
ARTICULO DE REVISIÓN

El síndrome del impostor en relación con la enseñanza: limitantes, factores y consecuencias para alcanzar un aprendizaje integral.

The imposter syndrome in relation to teaching: limitations, factors and consequences to achieve comprehensive learning.

Christian Rafael Quevedo Lezama

Centro de Altos Estudios Nacionales

<https://orcid.org/0000-0002-5216-7895>

Recibido: 07/07/2023

Revisado: 04/08/2023

Aceptado: 22/08/2023

Publicado: 30/09/2023

Correspondencia:

Correo electrónico: 41325016@caen.edu.pe



Resumen

En el proceso de enseñanza - aprendizaje intervienen diversos elementos que pueden ocasionar la práctica óptima o deficiente, lo cual, es determinante en los resultados, debido a ello, es importante reconocer estos factores para emplearlos de manera apropiada, sin embargo, muchas veces estos no son identificados, generando complicaciones que afectan a los actores del proceso.

El objetivo de esta investigación es describir la problemática relacionada con el síndrome del impostor, sus características, los factores que influyen en su incidencia y las consecuencias que produce en el proceso de aprendizaje integral. La metodología utilizada corresponde a un artículo de revisión que incluyó una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicas, la selección de estudios relevantes y un análisis de los mismos.

Se identificaron las limitaciones del síndrome del impostor en la enseñanza y sus consecuencias para el aprendizaje integral. Los resultados muestran que el síndrome del impostor tiene una marcada incidencia en relación al género de la persona, siendo más recurrente cuando se trata del origen étnico, especialmente en casos de discriminación y estereotipos. Además, se observó que el síndrome se desarrolla con mayor facilidad en escenarios de competitividad y comparación de logros, lo que puede generar mayores niveles de estrés y ansiedad.

En conclusión, el síndrome del impostor afecta el rendimiento del estudiante, por lo que es fundamental que el profesional docente, a través de un análisis, pueda identificar sus efectos y ayudar a sus estudiantes a evitar sus consecuencias negativas. Por otra parte, dado que existen diferentes tipos de síndrome del impostor, dependiendo de cómo el individuo percibe su entorno, se deben implementar métodos específicos para abordar cada caso y obtener resultados favorables.

Palabras clave: Síndrome del impostor, enseñanza, educación, desconfianza, capacidades.

Abstract

In the teaching-learning process, various elements intervene that can cause optimal or deficient practice, which is decisive in the results, due to this, it is important to recognize these factors to use them appropriately, however, many times these are not identified, that evolve that refer to the actors of the process. The objective of this research is to describe the problems related to the impostor syndrome, characteristics, factors that influence its incidence and the consequences that occur in the comprehensive learning process. The methodology corresponds to a review article that included an exhaustive search in academic databases, the selection of relevant studies and their analysis. The limitations of the impostor syndrome in teaching and its consequences for comprehensive learning were identified. The results show that the impostor syndrome has a marked incidence in relation to the gender of the person, and is more recurrent when it comes to ethnic origin and in special cases of discrimination and stereotypes. When there are scenarios of competitiveness and comparison of achievements, it is when the syndrome develops more easily and higher levels of stress and anxiety can be observed. In conclusion, the impostor syndrome affects student performance, so it is essential that the teaching professional, through an analysis, can identify its effects and help their students avoid its consequences. On the other hand, since there are different types of Impostor Syndrome according to how the individual perceives their environment, methods must be implemented to be applied according to the needs of each one in order to obtain favorable results.

Keywords: Imposter syndrome, teaching, education, distrust, abilities.

Introducción

La enseñanza hoy en día es una de las actividades que ha tenido considerable protagonismo dentro del desarrollo de la sociedad, debido al rol esencial que desempeña, brindando la posibilidad de adaptación del individuo al entorno con el que se relaciona, asimismo, dotándolo de capacidades que le permitan contribuir con el crecimiento de la misma, logrando obtener un crecimiento sostenible en el tiempo.

Es importante precisar que en el contexto educativo, específicamente en el proceso de enseñanza – aprendizaje intervienen diferentes factores y agentes que podrían generar variación en los resultados del ejercicio, es por ello que, para su optimización, se debe mantener una aplicación adecuada en cuanto metodologías, direccionamiento a la calidad y fomentación de un aprendizaje homogéneo en los estudiantes por parte de los educadores; sin embargo, para que esto sea posible, se debe realizar un análisis minucioso que permita reconocer cuáles son los problemas que se encuentran presentes dentro del aula, pero este es un proceso deliberadamente complejo, dado que para lograr identificarlos se debería evaluar tanto el rendimiento del docente como el del estudiante de manera individual.

Cabe mencionar que el proceso de enseñanza es integral, es decir, que son diversos los elementos que el docente debe considerar para realizar su actividad oportunamente y obtener resultados positivos. Martínez (2015) explicó que parte importante de la aplicación práctica del docente proviene de la formación básica incluyendo todos los conocimientos y valores hasta su formación profesional, solidificando sus fundamentos y prácticas pedagógicas, asimismo, Almeida et al. (2023) señalan que algunos problemas autolimitantes están relacionados con la incapacidad de cumplir con estándares de logro “autoimpuestos”, lo que puede llevar al individuo a sufrir angustia psicológica, emocional y trastornos graves de salud mental. Por su parte, Flores, Álvarez y Porta (2013), explicaron que el factor moral tiene un rol importante para el buen desempeño de la educación, relacionándose directamente con actitudes y conductas morales que implican la enseñanza más allá de estrategias y técnicas, sino centrándose en el resultado final y en la calidad brindada, asimismo, Alvarado, Luyando y Picasso (2015) señalaron que el proceso educativo debe enfocarse en instruir contenido de calidad que resulte útil para el estudiante, además de emplear metodologías que viabilicen el aprendizaje facilitado, de esta manera, que el estudiante puede desarrollar nuevas capacidades y cumplir exitosamente con el objetivo de la enseñanza.

Según Soares et al. (2021), el síndrome del impostor tiene un impacto significativo en la salud mental en diversos aspectos, ya que los afectados generalmente experimentan una reducción en el nivel de calidad de vida y bienestar. Esto los imposibilita para atender inquietudes y dudas personales, además de manifestar niveles más altos de ansiedad y depresión en comparación con personas con bajos niveles de impostorismo.

Debido a ello se puede observar que en el ejercicio educacional se debe considerar la calidad, además de aplicar las metodologías y herramientas que permitan concretar este aspecto, de esta manera se logrará acoplar nuevas destrezas en los estudiantes, a través de las buenas prácticas de enseñanza instruidas por los docentes.

