Rice *et al.* (2014) e adaptada para o Brasil por Coelho *et al.* (2021), é formada por oito itens que avaliam o perfeccionismo em dois fatores: desadaptativo, denominado Discrepância, e adaptativo, referido como Padrões Elevados. As respostas são obtidas por intermédio de uma escala do tipo *Likert* de sete pontos, que varia de 1 (Discordo fortemente) a 7 (Concordo fortemente).

Escala Clance do Fenômeno do Impostor (ECFI). Desenvolvida por Clance (1985) e adaptada para o Brasil por Bezerra *et al.* (2021), é formada por 20 itens capazes de avaliar os níveis do impostorismo vivenciados pelos indivíduos. A escala aborda sentimentos de inadequação, autodúvida e a crença de que as próprias conquistas não são merecidas, sendo atribuídas à sorte ou a fatores externos, como outras pessoas. As respostas são fornecidas por meio de uma escala *Likert* composta por cinco pontos, que variam de 1 (não me descreve) a 5 (me descreve totalmente).

Questionário Sociodemográfico. Tem por finalidade a caracterização da amostra utilizada no estudo, agrupando informações como gênero, idade, tipo de instituição, estado de residência, período acadêmico e rendimento médio dos participantes.

### 2.3 Procedimentos éticos

A coleta de informações foi realizada de maneira online, apresentando como público-alvo estudantes de Instituições de Ensino Superior do Brasil, com idade igual ou superior a 18 anos. Para tanto, foi utilizado um link contendo os instrumentos do

estudo e o questionário sociodemográfico, divulgado por intermédio das redes sociais (Instagram, Facebook, e-mail, entre outros). No recrutamento foi adotada a técnica "bola de neve", considerada eficaz para a formação da amostra (Ruiz-García *et al.*, 2019). A participação dos universitários foi formalizada por meio da concordância com o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, que explicitava os critérios de confidencialidade das informações. Ademais, frisa-se que o estudo, por se tratar de uma pesquisa com seres humanos, seguiu as diretrizes estabelecidas pelas Resoluções nº 466/12 e nº 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde. Em acréscimo, a pesquisa contou com a aprovação do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) de uma instituição pública da região Nordeste do Brasil (Parecer nº XXXX). Por fim, o período médio estimado para o preenchimento dos questionários foi de aproximadamente 15 minutos.

## 2.4 Análise de dados

A fim de atingir os objetivos da pesquisa foram realizadas análises estatísticas por meio do software *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS), versão 23. Dessa forma, inicialmente, conduziram-se análises de correlação e regressão para examinar a relação entre as variáveis e o papel preditor do impostorismo sobre os sintomas depressivos. Em seguida, foi realizado o teste *t* de Student com o objetivo de analisar possíveis distinções nos níveis do Fenômeno do Impostor e da Depressão entre os sexos (masculino e feminino). Para garantir maior robustez aos resultados, foram utilizados procedimentos de *bootstrapping* com 1.000 reamostragens e intervalo de confiança corrigido (IC BCa de 95%), pois considera possíveis desvios da normalidade na distribuição da amostra e diferenças entre os tamanhos dos grupos, além de fornecer um intervalo mais confiável para as médias (Haukoos; Lewis, 2005).

## 3. Resultados

A priori, observou-se a relação estatisticamente positiva entre o impostorismo e o perfeccionismo desadaptativo, com valor de correlação igual a 0,611 ( $p < 0,005$ ). Em contrapartida, não foram encontradas relações estatísticas entre o perfeccionismo adaptativo e o FI ( $p > 0,005$ ). Dessa forma, com a regressão foi constatado que o perfeccionismo desadaptativo foi capaz de prever 37% das características Impostoras [ $F(1) = 103,673$ ;  $p < 0,01$ ;  $R^2$  ajustado = 0,370].

Em acréscimo, o Teste T indicou diferenças estatisticamente significativas entre os sexos apenas para o perfeccionismo ( $p < 0,05$ ), sendo observado maiores níveis do traço no sexo feminino. Em contrapartida, o impostorismo não apresentou diferença estatística significativa entre os sexos, apesar do sexo feminino apresentar maior média no construto, conforme visualizado na Tabela 1.

