

Le confabulazioni dell'Impostore: tra narrazioni e credenze

Eliana Gagliardi

University of Messina, Department of Cognitive Science, Psychology, Education and Cultural Studies

egagliardi@unime.it

Abstract La “Sindrome dell'Impostore” è una condizione psicopatologica in cui la persona avverte di vivere indebitamente i panni di un altro sé in contesti e ruoli di prestigio (Clance & Imes 1978). Il tema alla base di questa narrativa è la credenza di aver ingannato l'ambiente sociale di riferimento, restituendo un'immagine positiva quanto illusoria delle proprie abilità (Sakulku & Alexander 2011).

Nel tentativo di conferire continuità e legittimità al sé, il soggetto mette in atto una ricostruzione retrospettiva di successi e riconoscimenti che, a causa di uno iato tra il sé presente e il sé ricordato (Habermas & Köber 2015), oltrepassa il vincolo della verosimiglianza. L'identità personale del soggetto sembra così aderire maggiormente all'Io esteso ricordato piuttosto che all'Io cognitivo attuale: la memoria autobiografica viene modellata in favore della plausibilità, sacrificandone la precisione. Ne derivano ricostruzioni artificiali degli eventi a scapito di riproduzioni fedeli, dando vita – attraverso la confabulazione – a simulazioni mentali autoreferenziali su ciò che è accaduto e potrebbe accadere (De Brigard 2014).

Lo scopo del presente lavoro è quello di descrivere come le confabulazioni costituiscano un'intelaiatura di senso atta a motivare la dimensione d'inadeguatezza e inefficienza percepita dal soggetto (Parkman 2016), piegandosi al servizio della rappresentazione della sua identità (Cardella 2018). Nella *Self-Pattern Theory* (Gallagher & Daly 2018) la narrazione permette di mappare la relazione dinamica che intercorre tra i diversi aspetti che costituiscono il sé. L'approccio qui adottato descrive come questa relazione sia evidente nella sindrome nella Sindrome dell'Impostore, in cui la distorsione narrativa dei ricordi conduce all'insorgenza di credenze fallaci, tra cui quella centrale: essere un impostore.

Keywords: Sindrome dell'Impostore, Psicopatologia, Narrazioni, Confabulazioni, Identità, Self-pattern Theory, Narrative-therapy, Memoria episodica, Memoria autobiografica

Received 31/01/2022; accepted 23/04/2022.

0. Introduzione

La “Sindrome dell’Impostore” è una condizione attualmente proposta nella letteratura come status comportamentale, che nuoce, in particolar modo, alle prestazioni professionali, contribuendo inoltre al cosiddetto *burnout*, sul piano emotivo, fisico e mentale (Villwock *et al.* 2016).

Gli studi, relativamente recenti, vengono inaugurati con la pubblicazione di Clance e Imes nel 1978 dell’articolo «The imposter phenomenon in high achieving women».

Inizialmente si credeva che il fenomeno fosse associato prevalentemente a professioniste donne che, nonostante il successo proprio nel campo lavorativo, accademico e/o personale, avevano difficoltà a interiorizzare i propri successi e/o ad attribuirli a proprie capacità. Nonostante, ad una prima analisi, si presentassero molto sicure e competenti, sotto la facciata tendevano a rifiutare qualsiasi prova dei propri successi, temendo di essere smascherate come incompetenti e poco intelligenti. D’altra parte, come sarà esposto in §2, gli errori vengono percepiti come fallimenti umilianti e il feedback negativo diventa elemento essenziale rispetto quello positivo (Clance 1985).

La sindrome dell’impostore non è una condizione psicopatologica attualmente presente nel Manuale diagnostico e statistico dell’American Psychiatric Association (DSM-V) né è elencata come diagnosi nell’ICD-10. Pertanto, ad oggi i medici hanno prove esigue sulla prevalenza, sulle comorbidità e sulle migliori pratiche per la diagnosi e il trattamento della sindrome dell’impostore.

Allo stato attuale si ritiene che il problema sia da inquadrare come un meccanismo di “mancata sincronia” tra quello che una persona vorrebbe essere, quello che la società si aspetta che sia, e quello che la persona ritiene sia l’aspettativa della società. Ricerche più recenti (Bravata *et al.* 2019) hanno inoltre documentato questi sentimenti di inadeguatezza in entrambi i sessi e in numerosi contesti professionali e tra più gruppi etnici e razziali.