Por otro lado, en el proceso de enseñanza, se puede observar estudiantes que pueden encontrarse con limitaciones que afectan incluso actividades básicas como la lectura y escritura, los cuales, requieren ser identificados rápidamente para ser atendidas (Molano y Polanco, 2018). Entre las limitaciones más frecuentes se encuentran la dislexia, disgrafía o déficit de atención, las cuales generan complicaciones considerables que impiden que el educando pueda mantener el ritmo de aprendizaje al igual que el resto del grupo (Avaria y Kleinsteuber, 2014). Sin embargo, existen otras deficiencias que no son regularmente reconocidas, como las que afectan al comportamiento, específicamente situándose en bajas expectativas relacionadas al rendimiento y la proyección de logro, siendo característico del síndrome del impostor (Fernández y Bermúdez, 2015). El cual se observó por primera vez en 1978 por las psicólogas Pauline Clance y Suzanne Imes, haciendo referencia a una manifestación psicológica que promueve la fraudulencia o sabotaje intelectual a sí mismo (Wilkinson, Silverio y Wilkinson, 2020).

Las dificultades reconocidas por el docente en el estudiante deben ser tratadas de una manera distintiva y particular, dado que estas producen limitaciones que no permite que el educando pueda desenvolverse adecuadamente y desarrollarse al mismo nivel que el grupo.

Este tipo de problemas de aprendizaje que se pueden reconocer dentro de los centros educativos, afectan el desarrollo de los estudiantes dentro de su proceso cognitivo, creando un entorno negativo que no les permita un crecimiento progresivo (Avaria y Kleinsteuber, 2014). Entre estos se encuentra el síndrome del impostor, conceptualizándose como un fenómeno psicológico que se fundamenta en el “fraude” intelectual, donde el individuo cuestiona en reiteradas veces la obtención de sus logros, por otro lado, existe también el pensamiento relacionado con la suerte, donde se considera que los logros fueron obtenidos mediante esta, considerándola como efímera y momentánea (Wikilson, 2020) asimismo, comprende una

proyección de logro minimizada por el propio individuo en función de su falta de confianza (Fernández y Bermúdez, 2015).

Estas actitudes generan una barrera para el desarrollo del estudiante y la práctica profesional, ocasionando severos problemas en su confianza, de tal manera que el individuo poco a poco genere la pérdida de la motivación y el desarrollo académico, perdiendo posibles oportunidades y volviéndose menos competitivo, ocasionando indirectamente una autolimitación.

Por otro lado, para Anderson (2016) estas manifestaciones han sido cuestionadas, con respecto a si realmente su existencia era independiente o solo formaba parte del proceso de adaptación hacia el éxito, que muchas personas experimentan a través de un temor justificado por los cambios que conlleva pero que se extinguirán gradualmente, citado por (Wilkinson, 2020). A pesar de que en la actualidad existe evidencia, este padecimiento aún es cuestionado respecto a su existencia y también se minimiza considerándolo como una parte normal del camino al éxito.

El cuestionamiento en cuanto a su veracidad, suele tener cierto nivel de credibilidad, porque forma parte de las acciones que algunas personas toman ante cualquier situación desconocida o al verse expuestas públicamente, empero, existen ocasiones donde los individuos no logran superar este tipo de situación, presentando una barrera inquebrantable para su desarrollo y sus capacidades, en este sentido, este síndrome debe ser tratado como cualquier otro, ya que, de lo contrario y dependiendo del nivel de gravedad que este alcance, generará una situación de inestabilidad o estancamiento en la vida estudiantil o profesional de la persona.

Desde otro punto de vista, para Leonhardt, Bechtoldt, y Rohrmann (2017) el síndrome se manifiesta en personas que no aceptan realmente sus capacidades y que regularmente atribuyen su éxito a diversos factores ajenos, a pesar de que los resultados sean parte de su esfuerzo y habilidades, posición que toman siempre en todos los resultados que auguran éxito. Asimismo, Parkman (2016) indica que es importante tener en cuenta que muchos profesionales pueden identificarse en cierta medida con los sentimientos de las personas que sufren del síndrome del impostor, sin embargo, eso no define que el individuo lo padezca, dado que la diferencia se encuentra en que estos son perennes. Por otra parte, Almeida et al. (2023) han señalado que el síndrome del impostor se sustenta en diversos factores, como el miedo al fracaso, el hecho de compararse continuamente con otras personas y la búsqueda de la perfección. Además, ha invadido sectores de la vida como el empresarial y el tecnológico, convirtiéndose en una suerte de "epidemia" que se ha propagado y abarcado áreas de la vida humana que son vulnerables.

En la actualidad, existe un número de profesionales que padecen este síndrome, el cual se manifiesta como un sentimiento de insuficiencia e insatisfacción. Este sentimiento afecta la percepción de todos los resultados, incluso los buenos, considerándolos como insignificantes o atribuyéndolos únicamente a la suerte. Por esta razón, cualquier esfuerzo y logro obtenido por una persona que sufre del síndrome del impostor no son valorados (Almeida et al., 2023).

De acuerdo a ello, se puede precisar que no se trataría de un fenómeno temporal, ya que este puede acentuar los sentimientos de miedo, falta de confianza y fracaso a lo largo de la vida del individuo, lo que, a diferencia de eventos pasajeros, podría ocasionar considerables perjuicios.

Por otro lado, es importante mencionar que la existencia de este síndrome debe ser considerada por los docentes tanto para identificarlo en sus estudiantes como en su vida profesional, pero existen dificultades para poder reconocerlos, dado que puede confundirse con cuadros de estrés o ansiedad, de esta manera, se puede inducir a un posible desinterés, en estas situaciones, sería ideal que se observe al estudiante para comprender las causas que hicieron surgir a este tipo de situación, ya que puede ser proveniente del propio entorno que genera inseguridad o formar parte intrínseca de la persona.

Al reconocerse la problemática, esta se puede tratar de la forma más conveniente posible a través de la aplicación de metodologías, con el objetivo de promover la motivación del individuo, para ello, los docentes deben encontrarse capacitados y la institución educativa debe contar con un plan idóneo para tratar situaciones irregulares dentro del estudiantado, además de promover en el currículo escolar asignaturas que establezcan los cimientos necesarios para el fortalecimiento de la confianza y motivación de los estudiantes, es importante reconocer que para que exista una educación idónea, el docente y los estudiantes deben encontrarse en una situación regular, es decir, sin elementos que obstruyan su proceso de enseñanza - aprendizaje, de manera que les permita llevar con regularidad su desarrollo académico.

Como se observó, el síndrome del impostor altera el aprendizaje en el estudiante, lo cual es una problemática presente dentro de los centros de estudio, debido a ello, es necesaria la intervención temprana del docente de manera que se pueda atender a tiempo y así revertir los resultados.

Según Neureiter y Traut (2016), el síndrome del impostor aniquila la motivación para tomar decisiones. Una vez que los estudiantes han culminado sus estudios, les resulta difícil escoger un área profesional donde continuar su crecimiento académico debido a que no se sienten aptos para desempeñarse en ella, lo que afecta negativamente el desarrollo de su carrera. Aquellos

que padecen este síndrome experimentan un alto miedo al fracaso y una considerable baja autoestima, aspectos que están directamente relacionados con el desempeño del estudiante y que le limitan para alcanzar sus metas. A medida que el temor los invade, los sentimientos de impostor aumentan, lo que los conduce a una autopercepción de incapacidad intelectual.