**Tabela 1 - Resultados do teste de diferença nos níveis de Fenômeno do Impostor e Depressão entres os sexos masculino e feminino**

|                      |   | Escore   |           | Estatística do teste <i>t</i> (Bootstrapping sample) |           |          |                    |                 | IC da Diferença de Média (95%) |  |
|----------------------|---|----------|-----------|------------------------------------------------------|-----------|----------|--------------------|-----------------|--------------------------------|--|
|                      |   | <i>M</i> | <i>DP</i> | <i>t</i>                                             | <i>Gl</i> | <i>p</i> | Diferença de Média | Limite inferior | Limite superior                |  |
| Fenômeno do Impostor | M | 62,49    | 19,24     | -1,58                                                | 193       | 0,11     | -4,19              | -9,40           | -1,02                          |  |
|                      | F | 66,68    | 17,39     |                                                      |           |          |                    |                 |                                |  |

|                  |      |      |       |     |      |       |       |       |
|------------------|------|------|-------|-----|------|-------|-------|-------|
| Perfeccionismo M | 5,21 | 1,22 | -2,65 | 189 | 0,00 | -0,42 | -0,73 | -0,10 |
| Adaptativo F     | 5,63 | 0,97 |       |     |      |       |       |       |
| Perfeccionismo M | 4,49 | 1,47 | -2,63 | 184 | 0,00 | -0,57 | -0,99 | -0,14 |
| desadaptativo F  | 5,06 | 1,44 |       |     |      |       |       |       |

Nota: M= Sexo Masculino; F = Sexo Feminino; M = média dos escores; DP = desvio-padrão; t = estatística do teste t; GL = grau de liberdade; IC = Intervalo de Confiança.

#### 4. Discussão

O indivíduo com tendências impostoras apresenta dificuldade em internalizar as próprias conquistas, não atribuindo a si o mérito delas, pois não reconhece suas competências (Chakraverty, 2022). Esse fenômeno está muito presente nos contextos que demandam desempenho, como ambientes laborais e acadêmicos (Shin; Lytle, 2024). Nesse viés, torna-se especialmente problemática no contexto acadêmico, demarcado por um sistema de competição que coloca o universitário em pressão constante (Oliveira *et al.*, 2025).

Por consequência, na presença do fenômeno, o aluno está mais vulnerável ao processo de autossabotagem e comportamentos evitativos, como a evitação das responsabilidades acadêmicas (Zulfiqar; Abbasi, 2024). Além disso, associa-se a elevação do estresse e da ansiedade nesse público, podendo levar a sintomas depressivos (Magalhães; Marra, 2024) ou a evasão acadêmica (Maji; Shivhare; Kumar, 2025). Dessa forma, o presente estudo teve como objetivo avaliar a relação do fenômeno com variáveis sociodemográficas (sexo) e personalidade (perfeccionismo).

Logo, foi encontrada uma relação estatisticamente significativa entre a dimensão desadaptativa do traço perfeccionista e o impostorismo. Para além, com o aprofundamento desta relação, obteve-se que o perfeccionismo desadaptativo explica 37% do fenômeno. Nesse viés, Campos *et al.*, (2022) discutem que o impostorismo está associado a expectativas elevadas, em um contexto marcado pela comparação social e as cobranças acadêmicas. Portanto, os resultados da pesquisa são embasados pela literatura, sendo observado que a adoção de padrões irreais, característicos da dimensão desadaptativa do traço está associada a condutas impostoras (Cokley *et al.*, 2017). Por consequência, garante-se diminuição da autoestima, por meio da adoção de uma perspectiva mais negativa sobre si (Badawy *et al.*, 2018).

Nesse viés, ressalta-se a pertinência de avaliar os dois construtos citados no contexto acadêmico, pois sua relação é cabível de levar a ansiedade, depressão e, em casos mais graves, ao suicídio (Mills *et al.*, 2024). Dessa forma, para além da relação entre as variáveis, o atual estudo buscou avaliar se o FI e o Perfeccionismo se diferenciam estatisticamente entre os sexos. Logo, observou-se que se diferenciou apenas para o traço de personalidade, sendo mais presente no sexo feminino.

Sobre isso, Abreu (2018) discute sobre a Síndrome da Mulher Maravilha, estando relacionada a análise perfeita de múltiplas tarefas pelo sexo feminino, induzidas pelas pressões sociais externas da sociedade atual, que constantemente busca a perfeição. No contexto universitário, Pákozdy *et al.*, (2024) e Juhász *et al.*, (2025) também encontraram evidências que comprovam maior prevalência do perfeccionismo em universitárias.

