



E os homens?

Quando os psicólogos começaram a estudar o fenômeno do impostor, eles suspeitaram de que se tratava de um sentimento exclusivamente feminino. Mas não é o caso.

Se os homens também se identificam com a síndrome do impostor, porque este curso é mais direcionado às mulheres?

Artigos sobre a síndrome do impostor invariavelmente citam que numerosos estudos não encontram nenhuma diferença entre homens e mulheres. Alguns desses artigos mencionam os vários estudos nos quais as mulheres pontuaram de modo mais significativo as escalas da síndrome.

Talvez a questão real seja: se os homens experimentam a síndrome do impostor assim como as mulheres, porque não clamam mais por uma solução?

Das 66 dissertações sobre o fenômeno do impostor, 90% são de mulheres. Isso parece confirmar a explicação sobre a síndrome do impostor da pesquisadora [Dr. \(https://www.ucu.org.uk/article/9280/Joan-Harvey-Newcastle-University\)](https://www.ucu.org.uk/article/9280/Joan-Harvey-Newcastle-University), de que “os homens têm essa questão como certa e apenas a vivem, enquanto as mulheres querem fazer algo sobre isso.”

A próxima pergunta óbvia é: como os homens que vivenciam a síndrome do impostor podem se beneficiar com este curso?

Se você ensina, gerencia, atua como mentor, é pai ou um treinador de algum grupo de homens suscetíveis à síndrome do impostor, saiba que você vai ganhar muito com este curso também.

Em outras palavras, quando eu falar sobre impostores em geral, estou falando dos homens também.

Seja qual for a causa, a Síndrome do Impostor pode criar problemas reais no seu trabalho e até em sua vida pessoal. Aqueles que lidam com o problema tendem a apresentar os seguintes comportamentos:

- Dificuldade em aceitar elogios como sendo natural e de forma genuína;
- Sentir que outras pessoas com as mesmas responsabilidades são de alguma forma mais qualificada, ou melhor, do que você;
- Tem medo de novas responsabilidades e desafios, porque eles mostrarão seu fracasso;
- A ansiedade e medo dos outros enxergarem e descobrirem sua falta de habilidade;
- Costuma boicotar entrevistas de emprego, chega atrasado no trabalho e não se prepara corretamente para uma atividade importante.