En el desarrollo del presente se describirá la problemática relacionada al síndrome del impostor, características, factores que influyen en su incidencia y las consecuencias que se produce en el proceso de aprendizaje integral.

Desarrollo

Un breve repaso sobre el surgimiento del síndrome del impostor

Como se mencionó, el término síndrome del impostor fue empleado por primera vez por las psicólogas Pauline Clance y Suzanne Imes en el año de 1978 para describir los rasgos y comportamientos de un grupo de mujeres de alto rendimiento que luchaban por internalizar su éxito, estas mujeres describieron sentimientos de fraude porque no atribuyeron su éxito a sus propias habilidades a pesar de muchos logros y elogios (García et al, 2021). Es allí donde se obtiene la percepción de que los impostores se ven a sí mismos como indignos antes los elogios que reciben, debido a que no creen que se hayan ganado tal reconocimiento en base a sus capacidades, lo que les causa niveles elevados de ansiedad y estrés (Wilkinson, 2020). Debido a que este síndrome fue diagnosticado por primera vez a mujeres se creó la percepción de que estas eran más propensas a padecerlo, sin embargo, diversos estudios posteriores revelan que se da de igual manera tanto en hombres como en mujeres (Clark, Vardeman y Barbar, 2014).

Posteriormente el síndrome del impostor fue documentado por diversos autores, entre ellos se encuentran Hutchins y Rainbolt (2017) y Parkman (2016) quienes realizaron sus investigaciones enfocadas en establecer la incidencia y el impacto de este fenómeno. Por otro lado, está Wilkinson (2020), quien elaboró un estudio donde utilizó un enfoque autoetnográfico para centrarse en las experiencias vividas del síndrome del impostor. Por ende, se evidencia a partir de las investigaciones mencionadas que el síndrome del impostor es una problemática relevante para diversas áreas de estudio, identificar como este afecta la vida de las personas que lo padecen es fundamental para entender que tan perjudicial puede ser para el afectado o a que nivel puede escalar.

Desde sus inicios, el síndrome del impostor se ha mostrado como un elemento que afecta la seguridad y omite el reconocimiento del esfuerzo individual, al margen de que se haya

reconocido inicialmente en mujeres, este no escatima género, por lo contrario, se fundamenta en el aspecto psicológico del individuo, donde existe relación con la distorsión de la auto percepción.

Causas del Síndrome del Impostor

Para la aparición del síndrome del impostor existen algunos componentes que permiten que este pueda proliferar, para Arleo et al (2021), Gabsby (2020) y Dudau (2014) señalaron que las principales causas son:

- Baja autoestima.
- Malas experiencias del pasado.
- Falta de confianza.
- Pertenecer a grupos de riesgo o minorías.
- Exposición a comparaciones.
- Haber recibido críticas por largo tiempo de su vida.
- Perfeccionismo.

Son múltiples las causas que pueden ocasionar el síndrome, sin embargo, las mencionadas son las más recurrentes.

Principales síntomas

Para Chandra et al. (2019) las características del síndrome del impostor son una fuerte asociación con la angustia psicológica general, la ansiedad y la depresión, Burnout (agotamiento emocional, despersonalización y reducción de los logros personales) Agotamiento físico y exceso de trabajo, evitación de tareas con gran protagonismo y visibilidad, una mentalidad fija y finalmente el rechazo de comentarios positivos, concretándose una personalidad temerosa y sin expectativas de mejora, sino por lo contrario, ser poco visible ante los demás, durante el proceso de enseñanza, el síndrome del impostor puede ser uno de las problemáticas que se conforme como una de las principales barreras para el aprendizaje, por lo cual, es importante reconocer cuales son los síntomas que este muestra y de esta manera poder identificarlo de manera temprana y así poder realizar los procedimientos necesarios. Gabsby (2020), y Bravata et al (2019) que los principales síntomas son:

- Incapacidad de valoración de habilidades y competencias propias.
- Atribuir el éxito a factores elementos externos.
- Autocrítica constante al trabajo propio.
- Miedo a no encontrarse dentro de las expectativas.
- Autosabotearse.
- Plantearse objetivos elevados de manera exagerada.
- Depresión.
- Ansiedad.
- Tristeza.
- Temor a que sea observado como fraude.
- Insatisfacción constate.

Los mencionados son los síntomas preponderantes de este trastorno, a los cuales el docente en su ejercicio educacional debe prestar atención de manera que pueda identificarlos, tratarlos y así lograr mejorar las condiciones para el aprendizaje del estudiante.

¿Cómo afecta el síndrome del impostor a los principales protagonistas en el proceso de enseñanza?

Para Arleo et al., (2021) el síndrome del impostor produce un sentimiento de insuficiencia y desconfianza que puede provocar agotamiento, depresión y ansiedad, por otra parte, en un enfoque académico, la incapacidad de percibir el éxito propio y la sensación de falsedad o simplemente el pensar que nunca se está a la altura es una realidad que viven tanto docentes como estudiantes, lo cual termina afectando en gran medida el proceso de enseñanza (Parkman, 2016). Debido a ello el desempeño es uno de los aspectos que puede verse considerablemente afectado por el síndrome del impostor, asimismo, Živković (2021), explicó que el fenómeno se presenta en casos de profesionales que al ver afectado su desempeño optan por una segunda carrera, donde el individuo puede experimentar sensaciones como el no cumplir con las expectativas en ninguna de sus profesiones, de tal manera que se incrementa un posible temor al fracaso, sin embargo, esto no indica que pueda ser específicamente el síndrome del impostor,

sino, podría hacer referencia a la intervención de otros elementos como la autoincapacidad, autoestima y procrastinación.

Muchos profesionales experimentan el síndrome del impostor, entre los que se puede encontrar a los docentes, es importante mencionar que la presencia de este síndrome en los maestros puede ser sumamente perjudicial, dado que no solo limita la capacidad del profesional, sino que influye negativamente sobre el aprendizaje de sus estudiantes.

En adición, es necesario precisar que otro de los factores está relacionado a que en la mayoría de instituciones académicas los estudiantes se desenvuelven en un ambiente competitivo en el cual pueden ser parte de constantes comparaciones, ocasionando inseguridades, las que al ser constantes podrían dar inicio al surgimiento del síndrome del impostor, por otro lado, un escenario similar ocurre con los docentes, por lo general, en los docentes con poco tiempo de egresados, las inseguridades respecto a los nuevos retos podrían ser normales, pero si logran prolongarse y hacerse frecuentes a medida que se asumen nuevos roles lograrían dar señales del síndrome, esto se da con mayor frecuencia en los primeros trabajos debido a la poca o nula experiencia.