Em complemento, Levine *et al.*, (2023) ressaltaram que o perfeccionismo atrelado a sentimentos impostores está associado a maiores níveis de sentimentos negativos. Dessa forma, esta pesquisa também averiguou se o impostorismo tem maior prevalência em um dos sexos. No entanto, não foram observadas diferenças

estatisticamente significativas, apesar das mulheres apresentarem maiores médias na escala.

Nesse viés, estudos corroboram a ideia ao observar que não há diferenças entre homens e mulheres na vivência do Fenômeno do Impostor (Camara *et al.*, 2022; Pákozdy, *et al.*, 2024; Silva *et al.*, 2023). Esses achados divergem dos estudos iniciais sobre o construto, que associaram diretamente os sentimentos impostores ao papel do gênero na sociedade em que se desenvolveu a ideia, sendo marcada pela falta de reconhecimento do sexo feminino (Clance; Imes, 1978). Sobre isso, Pakózdy *et al.* (2024) discutem sobre a permanência de uma conjuntura social regida por um sistema que ainda mantém a desigualdade salarial, os estigmas e a inferiorização da mulher.

Assim, ressalta-se que apesar da não diferença estatística entre os sexos, as mulheres ainda apresentam média maior que os homens na vivência do fenômeno. Dito isso, ao buscar na literatura, foram observados estudos que comprovam a diferença do gênero na vivência do impostorismo, como o de Monreal *et al.* (2024) que, ao analisarem estudantes de medicina brasileiros, observou-se maiores níveis de sentimentos impostores no sexo feminino. Portanto, observa-se que os estudos sobre o construto oscilam entre as mulheres com maior prevalência no fenômeno ou a não diferenciação entre os sexos na vivência do impostorismo (Bravata *et al.*, 2020).

De todo modo, o FI apresenta impactos diretos na saúde psicológica do universitário, reforçados pelo perfeccionismo desadaptativo, como abordado no presente estudo. Dessa forma, o presente estudo se mostra pertinente, sendo um possível contribuidor para análise dos construtos utilizados, garantindo informações adicionais que podem ser utilizadas em possíveis intervenções no contexto acadêmico. Logo, surge-se a criação de ambientes universitários mais saudáveis, de modo a diminuir a prevalência do fenômeno, garantindo a adoção de metas mais reais pelos alunos.

## 5. Considerações Finais

Apesar da discussão enriquecedora abordada durante o artigo, não são descartadas as limitações. Sobre elas, a amostra foi por conveniência (não probabilística), comprometendo a generalização dos dados. Dito isso, a maioria era composta pelo sexo feminino e alunos de Instituições de Ensino Superior Públicas, o que torna a amostra menos equilibrada. Por fim, os questionários trata-se de medidas de autorrelato, muito utilizadas nas ciências sociais, apesar de serem vulneráveis a desejabilidade social, podendo levar ao enviesamento das respostas (Medeiros *et al.*, 2024).

Diante do citado, sugere-se às pesquisas futuras o aumento da amostra, contando com a diversificação dos participantes, de modo a garantir maior representatividade da população brasileira. Alocado a isso, na amostragem é recomendado que os pesquisadores busquem equiparar a amostra. Assim, para estudos como o atual, amostras mais equilibradas quanto ao sexo podem fornecer resultados mais fiéis. Para finalizar, a partir das consequências dos construtos no bem-estar dos universitários, é primordial a expansão da temática, assegurando estudos que envolvem atitudes preventivas e interventivas para esse público.

## Referências

ABREU, R. Síndrome da Mulher Maravilha: Autodiagnóstico e Autossuperação. **Glasnost**, v. 3, n. 3, p. 48-54, 15 ago. 2018.

<https://conscious.org.br/glasnost/index.php/glasnost/article/view/47>

ALBUQUERQUE, A. B. *et al.* Síndrome do Impostor, Traços de Personalidade e Perfeccionismo em universitários: um estudo correlacional. **Revista CPAQV - Centro de Pesquisas Avançadas em Qualidade de Vida**, [s. l.], v. 15, n. 3, 2023. <https://revista.cpaqv.org/index.php/CPAQV/article/view/1351>.

