

SÍNDROME DO IMPOSTOR (PARAPATOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *síndrome do impostor* é a condição de a conscin, homem ou mulher, considerar-se não merecedora do sucesso, ou do reconhecimento das outras consciências, por imaginar-se aquém da capacidade de realização dos autempreendimentos evolutivos, sem assumir os autotrafores, vivendo o medo fantasioso de descobrirem não serem merecidas as autoconquistas.

Tematologia. Tema central nosográfico.

Etimologia. O termo *síndrome* vem do idioma Grego, *syndromé*, “concurso; ação de reunir tumultuosamente”. Surgiu no Século XIX. A palavra *impostor* procede do idioma Latim Imperial, *impostor*, “que impõe; enganador”. Apareceu no Século XVII.

Sinonimologia: 1. Síndrome da fraude. 2. Autopercepção trafarista sindrômica. 3. Sintomatologia do autofarsante.

Cognatologia. Eis, na ordem alfabética, 8 cognatos derivados do vocábulo *impostor*: *impostora*; *impostoraço*; *impostura*; *imposturada*; *imposturado*; *imposturar*; *imposturia*; *imposturice*.

Neologia. As duas expressões compostas *síndrome do impostor específica* e *síndrome do impostor genérica* são neologismos técnicos da Parapatologia.

Antonimologia: 1. *Efeito Dunning-Kruger*. 2. *Síndrome de Amiel*. 3. *Síndrome do Ostracismo*. 4. *Síndrome de Capgras*.

Estrangeirismologia: os *accomplishments* mal internalizados; a autodepreciação dos *achievements*; o *impostor phenomenon*; a *fraud syndrome*.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à holomaturidade evolutiva.

Megapensenologia. Eis 3 megapenses trivoculares relativos ao tema: – *Síndrome predispõe incomplexis*. *Inautenticidade é psicopatologia*. *Perfeccionismo é egocentrismo*.

Citaciologia: – *O óbvio é a verdade mais difícil de se enxergar* (Clarice Lispector, 1920–1977).

II. Fatuística

Pensenologia: o holopensene pessoal trafarista; a autopenalidade irracional; a autopenalização anacrônica; a autopenalização nociva; a autopenalização trafarística; os antipenses; a antipensalidade; os contrapenses; a contrapensalidade; os entropenses; a entropensalidade; os inculcopensenes; a inculcopensalidade; os patopenses; a patopensalidade; os bagulhos pensênicos.

Fatologia: a falta de autocientificidade; a distorção cognitiva dos fatos; as autocrenças; a autocrítica exacerbada; a falta de autodiscernimento; a autossabotagem; a humildade pregada nas religiões cristãs; a alta incidência da *síndrome do impostor* no meio acadêmico; o foco patológico no erro; a enumeração mental das chances de fracasso; o cilício mental; a insegurança do arrogante; o egão do portador da síndrome; o perfeccionismo; a preocupação com a autoimagem; a falta de autestima equilibrada; a autoinsatisfação perene; a autopropetia não realizadora; o constante sofrimento do portador da síndrome; a falta de autoconscienciometria; a desvalorização dos próprios trafores; a não comemoração das conquistas; o sentimento de alívio ao invés de felicidade nos momentos de sucesso; a equivocada associação entre insucesso e humilhação; o aparente fracasso intrafísico; o medo de cair do pedestal; a incongruência do sentimento íntimo frente ao reconhecimento dos pares; o alto nível de exigência do grupocarma refletido nas autexigências; o peso da Mesologia; o sentimento de culpa pelas ocorrências bem-sucedidas; o escondimento dos sucessos; os valores não evolutivos; a fuga às responsabilidades; o risco de incomplexis; o ato

de queimar a vela da vida pelas duas pontas; o vício em adrenalina; a fantasia de a perfeição comprar o amor dos outros; o fato de a sorte só existir no imaginário; a desistência prévia sem motivos; a predisposição à depressão; a ilusão de somente fatores externos à consciência serem responsáveis pelo sucesso.