Asimismo, debido a las características peculiares y miedos que surgen del síndrome del impostor, se cree que los estudiantes con altos niveles de desconfianza pueden manifestar cambios en su conducta académica, como evitar juicios críticos y realizar auto sabotajes con el fin de generar una auto-incapacidad y así justificar sus fracasos (Meurer y Costa, 2020). Adicionalmente, Chandra et al. (2019) mencionaron que las características del síndrome del impostor presentan una fuerte asociación con la angustia psicológica general, la ansiedad, la depresión, Burnout, agotamiento físico y exceso de trabajo, evitación de tareas con gran protagonismo, una mentalidad fija y finalmente el rechazo de comentarios positivos, concretándose una personalidad temerosa y sin expectativas de mejora, logrando ser poco visible ante los demás. Consecuentemente Arleo et al (2021), mencionaron que los estudiantes que presenten el síndrome pueden incluso llegar a perder la continuidad de los estudios dada la presión percibida.

En este sentido, un educando que padece de este síndrome, a pesar de que posiblemente ha alcanzado logros, puede presentar sentimientos tan agudos que no le permitirá avanzar perjudicando considerablemente su desempeño y posiblemente impidiendo culminar sus estudios.

El Síndrome del impostor puede generar complicaciones en ambos participantes del proceso de enseñanza – aprendizaje, en el caso del docente, puede ocasionar limitaciones en su línea de crecimiento profesional, disminuir su desempeño y como resultado de ello, se puede ver afectado el estudiante, asimismo, si el estudiante padece del síndrome, este puede encontrarse desmotivado o con un rendimiento bajo, en ambos casos se debe identificar la problemática de manera que se pueda implementar rápidamente asistencia que permita mejorar su estado.

En función de lo mencionado, se puede decir que este síndrome puede convertirse en un problema sumamente complejo llegando a afectar diferentes aspectos de la vida de un individuo, lo cual exige la contextualización que permita comprender el fenómeno y generar un tratamiento para el mismo, además es indispensable en el campo pedagógico que los elementos participantes del proceso se encuentren en condiciones óptimas para obtener resultados eficientes.

Síndrome del impostor en la educación Superior

Parkman (2016), señaló que si bien muchos perciben el campus universitario como un oasis de tranquilidad donde las comunidades intelectuales se esfuerzan por buscar y compartir conocimientos en un entorno de apoyo, la realidad en la mayoría de los casos es marcadamente diferente debido a que factores como el aislamiento académico, la competitividad agresiva, el nacionalismo disciplinario, la falta de tutoría y la valoración del producto sobre el proceso tienen sus raíces en la cultura universitaria. Asimismo, Hutchins (2015) indicó que el entorno laboral actual en la educación superior y los rasgos de personalidad de quienes se sienten atraídos por él, se alinean estrechamente con factores que contribuyen al desarrollo de tendencias impostoras, el trastorno del impostor se ve con mayor frecuencia en quienes tienen títulos avanzados, aquellos que tienen los rasgos de conciencia, orientación al logro, expectativas perfeccionistas y personas que trabajan en ocupaciones altamente competitivas y estresantes. Por otro lado, Fraenza (2016) señaló que la exposición a constantes exigencias produce altos niveles de ansiedad que suele limitar el desempeño.

En la educación superior es frecuente el síndrome del impostor, dado que los estudiantes se preparan para afrontar la vida laboral y los retos que esta trae consigo. Esto evidencia que, dentro de las universidades, tanto los estudiantes como los profesores son particularmente susceptibles a los sentimientos de autolimitación, debido a la serie de factores que generan presión sobre los mismos influyendo en sus capacidades y desempeño. Asimismo, es común que las eventualidades que rodeen al individuo pueden perjudicar considerablemente su

desarrollo académico o profesional, como las comparaciones que provengan del docente, jefe, el mismo grupo o incluso desde el propio individuo, esto puede generar diversos cuadros de desconfianza y ansiedad, generando miedos que pueden hacer retroceder su aprendizaje y evitar ser visto por los demás.

En efecto, la etapa de la educación universitaria genera un cambio importante para los estudiantes, es allí donde afrontan un entorno más real, dado que es precisamente el proceso que les dará como resultado la obtención de una carrera profesional, la cual dará inicio a su vida laboral, sin embargo, por los diversos retos y responsabilidad que esta comprende, estos suelen tener cierto grado de temor, estrés o sensación de incapacidad respecto a lo que les depara el futuro, empero, esto es natural, el temor a los nuevo es habitual en los seres humanos, debido a ello, es importante estar al tanto de la duración de estas sensaciones, dado que si se mantienen constantes durante largo plazo, puede ser señal de una anomalía.

Síndrome del impostor en la educación básica

Existen estudios que demuestran que la manera en que los seres humanos son criados será un factor determinante para promover el síndrome del impostor. Por tal motivo, es fundamental establecer hábitos de crianza saludables, ya que estos están directamente relacionados con el desarrollo de sentimientos impostores (Do Nascimento, 2022). La forma en que los padres socializan con sus hijos, la relación con su entorno social y la orientación que se les brinda para enfrentar pequeños desafíos de la vida cotidiana marcará la etapa de la niñez y determinará su capacidad para enfrentar este fenómeno. En esta etapa, es más fácil abordar cualquier anomalía, pero si se permite que perdure con el tiempo, crecerá la sensación de incapacidad y se correrá el riesgo de que se extienda, acentuándose y perjudicando la salud mental del individuo (Do Nascimento, 2022).

En el caso de la etapa adolescente, Almeida et al. (2020) mencionan que es la fase más difícil que experimentan los seres humanos debido a los intensos cambios que se presentan en su desarrollo mental y físico. Es muy probable que surjan sentimientos limitantes, temores, baja autoestima, desconfianza y poca valoración de sus capacidades. Así es como se presentan las primeras manifestaciones del síndrome del impostor.

En adición, Faulkner (2015) mencionó que la autoestima, la confusión de autoconcepto, la baja autoeficacia, el externalismo, la dificultad con el cumplimiento de altos estándares autoimpuestos y la ansiedad social, son elementos que tiene un rol importante con respecto al síndrome del impostor, dado que afectan el desenvolvimiento y distorsionan la autopercepción.

Durante el periodo de educación básica, las dificultades que el estudiante afronta, propias de su edad, son las que pueden promover la generación del síndrome del impostor, sin embargo, existen elementos que pueden contribuir de manera bivalente al estudiante, entre estos se encuentran el rol de los padres y docentes, dado que pueden contribuir identificando las problemáticas mencionadas y buscar los medios para afianzar su confianza.