ARIAS-CHÁVEZ, D. *et al.* Self-efficacy and academic procrastination: a study conducted in university students of metropolitan lima. **International Journal of Innovation, Creativity and Change**, v. 11, n. 10, p. 374-390, 2020.

<https://cris.continental.edu.pe/en/publications/self-efficacy-and-academic-procrastination-a-study-conducted-in-u>

BADAWY, R. L. *et al.* Are all impostors created equal? Exploring gender differences in the impostor phenomenon-performance link. **Personality and Individual Differences**, v. 131, p. 156-163, 2018.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886918302435>

BARABADI, E.; KHAJAVY, G. H. Perfectionism and foreign language achievement: The mediating role of emotions and achievement goals. **Studies in Educational Evaluation**, v. 65, p. 100874, 2020.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191491X2030122X>

BERNARD, D. L.; JONES, S. C. T.; VOLPE, V. V. Impostor phenomenon and psychological well-being: The moderating roles of John Henryism and school racial composition among Black college students. **Journal of Black Psychology**, v. 46, n. 2-3, p. 195-227, 2020.

<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/0095798420924529>

BEZERRA, M. L. O.; SIQUARA, G. M.; ABREU, J. N. S. Relação entre os pensamentos ruminativos e índices de ansiedade e depressão em estudantes de psicologia. **Revista Psicologia, Diversidade e Saúde**, v. 7, n. 2, p. 235-244, 2018.

<https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/1906>

BEZERRA, T. C. G. *et al.* Escala Clance do Fenômeno do Impostor: adaptação brasileira. **Psico-USF**, v. 26, p. 333-343, 2021.

<https://www.scielo.br/j/pusf/a/fKftCy3xJsDYyQyMF9D5VFh/>

BOLIGON, L.; MADUREIRA, E. M. P.; LISE, A. M. R. Síndrome do impostor e transtornos mentais comuns em acadêmicos de medicina no Brasil. **Revista Thêma et Scientia**, v. 13, n. 1E, p. 157-173, 2023.

<https://themaetscientia.fag.edu.br/index.php/RTES/article/view/1437>

BRAVATA, D. 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, dez. 2020. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11606-019-05364-1>

BURCAŞ, S.; CREȚU, R. Z. Multidimensional perfectionism and test anxiety: A meta-analytic review of two decades of research. **Educational Psychology Review**, v. 33, p. 249-273, 2021. <https://link.springer.com/article/10.1007/s10648-020-09531-3>

CAMARA, G. F. *et al.* Relationship between resilience and the impostor phenomenon among undergraduate medical students. **Journal of Medical Education and Curricular Development**, v. 9, p. 23821205221096105, 2022. <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/23821205221096105>

CAMPOS, I. F. S. *et al.* Síndrome do impostor e sua associação com depressão e burnout entre estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 46, n. 2, p. e068, jan. 2022. <https://www.scielo.br/j/rbem/a/4XDwkTgTyPCsjTV6FSQbz3k/?lang=pt>

CHAKRAVERTY, D. Faculty experiences of the impostor phenomenon in STEM fields. **CBE—Life Sciences Education**, v. 21, n. 4, p. ar84, 2022. <https://www.lifescied.org/doi/full/10.1187/cbe.21-10-0307>

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://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/15348431.2022.2125394>

CLANCE, P. R. **The Impostor Phenomenon: Overcoming The Fear That Haunts Your Success**. Atlanta: Peachtree Publishers, 1985.

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. <https://psycnet.apa.org/record/1979-26502-001>

COELHO, G. L. H. *et al.* Psychometric evidence of the short almost perfect scale (SAPS) in Brazil. **The Counseling Psychologist**, v. 49, n. 1, p. 6-32, 2021. <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/0011000020949146>

COKLEY, K. *et al.* Impostor feelings as a moderator and mediator of the relationship between perceived discrimination and mental health among racial/ethnic minority college students. **Journal of Counseling Psychology**, v. 64, n. 2, p. 141, 2017. <https://psycnet.apa.org/record/2017-09930-002>

DANTAS, L. M. G. L. *et al.* Sintomas depressivos em estudantes universitários: relações com variáveis sociodemográficas e fenômeno do impostor. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 8, n. 18, p. e082000, 2025. <https://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/2000>

DINIZ, M. L. C. S.; BEZERRA, T. C. G.; SOUSA, M. N. A. Nível de Síndrome do Impostor em estudantes de medicina. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 1, p. e11735, 2023. <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/11735>

FIMIANI, R. *et al.* Interpersonal guilt, impostor phenomenon, depression, and anxiety. **Psychology Hub**, v. 38, n. 2, p. 31-40, 2021.