Parafatologia: a falta de autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a visão trafarista dificultando a conexão com os amparadores; o *rappor*t negativo com grupos extrafísicos patológicos; a pressão dos assediadores reforçando a patologia; a ausência de visão dos aportes multiexistenciais; o autassédio constante predispondo aos heterassédios de origem extrafísica.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo patológico autodesrespeito-autagressão*; o *sinergismo patológico conflitividade latente–conflitividade manifesta*.

Principiologia: a falta do *princípio “contra fatos não há argumentos”*; a ausência do *princípio da autocriticidade cosmoética*.

Codigologia: a ausência do *código pessoal de Cosmoética (CPC)*; a autossubmissão aos *códigos anticosmoéticos familiares e socioculturais*.

Teoriologia: a *teoria do descarte do imprestável*.

Tecnologia: a ausência da aplicação das *técnicas conscienciométricas*; a *técnica do polianismo terapêutico*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Autoconscienciometrologia*; o *laboratório conscienciológico da Autopesquisologia*; o *laboratório conscienciológico da Cosmoeticologia*.

Efeitologia: os *efeitos nocivos dos erros de raciocínio*; o *efeito das distorções autocognitivas*; o *efeito dos esquemas psicológicos*; o *efeito da baixa autestima* decorrente da rigorosidade excessiva consigo mesmo(a); o *efeito halo dos autassédios*; os *efeitos antievolutivos das autocríticas descabidas*; os *efeitos patológicos da apriorismose sobre as autoconvicções*; os *efeitos perniciosos do ansiosismo sobre o mentalsoma*; os *efeitos dos estigmas promovidos pelos familiares*; os *efeitos recicladores em cascata ao assumir trafores*; os *efeitos da teática da autocientificidade*.

Neossinapsologia: a falta de *neossinapses relativas à autoimagem*; a necessidade de *neossinapses para superar as repercussões mesológicas nocivas*; as *neossinapses geradas pelas técnicas autopesquisísticas*; as *neossinapses necessárias para superar a dissociação cognitiva*; a autocientificidade facilitando a *criação de neossinapses*.

Ciclogia: o *ciclo antievolutivo de erronias consecutivas*; os *ciclos de autodistorção das síndromes*.

Binomiologia: o *binômio mecanismos de defesa do ego (MDE)–autenganos autopermi-tidos*; o *binômio patológico erro evolutivo crasso–megaomissão*; o *binômio autassédio-heteras-sédio*; a falta do *binômio autocriticidade cosmoética–autestima saudável*; a falta de autodiscernimento quanto ao *binômio fatos reais–interpretação dos fatos*; o *binômio superdotação intelectual–infradotação emocional*.

Interaciologia: a *interação autexperimentação-autorreflexão-autoconhecimento*; a *interação emocionalismo-autovitimização*; a *interação patológica acriticidade-autossugestionabilidade*; a falta da *interação raciocínio-logicidade*.

Crescendologia: a necessidade do *crescendo cientificidade-autocientificidade*.

Trinomiologia: o *trinômio autolavagem subcerebral–autolavagem cerebral–autolavagem paracerebral*; o *trinômio autoconceito-autoimagem-autestima*; a falta do *trinômio autoconstatação-autocomprovação-autocorreção*; a falta do *trinômio autolucidez-autocrítica-autodiscernimento*.

Polinomiologia: a ausência do *polinômio autocrítica-autopesquisa-autocognição-autorealismo*; a falta do *polinômio autocientificidade-autoconscienciométrica-autoconsciencioterapi-a-autopesquisa*.

Antagonismologia: o *antagonismo abordagem trafarista / abordagem traforista*; o *antagonismo abordagem psicossomática / abordagem mentalsomática*; o *antagonismo antiscernimento / autodiscernimento*; o *antagonismo autoignorância / autoconhecimento*; o *antagonismo autoconflitividade / autopacificação*; o *antagonismo autocrítica / autodogmatismo*; o *antagonismo autoficção / autocientificidade*; o *antagonismo fracasso intrafísico / sucesso evolutivo*.

Paradoxologia: o *paradoxo de a conscin possuidora de múltiplos traços apresentar insegurança*; o *paradoxo do reclamar sentado em pote de ouro*; o *paradoxo da insatisfação do bem-sucedido*; o *paradoxo de a prepotência sinalizar a insegurança da conscin*; o *paradoxo da autocrítica acrítica*.