Por otro lado, a largo del desarrollo personal existen diversos elementos que pueden alterar la confianza y ocasionar distorsiones de autopercepción, por lo cual, es parte importante de la actividad docente, poder reconocer ciertos rasgos como la baja autoestima que en muchas ocasiones son omitidos debido a centrarse en el aspecto cognitivo, sin embargo, desde un enfoque psicopedagógico pueden representar los cimientos de una problemática académica que incluso puede escalar a diversos aspectos de la vida del individuo. La desconfianza sobre las capacidades, no necesariamente provienen del entorno del individuo, sino que pueden formar parte de su percepción o personalidad, en estos casos es mayor la probabilidad de que este pueda perjudicar su desarrollo, pero no precisamente el síndrome del impostor es la única barrera existente, sino que existen otros aspectos de tipo psicológicos que pueden ocasionar dificultades, debido a ello, el docente debe estar capacitado para lograr diferenciarlas.

Es así que se puede observar que en las diferentes etapas del proceso educativo puede manifestarse el síndrome del impostor, con diferentes causas, en la educación superior debido a inseguridades propias de la cercanía a la vida laboral y la aplicación práctica de las habilidades aprendidas en todo el proceso educativo, por otro lado, en la educación básica se encuentra relacionada a la cercanía con los cambios propios de la edad, adaptación social y la reacción que produce sobre el individuo, es preciso mencionar, que el síndrome del impostor, no se rige precisamente a la etapa de aprendizaje, sino a la formación, el autoconcepto y cuan sólida sea la confianza del individuo para poder reconocer sus logros.

Síndrome del impostor en la docencia

Por otro lado, los docentes, como todo profesional, no son esquivos a este tipo de trastornos, lo cual puede influir considerablemente sobre su desempeño y afectar sus labores.

El síndrome del impostor está presente dentro de la docencia, dado el hecho que el modelo de instituciones académicas no ha cambiado mucho con respecto a la estructura en los últimos diez años y el continuo avance de su corporativización permanece siempre presente, con tendencias constantes hacia la comparación de profesionales, incidiendo sobre el trastorno del impostor (Hutchins, 2015). Además, Faulkner (2015) explica que se han documentado tendencias de

Revista Científica Disciplinarias
Julio - Setiembre 2023, 2(2)

impostores en individuos en una variedad de roles académicos y se han podido compartir sus experiencias colectivas, como trabajadores que ingresaron a la institución educativa como adjuntos, miembros del personal y en roles de docentes a tiempo completo, en ello, uno de los autores afirmó: frecuentemente se siente como un impostor; describiéndose como un niño que juega a disfrazarse, esto es especialmente notable cuando realiza la práctica de enseñanza, presenta o asiste a reuniones oficiales, de manera que se mantiene el sentir de generar un personaje que se encuentre a la altura de los demás.

Es normal que los docentes al asumir nuevos retos dentro de los centros educativos, sientan algo de presión, inseguridad o la sensación de poner a prueba sus habilidades, sin embargo, esto no debe ser recurrente, dado que, si no se encuentran en estado óptimo puede limitar su desempeño y afectar al estudiante.

¿El factor étnico influye?

Como fue mencionado anteriormente, son diversos los factores que intervienen para la adquisición del síndrome del impostor en una persona, tales como la competencia constante, las comparaciones o la fuerte inclinación a la perfección, por otro lado, cabe recalcar, que se ha observado que el síndrome del impostor tuvo prevalencia en las poblaciones reducidas, minorías o sectores más vulnerables, debido a que estos solían ser marginados y atribuidos a capacidades limitadas.

Arleo et al., (2021) explicaron que la falta de diversidad es uno de los elementos que acentúan este tipo de problemáticas, dado que los factores como cultura, étnica, género, la ética y moral propia de la persona pueda ser un elemento de exclusión o degradación, ocasionando cuestionamientos en sus capacidades o incluso lograr que no pueda verse como posible líder del grupo, en adición, para Cokley (2017) existe mayor presencia del síndrome del impostor en personas pertenecientes a minorías étnicas, debido a situaciones de discriminación y estereotipos que afectan y pueden ocasionar depresión o ansiedad en estudiantes y profesionales, asimismo, para Chandra et al (2019) los sectores más vulnerables como las poblaciones étnicas afroamericanas o los individuos provenientes de sectores socioeconómicos bajos, dado que presentaban en su mayoría este tipo de sentimientos de autosabotaje, desconfianza y temor con respecto a sus capacidades. Además, para Bernard et al, (2017), en el caso de las personas afroamericanas, las que presentan mayor presencia del síndrome del impostor son las mujeres, llegando a sentir resentimiento, además estos pueden llegar incluso a afectar considerablemente su salud mental.

Entonces, es posible reconocer que un equipo diverso pueda limitar considerablemente el desarrollo del síndrome del impostor, brindando un prospecto que impulsaría la confianza entre los integrantes de un grupo, de tal manera que sea mucho más accesible para generar ambiciones de superación de manera integral.

Son muchos los factores que pueden ocasionar el síndrome del impostor, pero es claro que las personas pertenecientes a grupos marginados, discriminados o estereotipados presentan mayor tendencia a ser sus propios impostores, dado que debido a las cualidades que se les atribuyen, sienten que no pueden desempeñarse de la misma manera o que no se encuentran calificados para asumir responsabilidades que otros grupos de personas no afectados a este tipo de problemáticas asumen.

Es importante que durante el proceso de enseñanza se observe si el estudiante presenta algún tipo de problema relacionado con su entorno a causa de algunas de sus características físicas o sociales, cabe mencionar, que parte del rol del docente es concientizar y promover la igualdad de oportunidades, de esta manera es posible contribuir con la seguridad, la motivación y determinación de las minorías que puedan verse afectadas o aludidas dentro del centro educacional.

Tipos de síndrome del impostor

El síndrome del impostor se puede posicionar de manera distintiva sobre los individuos, los cuales tendrán perspectivas diferenciadas según el enfoque que sostengan, debido a ello, se puede reconocer la existencia de diferentes tipos de impostorismo.

En este contexto, de acuerdo con Carvalho (2022), la literatura destaca que existen dos tipos de impostores: los verdaderos impostores y los falsos impostores. Los primeros son aquellos individuos que atribuyen sus logros a causas externas, presentando una falsa percepción de incapacidad e incompetencia; como consecuencia, se aíslan de los demás. En cambio, el segundo grupo está formado por personas que no experimentan los sentimientos ligados al síndrome, pero se identifican como impostores ante el entorno exterior, comportándose con modestia e impidiendo que otras personas creen expectativas positivas sobre sus logros.

Por otra parte, Tiwari (2022) menciona distintos tipos de impostores, como la "Super persona" (Superhombre/supermujer). En este tipo de síndrome, la persona cree que es necesario ser el más trabajador, el mejor estudiante o debe alcanzar los más altos niveles de logro para sentirse satisfecha, de modo que, si no lo logra así, se considera un fraude. Este tipo de síndrome se

relaciona con la seguridad y la validación. La persona que lo padece se siente insegura de sus capacidades y necesita constantemente la aprobación de otros. Realiza esfuerzos excepcionales y se sobrecarga, lo que deriva en situaciones de estrés y agotamiento severo.