[https://rosa.uniroma1.it/rosa04/psychology\\_hub/article/view/17528](https://rosa.uniroma1.it/rosa04/psychology_hub/article/view/17528)

HAUKOOS, J. S.; LEWIS, R. J. Advanced statistics: bootstrapping confidence intervals for statistics with “difficult” distributions. **Academic emergency medicine**, v. 12, n. 4, p. 360-365, 2005.

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1197/j.aem.2004.11.018>

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, p. e32020074, 2024.

<https://www.scielo.br/j/cadsc/a/cW8rVKxCWBRwJRCzvKF3Dhp/?lang=pt>

JUHÁSZ, T.; VARGA, E.; TÓTH, A. Examining the Phenomenon of Perfectionism at the Individual Level in Hungarian Education. **European Journal of Educational Research**, v. 14, n. 1, 2025. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.14.1.1>

KAHN, Jeffrey H. *et al.* Perfectionism, locus of control, and academic stress among college students. **Personality and Individual Differences**, v. 213, p. 112313, 2023.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886923002362>

LAMARRE, C.; MARCOTTE, D. Anxiety and dimensions of perfectionism in first year college students: The mediating role of mindfulness. **European Review of Applied Psychology**, v. 71, n. 6, p. 100633, 2021.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1162908821000116>

LEVINE, S. L.; TABRI, N.; MILYAVSKAYA, M. Trajectories of depression and anxiety symptoms over time in the transition to university: Their co-occurrence and the role of self-critical perfectionism. **Development and Psychopathology**, v. 35, n. 1, p. 345-356, 2023. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34632973/>

LIU, L. *et al.* Longitudinal impact of perfectionism on suicidal ideation among Chinese college students with perceived academic failure: The roles of rumination and depression. **Archives of suicide research**, v. 28, n. 3, p. 830-843, 2024.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13811118.2023.2237088>

LIU, L. *et al.* The relationship between perfectionism and depressive symptoms among Chinese college students: The mediating roles of self-compassion and impostor syndrome. **Current Psychology**, v. 42, n. 22, p. 18823-18831, 2023.

<https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-022-03036-8>

MAGALHÃES, T. S.; MARRA, A. V. Estresse universitário e vivências acadêmicas: uma revisão sistemática. **Educação: Teoria e Prática**, v. 34, n. 67, 2024.

[http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981-81062024000100105&script=sci\\_arttext](http://educa.fcc.org.br/scielo.php?pid=S1981-81062024000100105&script=sci_arttext)

MAJI, S.; SHIVHARE, V.; KUMAR, Y. Imposter Phenomenon, Social Comparison Orientation, and Mental Health: A Study of High-Achieving Indian College Students.

**Roeper Review**, v. 47, n. 1, p. 47-59, 2025.

<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/02783193.2024.2420356>

MEDEIROS, E. D. *et al.* Mental Toughness Scale: evidências psicométricas em universitários brasileiros. **Boletim De Conjuntura (BOCA)**, v. 18, n. 54, p. 495-514, 2024. <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/5076>

MILLS, L. *et al.* A study into the mental health of PhD students in Australia: investigating the determinants of depression, anxiety, and suicidality. **Scientific Reports**, v. 14, n. 1, p. 22636, 2024. <https://www.nature.com/articles/s41598-024-72661-z>

MONREAL, C. G. P. *et al.* Fenômeno do impostor e sua relação com depressão e ansiedade em acadêmicos de medicina. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 24, n. 4, p. e15235-e15235, 2024. <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/15235>

OLIVEIRA, Í. C. *et al.* Fatores associados à depressão em estudantes universitários: uma revisão sistemática da literatura. **Contribuciones a las Ciencias Sociales**, v. 18, n. 2, p. 34, 2025. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=10109953>