Politicologia: a asnocracia; a meritocracia.

Legislogia: a *lei de causa e efeito* aplicada aos esforços pessoais.

Filiologia: a egofilia.

Sindromologia: a *síndrome do impostor*; a apreensão distorcida da realidade na *síndrome da apriorismose*; as crenças do portador da *síndrome do ansiosismo*; a *síndrome da pressa*; a *síndrome da subestimação*; a *síndrome da autovitimização*; a *síndrome da perfeição*; a *síndrome de burnout*; a *síndrome da distorção da realidade*; a *síndrome do negativismo*; a *síndrome do workaholism*.

Mitologia: o *mito do sofrimento ser necessário para alcançar o sucesso*; os *automitos*; o *mito da autoimagem idealizada*; o *mito de não ser possível ter sucesso em todas as áreas da vida*.

Holotecologia: a *apriorismoteca*; a *autocriticoteca*; a *autopesquisoteca*; a *cognoteca*; a *conscienciomoteca*; a *consciencioterapeuticoteca*; a *nosoteca*; a *terapeuticoteca*.

Interdisciplinologia: a *Parapatologia*; a *Autoconscienciometrologia*; a *Autodiscernimentologia*; a *Autoconsciencioterapia*; a *Antievolucilogia*; a *Desassediologia*; a *Descrenciologia*; a *Experimentologia*; a *Incoerenciologia*; a *Traforologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *consréu ressomada*; a *conscin baratrosférica*; a *isca humana inconsciente*; a *conscin refém de si mesma*.

Masculinologia: o *pré-serenão vulgar*; o *autoderrotado*; o *orgulhoso*; o *arrogante*; o *teimoso*; o *ansioso*; o *inseguro*; o *autovitimizado*; o *pessimista*; o *energívoro*.

Femininologia: a *pré-serenona vulgar*; a *autoderrotada*; a *orgulhosa*; a *arrogante*; a *teimosa*; a *ansiosa*; a *insegura*; a *autovitimizada*; a *pessimista*; a *energívora*.

Hominologia: o *Homo sapiens acriticus*; o *Homo sapiens anxiosus*; o *Homo sapiens aprioristicus*; o *Homo sapiens antiexemplaris*; o *Homo sapiens antissomaticus*; o *Homo sapiens exaggerator*; o *Homo sapiens immaturus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: *síndrome do impostor específica* = o sentimento de inautenticidade vivenciado em determinado papel social; *síndrome do impostor genérica* = o sentimento de inautenticidade vivenciado em todos os papéis sociais, caracterizando psicopatologia.

Culturologia: a falta de *cultura da Autopesquisologia*; a *cultura patológica do autasédio*; a *cultura patológica da autovitimização*; a *cultura patológica das autocrenças*.

Parapatologia. Sob a ótica da *Experimentologia*, eis por exemplo, em ordem funcional, 5 fases vivenciadas pela consciência com *síndrome do impostor*:

1. **Pressão.** Prazo limite para executar determinada tarefa.

2. **Ansiedade.** Pesadelos e / ou outros sintomas psicossomáticos, advindos da apreensão ou medo quanto ao êxito ou sucesso.

3. **Esforço.** Trabalho além do necessário, em consequência da procrastinação ou realização das tarefas em cima da hora.

4. **Sucesso.** Tarefa bem sucedida e ratificada por *feedback* positivo.

5. **Reforço.** Crença patológica recorrente da necessidade do sofrimento no alcance do sucesso, reforçando os medos infundados quanto ao advento das contraposições.