Además, según Leonhardt, M., Bechtoldt, M. y Rohrmann, S. (2017), existen los impostores verdaderos y los impostores estratégicos. Los impostores verdaderos tienen como principal característica la construcción negativa de la percepción de sus capacidades, lo que genera una visión pesimista y desconfianza acentuada en la obtención de logros o posibles éxitos. Por otro lado, los impostores estratégicos se caracterizan por distanciarse del cansancio por estrés, la auto incapacidad, la autoestima y la resiliencia, mostrando una cercanía considerable con la satisfacción laboral.

Esta descripción presenta posiciones en la cual podría cuestionarse al posible impostor estratégico, dada la presencia de los factores que intervienen dentro de este, lo cual, a diferencia de la posición del impostor verdadero, se encuentra relacionado a un enfoque organizacional.

Por otro lado, se encuentra el tipo perfeccionista. En este tipo de síndrome, la persona no se siente satisfecha con su desempeño y piensa que no ha sido suficientemente capaz para lograr una meta; siente que no ha dado lo mejor debido a sus imperfecciones, lo cual interfiere en el logro de sus objetivos. El síndrome del impostor en el perfeccionista depende de sus características personales, las cuales lo llevan a pensar que no es tan bueno como los demás. Los perfeccionistas siempre buscan obtener la excelencia en lo que hacen. En este grupo, el individuo se pone metas bastante altas y es muy exigente con su desempeño. Sin embargo, el problema surge cuando el individuo no alcanza las metas planteadas, lo que lleva a cuestionamientos sobre sus logros. Otro de los tipos es el genio natural, este se caracteriza por considerarse capaz, independientemente del esfuerzo que pueda dedicarle a una actividad, sin embargo, el problema yace especialmente cuando no logran cumplir los objetivos fijados, empieza a mostrar altos niveles de frustración (Tiwari, 2022). El tipo experto, es donde el individuo quiere encontrar y adquirir la mayor cantidad de conocimiento posible, dado que eso le brinda la confianza ante las inseguridades que pueda presentar en referencia a los que los rodean, este se encuentra constantemente midiendo sus capacidades y al no poder resolver una situación, crea muchas dudas de sí mismo, perdiendo la capacidad realizar actividades que ya domina (Bravata et al., 2019).

Tiwari (2022) también menciona el "genio natural", que es un tipo de síndrome donde la persona duda de su inteligencia y de sus competencias. Se siente como un fraude porque no se considera naturalmente inteligente o dotado de capacidades, y atribuye sus logros a la suerte.

Por último, está el tipo "solista", que se siente un impostor cuando necesita ayuda para desempeñar alguna tarea. Piensa que el hecho de tener que pedir ayuda para alcanzar una meta significa que no es competente, y por tanto, duda de sus habilidades y competencia.

Son diversas las tipologías derivadas del síndrome del impostor, y todas las mencionadas se pueden observar en la práctica pedagógica, durante el periodo de enseñanza el docente puede identificar de qué manera se desenvuelven cada uno de los estudiantes y como estos reacciona ante los resultados exitosos y los desfavorables, cuando el estudiante obtiene resultados favorables, este tienda a querer mantenerlos permanentemente, por otro lado, si estos no se dan, pueden ocurrir dos escenarios, la motivación por mejorar o desmotivación y problemas con su autoconfianza, este último caso es que genera problemática, dado que el estudiante puede perjudicar severamente su desempeño académico, incluso al punto de mostrar desinterés total y de dejar la escuela.

Ciclo del síndrome del impostor

Una de las características del síndrome del impostor es el miedo particular que puede manifestarse de distintas maneras. Estas personas tienen mayores probabilidades de presentar depresión, ansiedad generalizada y baja autoestima. Existen seis dimensiones en el síndrome del impostor, algunas personas pueden presentar solo una, mientras que otras pueden mostrar todas. Estas dimensiones son: 1) Ciclo del impostor, 2) la necesidad de ser especial o de ser mejor, 3) aspectos de superhombre/supermujer, 4) Miedo al fracaso, 5) Negación de competencia y 6) Miedo y culpa por el éxito (Lau, 2020).

De acuerdo con Lau (2020), aunque muchas personas pueden identificarse con tener miedo al fracaso, existe una dimensión conocida como el ciclo del impostor. Estas etapas pueden ser oscuras para la mayoría. El ciclo del impostor es en realidad uno de los aspectos más importantes y perjudiciales de este síndrome. El ciclo comienza cuando a alguien se le asigna una tarea relacionada con los logros, por ejemplo, un ensayo o un informe, y debido a la ansiedad que acompaña al síndrome del impostor, la persona responde a la tarea con una preparación excesiva o una procrastinación inicial, seguido de una preparación intensa. Generalmente, la persona siente la necesidad de lograr más de lo requerido para evitar la posibilidad de ser vista como un fraude, y muchas veces pospone la asignación por el temor a

no responder adecuadamente a la tarea. Sin embargo, luego buscará hacer todo lo posible para evitar ser vista como un fraude.

También aparece una falsa relajación, a la que le sigue un esfuerzo frenético; al final, experimenta una sensación de alivio que no perdura. El síndrome es identificable fácilmente cuando, luego de haber culminado con éxito y recibir comentarios positivos, las personas niegan haber alcanzado el éxito por su propia capacidad, sino que lo atribuyen al trabajo duro. La duda acerca de sí mismos crece con cada negación del éxito, y el ciclo se repite con cada nueva tarea. Aunque resulta útil conocer todos estos signos del síndrome del impostor, aún puede ser difícil verlo en la propia vida cotidiana (Lau, 2020).

Por otro lado, es común que muchas personas presenten la sensación de temor, este se justifica debido a la personalidad del individuo y la visión que presentan hacia nuevos retos, sin embargo, es regular que estos también se extingan con el tiempo y no se deban presentar más dada la experiencia del individuo, lo que en el caso del síndrome del impostor no sucede, debido a la autovaloración y percepción del individuo en cuanto a sus capacidades (Anderson, 2016), citado por (Wilkinson, 2020).

Como se pudo observar, al presentarse nuevas actividades o retos, relacionados a experiencias pasadas donde se obtuvieron resultados satisfactorios, inconscientemente se genera la duda y desconfianza de la posibilidad de un rendimiento óptimo, generando un alto nivel de ansiedad, de tal manera que se repite el ciclo, debido a la concurrencia del suceso y la autopercepción del individuo.

Predominio

El síndrome del impostor se encuentra sujeto a muchos ámbitos, entre estos se observa el entorno profesional, especialmente cuando se deben asumir nuevos roles que se efectúan como retos, frecuentemente sucede en las primeras experiencias y puede ocasionar altos niveles de preocupación, estrés y ansiedad.