OLIVEIRA, M. P. *et al.* Prevalência de depressão entre estudantes de Medicina em universidade de Goiás. **Revista brasileira de educação médica**, v. 48, n. 2, p. e045, 2024. <https://www.scielo.br/j/rbem/a/kM4fb9cc6ggs8VpwJ8TpfyC/>

PÁKOZDY, C. *et al.* The imposter phenomenon and its relationship with self-efficacy, perfectionism and happiness in university students. **Current Psychology**, v. 43, n. 6, p. 5153-5162, 2024. <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-023-04672-4>

PINHEIRO, M. C. *et al.* O Perfeccionismo e a Autoeficácia Acadêmica como Preditores da Procrastinação. **Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica**, v. 3, n. 73, p. 105-122, 2024. <https://www.aidep.org/sites/default/files/2024-09/RIDEP73-Art8.pdf>

RICE, K. G.; RICHARDSON, C. M. E.; TUELLER, S. The short form of the revised almost perfect scale. **Journal of personality assessment**, v. 96, n. 3, p. 368-379, 2014. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00223891.2013.838172>

RUIZ-GARCÍA, A. *et al.* Adaptación y validación al español del Cuestionario de Ansiedad por Separación en el Adulto (ASA-27). **Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación-e Avaliação Psicológica**, v. 4, n. 53, 2019. <https://www.redalyc.org/journal/4596/459661297013/html/>

SHEVELEVA, M. S.; PERMYAKOVA, T. M.; KORNIENKO, D. S. Perfectionism, the impostor phenomenon, self-esteem, and personality traits among Russian college students. **Psychology in Russia: State of the art**, v. 16, n. 3, p. 132-148, 2023. <https://cyberleninka.ru/article/n/perfectionism-the-impostor-phenomenon-self-esteem-and-personality-traits-among-russian-college-students>

SHIN, J., LYTLE, A. The roles of impostorism and academic help-seeking in undergraduate students' sense of belonging and college completion intention. **Social Psychology of Education**, v. 27, n. 5, p. 2589-2602, 2024.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11218-024-09925-z>

SILVA, P. G. N. *et al.* Fenômeno do impostor em universitários: Contribuições de variáveis demográficas e da personalidade. **Revista Portuguesa De Investigação Comportamental e Social**, v. 9, n. 2, p. 1-20, 2023.  
<https://rpics.ismt.pt/index.php/ISMT/article/view/306>

SLANK, S. Rethinking the impostor phenomenon. **Ethical Theory and Moral Practice**, v. 22, n. 1, p. 205-218, 2019.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s10677-019-09984-8>

SOARES, F. H. R. *et al.* Adaptação e validação da escala de perfeccionismo Almost Perfect Scale–Revised para o português brasileiro. **Revista Avaliação Psicológica**, Campinas, v. 19, n. 3, p. 310-321, set. 2020.  
[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1677-04712020000300010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712020000300010&lng=pt&nrm=iso)

SOARES, A. K. S.; NASCIMENTO, E. F.; CAVALCANTI, T. M. Fenômeno do impostor e perfeccionismo: Avaliando o papel mediador da autoestima. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 21, n. 1, p. 116-135, 2021.  
<https://www.redalyc.org/journal/4518/451870070007/451870070007.pdf>

STOEBER, J.; MADIGAN, D. J.; GONIDIS, L. Perfectionism is adaptive and maladaptive, but what's the combined effect?. **Personality and Individual Differences**, v. 161, p. 109846, 2020.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886920300362>

TODD, V. J.; MCILROY, D. Construction and initial validation of an academic impostor syndrome measure. **Current Psychology**, p. 1-13, 2025.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-025-07499-3>

VILLWOCK, J. A. *et al.* Impostor syndrome and burnout among American medical students: a pilot study. **International Journal of Medical Education**, v. 7, p. 364, out. 2016. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5116369/>

YOSOPOV, L. **The relationship between perfectionism and procrastination: Examining trait and cognitive conceptualizations, and the mediating roles of fear of failure and overgeneralization of failure.** Canadá, 2020. Dissertação de Mestrado. The University of Western Ontario. <https://ir.lib.uwo.ca/etd/7267>

ZULFIQAR, N.; ABBASI, T. Mediating Role of Test Anxiety in Association Between Impostor Phenomenon and Perfectionism among High-Achieving Students. **Journal of Advanced Academics**, v. 35, n. 4, p. 698-717, out. 2024.  
<https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1932202X241281782>