Sintomatologia. Segundo a *Autopesquisologia*, eis, na ordem alfabética, 5 tipos de sintomas decorrentes do esforço contínuo e patológico do escondimento da suposta impostura e do medo constante de ser descoberto:

1. **Ansiedade generalizada.**
2. **Baixa autestima.**
3. **Depressão.**
4. **Esgotamento energético.**
5. **Falta de autoconfiança.**

Autodiagnóstico. Do ponto de vista da *Parasemiologia*, eis, na ordem alfabética, 10 perguntas auxiliares na obtenção do autodiagnóstico da *síndrome do impostor*:

01. **Autoconfiança.** Sou incapaz de confiar nos autotrafores?
02. **Autodesempenho.** Fico insatisfeito(a) com o autodesempenho, mesmo com dados quantitativos demonstrando resultados acima da média?
03. **Desmerecimento.** Sinto não merecer o sucesso alcançado?
04. **Escondimento.** Escondo dos outros as conquistas pessoais evitando o aumento da expectativa em relação a mim?
05. **Estimativa.** Evito ser avaliado(a), mas quando ocorre, os resultados são quantitativamente bons?
06. **Expectativa.** Considero exagerada a expectativa dos outros em relação a mim?
07. **Fracassomania.** Tenho convicção continuada do fracasso pessoal eminente?
08. **Impostura.** Penso não ter os trafores apontados pelos outros?
09. **Insatisfação.** Considero insatisfatórios os resultados positivos alcançados independentemente da opinião alheia?
10. **Sucesso.** Atribuo o sucesso alcançado à sorte ou ao amparador extrafísico?

Terapeuticologia: Sob a ótica da *Consciencimetrologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 7 trafores auxiliares à autocura da *síndrome do impostor*:

1. **Autocientificidade.**
2. **Autocriticidade.**
3. **Autodescrençialidade.**
4. **Autodiscernimento.**
5. **Autologicidade.**
6. **Autoneofilia.**
7. **Autorracionalidade.**

VI. Acabativa

Remissologia. Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com a *síndrome do impostor*, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Atitude antiproéxis:** Proexologia; Nosográfico.
02. **Autassédio:** Parapatologia; Nosográfico.
03. **Autestigmatização:** Experimentologia; Nosográfico.

04. **Autocientificidade:** Autocogniciologia; Homeostático.
05. **Autocognição:** Autocogniciologia; Neutro.
06. **Autodesrespeito:** Autoconscienciometrologia; Nosográfico.
07. **Autodiscernimento:** Holomaturologia; Homeostático.
08. **Autotortura:** Autoconscienciometrologia; Nosográfico.
09. **Autovitimização:** Parapatologia; Nosográfico.
10. **Binômio Autoconscienciometrologia-Autopesquisologia:** Experimentologia; Homeostático.
11. **Desassediologia:** Consciencioterapia; Homeostático.
12. **Distorção cognitiva:** Parapatologia; Nosográfico.
13. **Encolhimento consciencial:** Parapatologia; Nosográfico.
14. **Hipercriticidade acrítica:** Criticologia; Nosográfico.
15. **Síndrome da pré-derrota:** Parapatologia; Nosográfico.

DEVIDO À DISTORÇÃO COGNITIVA, A CONSCIN PORTADORA DA SÍNDROME DO IMPOSTOR, EMBORA POSSUA RELEVANTES E EVIDENTES REALIZAÇÕES, PODE DESVIAR-SE DO PRIORITÁRIO E NÃO CHEGAR AO COMPLEXIS.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, é portador(a) em algum nível da *síndrome do impostor*? Em caso afirmativo, em escala de 1 a 5, o quanto está prejudicando a consecução satisfatória da proéxis pessoal?

Bibliografia Específica:

1. **Clance**, Pauline Rose; *The Impostor Phenomenon*; 210 p.; 16 caps.; 27 refs.; 17,5 x 10,5 cm; br.; *Bantam Books*; New York, NY; USA; 1986; páginas 20 a 22 e 51.
2. **Clance**, Pauline Rose; & **Imes**, Suzanne Ament; *The Impostor Phenomenon in High-achieving Women: Dynamics and Therapeutic Intervention*; Artigo; *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*; Revista; Vol. 15; N. 3; 7 refs.; Washington, DC; USA; 1978; páginas 241 a 247.

Webgrafia Específica:

1. **Laursen**, Lucas; *No, You're not an Impostor*; Artigo; *Science Careers*; February 15, 2008; 4 fotos; disponível em: <http://sciencecareers.sciencemag.org/career_development/previous_issues/articles/2008_02_15/career_a080-0025>; acesso em: 16.08.12.

A. K.