Parkman (2016), mencionó que, hasta cierto punto, todos somos impostores y desempeñamos roles diferenciados en la vida, presentando un yo público que puede diferir del yo privado que compartimos con los íntimos y transformándonos en ambos según las circunstancias lo exigen, mostrar una fachada es parte integral de la condición humana especialmente en ámbitos que lo exigen, como el profesional; sin embargo, la diferencia yace en que, para el impostor, estos sentimientos nunca se disipan, por otro lado, Bernard et al (2017), uno de los factores donde

predomina el síndrome, es especialmente en grupos poco diversos y con personas de minorías afectadas, asimismo, para Faulkner (2015), este predomina sobre individuos que presentan problemas de autoestima, la falta de confianza y seguridad, genera una problemática constante, que ocasiona que el individuo no aspire a más, por temor a medir sus capacidades con el resto del grupo.

Se pudo observar que muchos estudiantes limitan su potencial, en consecuencia, de no sentirse sumamente preparados para asumir retos, debido a ello, en algunos casos su rendimiento no es el esperado, por lo que es recomendable que el docente vea más allá de los resultados y analice al educando como ser multidimensional.

Por otro lado, este síndrome se observó por primera vez en mujeres, debido a ello, inicialmente se tuvo la percepción que el trastorno era más frecuente en el género femenino, sin embargo, posteriormente se observó con frecuencia en varones, demostrando que este puede afectar indiferentemente del sexo.

Consecuencias atribuidas al síndrome del impostor

Como todo síndrome, suele presentar consecuencias para el portador, las cuales pueden limitar la vida del individuo, empero, es importante mantener un control de manera que no pueda ocasionar limitaciones severas para este, o en el mejor de los casos, eliminarlas en su totalidad.

En cuanto a las consecuencias, Neureiter y Traut (2016) señalan que las áreas más afectadas por los sentimientos de impostor son los aspectos de desarrollo o planificación de carrera, seguido por la motivación para liderar. De acuerdo con esta hipótesis, a mayor manifestación del síndrome del impostor, existe menos planificación de carrera y motivación para liderar. Esto es realmente preocupante, ya que la planificación podría ser el inconveniente más importante al que se enfrenten los estudiantes en el proceso de su desarrollo profesional.

Es importante mencionar que los estudiantes que padecen este trastorno tienen dificultades para delegar funciones, además, debido a su falta de seguridad suelen requerir más tiempo para realizar revisiones que pueden ser innecesarias, además, debido a la desconfianza a sí mismos, no se permiten liderar grupos o equipos de trabajo, lo cual, limita sus capacidades considerablemente. Parkman (2016) explicó que, entre otras de las consecuencias atribuidas al síndrome del impostor, se encuentran, el establecimiento de metas muy altas o imposibles de alcanzar, lo cual ocasiona problemas en la moral del estudiante al no poder alcanzarlas a pesar de que se encuentre en constante autoexigencia, por otra parte, se pueden desarrollar cuadros

de ansiedad propios del ser perfeccionista, donde el nivel de exigencia puede afectar incluso hasta su salud.

Como se puede observar, el individuo, se encuentra ante un cuadro de autoexigencia o autolimitación constante, el cual, puede ocasionar el rechazo incluso a sus actividades, de manera que a largo plazo se verá perjudicado. Aunque el individuo tenga un buen desempeño e incluso si es que este recibe buenos comentarios por parte su entorno, este no se sentirá merecedor del mismo, esto se da debido a la internalización del éxito y la magnificación del fracaso, lo cual representa la principal barrera para su crecimiento indiferentemente del ámbito donde se desenvuelva.

Conclusiones

El síndrome del impostor presenta mayor incidencia respecto al género de la persona, sin embargo, su presencia es más recurrente con respecto al origen étnico de los individuos relacionados especialmente a situaciones de discriminación y estereotipos.

Los entornos que presentan altos niveles de competitividad y comparación de logros ocasionan escenarios donde el síndrome del impostor puede desarrollarse con mayor facilidad, asimismo, se observan altos niveles de estrés y ansiedad.

Se debe asumir como parte de la actividad docente, el análisis del estudiante de manera individual, de esta manera se podrán reconocer todos los elementos que ocasionan problemas en su aprendizaje, asimismo, se identificará con mayor facilidad si este presenta indicios del síndrome del impostor, dado que su identificación muestra cierto grado de dificultad.

La realización personal, en el ámbito educativo y profesional se ve afectada por la presencia del síndrome del impostor, dado que el individuo no presenta expectativas de crecimiento y se limita debido a la desconfianza y temor de sus capacidades, logrando incluso mantenerse en su zona de confort sin posibilidades de crecimiento a consecuencia de sus actitudes.

Existen diferentes tipos de síndrome del impostor, cada uno relacionado a como percibe el individuo su entorno, por lo cual, se requiere una aplicación metódica diferenciada para cada uno de estos, dadas sus características distintivas, de manera que se pueda obtener resultados favorables en el desempeño del individuo de manera específica.

El docente debe encontrarse en la capacidad de poder reconocer los principales síntomas que ocasionan el síndrome del impostor, de esta manera reconocer las causas principales, logrando

que a través de un enfoque psicopedagogo se logre tratar la problemática de manera que no afecte al rendimiento del estudiante.

Bibliografía

- Almeida, S., Blanco, M., Bordín, R., y Cassia, R. (2023). Síndrome do Impostor: Desafios e Prevenções. *Revista Electrónica Scielo25 preprints*, 2. <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/5797/11332>
- Alvarado, E., Luyando, J. y Picazzo, E. (2015). Percepción de los estudiantes sobre la calidad de las universidades privadas en Monterrey. *Revista iberoamericana de educación superior*, 1 (1), 58 – 76. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722015000300058
- Arleo, E., Wagner – Schulman, M., Mc. Ginty, G., Salazar, G. y Mayr, N. (2021). Tackling impostor syndrome: A multidisciplinary approach. *Clinical Imaging*, 74, 170 – 172. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0899707120305519>
- Anderson, L. V. (2016). Feeling like an imposter is not a syndrome [online]. Retrieved June 4, 2018, from http://www.slate.com/articles/business/the_ladder/2016/04/is_impostor_syndrome_real_and_does_it_affect_women_more_than_men.html?via=gdpr-consent
- Avaria, M. y Kleinstauber, K. (2014). Dificultad de aprendizaje en el niño. *Revista Pediatría Electrónica*, 11 (2), 1 – 18. https://www.revistapediatria.cl/volumenes/2014/vol11num2/pdf/DIFICULTAD_APRENDIZAJE_NINO.pdf
- Bernard, D., Lige, Q., Willis, H., Sosoo, E., y Neblett, E. (2017). Impostor phenomenon and mental health: The influence of racial discrimination and gender. *Journal of Counseling Psychology*, 64(2), 155–166. <https://doi.org/10.1037/cou0000197>
- Bravata, D., Watts, S., Keefer, A., Madhusudhan, D., Taylor, K., Clark, D., ... Hagg, H. (2019). Prevalence, Predictors, and Treatment of Impostor Syndrome: A Systematic Review. *Journal of General Internal Medicine*, 1(1), 1 – 24. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11606-019-05364-1>

- Carvalho, M., García, T., y Alves, M. (2022). Nível de síndrome do impostor em estudantes de medicina. *Revista Eletrônica Acervo Saude*, 23 (1), pp. 1-10. <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/11735/7049>
- Chandra, S., Huebert, C., Crowley, E. y Das, A. (2019). Impostor Syndrome Could It Be Holding You or Your Mentees Back? *Chest*. 156 (1), 26 – 32. [https://journal.chestnet.org/article/S0012-3692\(19\)30607-5/pdf](https://journal.chestnet.org/article/S0012-3692(19)30607-5/pdf)
- Clark, M., Vardeman, K., y Barba, S., (2014). Perceived inadequacy: A study of imposter phenomenon among college and research librarians. *College & Research Libraries*. 75(3) 255-271. <https://doi.org/10.5860/crl12-423>
- Cokley, K., Smith, L., Bernard, D., Hurst, A., Jackson, S., Stone, S., ... Roberts, D. (2017). 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*, 64(2), 141–154. <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fcou0000198>
- Dadua, D. (2014). The relation between perfectionism and impostor phenomenon. *Procedia*. 127 (10), 129 – 133. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042814023179>
- Dosnacimiento, E., (2022). Avaliando o papel dos valores humanos e dos estilos parentais no fenômeno do impostor: um estudo com crianças. (*Programa de pós-graduação em psicologia - Curso de mestrado em psicologia*). Fundação Universidade, Federal de Mato Grosso do Sul, faculdade de ciências humanas, Brasil. https://repositorio.ufms.br/retrieve/faf32951-00de-41dc-aa16-39dfbb74f860/Dissertacao_Eduardo_Fran%C3%A7a_Nascimento.pdf
- Faulkner, A. E. (2015). Reflections on the impostor phenomenon as a newly qualified academic librarian. *New Review of Academic Librarianship*, 21(3), 265-268. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/13614533.2015.1070185?journalCode=racl20>
- Fernández, E. y Bermúdez, J. (2015). Estilo atribucional, observación y defensividad: el caso del síndrome del impostor y el pesimismo defensivo. *Revista de psicología social*. 2 (15), 165 – 180. <http://dx.doi.org/10.1174/021347400760259802>

-
- Flores, G., Álvarez, Z. y Porta, L. (2013). La buena enseñanza en la educación superior. *Revista Magistro*. 7(13), 81-108. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4798371>
- Fraenza, C. (2016). The Role of Social Influence in Anxiety and the Imposter Phenomenon. 20 (2), 1 – 14. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ1105971.pdf>
- García, T., Gomes, L., Correa, K., Aguiar, R. y Veloso, V. (2021). Escala Clance del Fenómeno del Impostor: Adaptación brasileña. *Artigos*. 26 (2), 1 – 12. <https://doi.org/10.1590/1413-82712021260211>
- Gabsby, S. (2020). Imposter Syndrome and Self-Deception. *Australasian Journal of Philosophy*. 1 (1), 1 – 12. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/00048402.2021.1874445>
- Hutchins, H., y Rainbolt, H. (2017). What triggers imposter phenomenon among academic faculty? A critical incident study exploring antecedents, coping, and development opportunities. *Human Resource Development International*, 20(3), 194–214. <https://doi.org/10.1080/13678868.2016.1248205>
- Hutchins, H. M. (2015). Outing the imposter: A study exploring imposter phenomenon among higher education faculty. *New Horizons in Adult Education & Human Resource Development*. 27(2), 3-12. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/nha3.20098>
- Leonhardt, M., Bechtoldt, M. y Rohrmann, S. (2017). All Impostors Are not Alike—Differentiating the Impostor Phenomenon. *Frontiers in Psychology*. 8 (1), 1 <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2017.01505/full>
- Lau, D. (2020). The impostrous imposter syndrome. *Fresh Writing*, 20. <https://freshwriting.nd.edu/volumes/2020/essays/the-impostrous-imposter-syndrome>
- Martínez, M. (2015). Los fundamentos pedagógicos que sustenta la práctica docente de los profesores que ingresan y egresan de la maestría en intervención socioeducativa. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*. 6 (15), 129 – 144. [https://doi.org/10.1016/S2007-2872\(15\)30007-X](https://doi.org/10.1016/S2007-2872(15)30007-X)
- Meurer, A. y Costa, F. (2020). Eis o melhor e o pior de mim: fenômeno impostor e comportamento acadêmico na área de negócios. *Rev. Contab. Finanç*, 31(83), 348-363. <https://www.scielo.br/j/rcf/a/y9sgwyqHh9JkmvJqjFDNyKD/?lang=pt>

- Molano, G. y Polanco, A. (2018). Dificultades de aprendizaje y su incidencia en la adolescencia. *Revista Prisma Social*. (23), 366-387. <https://revistaprismasocial.es/article/view/2785>
- Neureiter, M., y Traut, E. (2016). An Inner barrier to career development: preconditions of the impostor phenomenon and consequences for career development. *Frontier psychology*, 7. <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2016.00048/full>
- Parkman, A. (2016). The Imposter Phenomenon in Higher Education: Incidence and Impact. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, 16(1), 51-60. http://www.na-businesspress.com/JHETP/ParkmanA_Web16_1_.pdf
- Soares, A., Nascimento, E. y Calvancanti, T. (2021). Fenômeno do Impostor e Perfeccionismo: Avaliando o Papel Mediador da Autoestima. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 21 (1), pp. 116-135. <https://www.redalyc.org/journal/4518/451870070007/451870070007.pdf>
- Tiwari, A. (2022). Impostor Syndrome: Narrative review with recommendations. *International Journal of advances psychiatric nursing*, 4 (2), pp. 15-17. https://www.researchgate.net/profile/Abhilasha-Tiwari-8/publication/363618301_Imposter_syndrome_Narrative_review_with_recommendations/links/6325c19270cc936cd3147c95/Imposter-syndrome-Narrative-review-with-recommendations.pdf
- Wikilson, K. (2020). Imposter syndrome and the accidental academic: an autoethnographic account. *International Journal for Academic Development*. (1), 1-12. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/1360144X.2020.1762087>
- Wilkinson, C., Silverio, S. y Wilkinson, S. (2020). The neoliberal university and the neurotic academic: A textual analysis of ITV drama *Cheat*. *Journal of further and higher education*. (1), 1-13. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2020.1751093>
- Živković, P. (2021). Second-career teachers' professional identity and imposter phenomenon: nexus and correlates. *Journal of education sciences y psychology*. 11(1), 26 - 38. https://www.researchgate.net/profile/Predrag-Zivkovic-2/publication/351392835_Second-career_teachers'_professional_identity_and_imposter_phenomenon_nexus_and_correlates/links/609947fe299bf1ad8d90655b/Second-career-teachers-professional-identity-and-imposter-phenomenon-nexus-and-correlates.pdf