1. La popolazione di riferimento

In linea con Ross e Krukowski (2003), riteniamo che la Sindrome dell’Impostore rappresenti uno stile disadattivo e pervasivo di interazione nel mondo, che non solo limita il proprio potenziale nei contesti educativi, ma ostacola anche il proprio funzionamento e le proprie prestazioni sul lavoro. La relazione tra la sindrome dell’impostore e la salute psicologica (es. depressione) nella popolazione generale è stata esplorata principalmente in contesti professionali (es. luoghi di lavoro) ed è stata dimostrata in numerosi studi (vedi Sakulku & Alexander 2011, per una rassegna). Nell’istruzione superiore, questa associazione tra la sindrome dell’impostore e la cattiva salute mentale, inclusi ansia, depressione e *burnout*, è stata dimostrata negli studenti universitari (Austin *et al.*, 2009), tirocinanti post-dottorato (Legassie *et al.* 2008).

La vulnerabilità alla Sindrome dell’Impostore (IS) può in parte legarsi al discorso sociale sul genere. Clance e Imes (1978) inizialmente credevano che la IS fosse il risultato dell’interiorizzazione degli stereotipi di genere in cui la donna non era competente come la sua controparte maschile. Sebbene ricerche successive abbiano suggerito che l’IS non sia specifica per genere (Cowman & Ferrari, 2002; Cromwell *et al.* 1990), i risultati sulla prevalenza sono contrastanti (Clark *et al.* 2014; Hutchins *et al.* 2018). Tuttavia, circa il 60% dei partecipanti agli studi presenti nel panorama scientifico, sono donne, con un’età media ponderata di 20 anni (condizionata probabilmente dalla tipologia di popolazione, di prevalenza scolastica e accademica). Gli studenti con IS riportano un’aumentata preoccupazione per la gestione delle apparenze e l’evitamento di nuove e stimolanti opportunità a causa della paura del fallimento (Parkman 2016). La Sindrome dell’Impostore coinvolge sia percezioni negative di autostima, che la distorsione

dell'opinione sulle proprie capacità (ad esempio, il successo come risultato delle circostanze piuttosto che degli sforzi). Ne sono un esempio gli studi sull'IS nei dottorandi, che mostrano come sia negativamente associata all'autoefficacia della ricerca (es. Sverdlik *et al.* 2020) e concetto di sé accademico, definito come l'autovalutazione delle proprie capacità accademiche (Ewing *et al.* 1996).

Avviene, contestualmente, una continua sopravvalutazione delle capacità degli altri e la sottovalutazione dello sforzo richiesto per i successi degli altri, caratteristica che verrà approfondita in §3. Risulta interessante notare che gli studenti con Sindrome dell'Impostore hanno un rischio significativamente minore di barare agli esami o di plagiare compiti scritti rispetto agli studenti senza i tipici sintomi dell'Impostore (Ferrari, 2005). Per quanto riguarda gli studenti facenti parte delle minoranze, sembrerebbe che la sindrome dell'impostore è comune tra gli studenti universitari afroamericani, asiatici americani e latinoamericani, con una correlazione positiva con la depressione e l'ansia (Peteet *et al.* 2015). Chiaramente diversi fattori possono predisporre gli studenti delle minoranze ad un aumento dello stress psicologico durante le loro esperienze accademiche, inclusa la mancanza di un adeguato aiuto finanziario, la necessità di lavorare per mantenersi, discriminazione razziale, sopportare stereotipi negativi ed essere anche i primi nelle loro famiglie a perseguire un'istruzione avanzata (McClain *et al.* 2016; Bernard *et al.* 2018).

Tra la popolazione di impiegati, sono stati condotti studi su infermieri, medici, dirigenti, insegnanti e contabili. Data la tendenza delle persone affette da IS a voler raggiungere con ostinazione e tenacia i risultati prestabiliti, pur non essendo in grado di valutare obiettivamente il riconoscimento quando viene raggiunto il successo, risultano frequenti livelli aumentati di stress e *burnout*, così come prestazioni lavorative e soddisfazione sul lavoro ridotti nel tempo (Vergauwe *et al.* 2015).

"Fingendo" quotidianamente – è così che essi lo vedono –, sono perseguitati dalla costante paura dello smascheramento. Ad ogni successo, pensano: "Questa volta sono stato fortunato, ho ingannato tutti, ma la mia fortuna reggerà? Quando scopriranno le persone che non sono all'altezza del lavoro?" (Kets de Vries 2005, trad. mia: 110)

Come nelle altre popolazioni di riferimento, i sintomi di impostore tra i dipendenti sono associati alla paura del fallimento, alla paura del successo e in parte alla bassa autostima. I dipendenti che mettono costantemente in discussione la propria legittimità professionale corrono un rischio maggiore di sperimentare esiti psicologici avversi con implicazioni per il mantenimento della carriera, l'avanzamento e le prestazioni lavorative (Neureiter & Traut-Mattausch 2016).

2. Meccanismo reiterativo di mantenimento della credenza

Il tema alla base della narrativa dell'Impostore è la credenza di aver ingannato l'ambiente sociale di riferimento, restituendo un'immagine positiva quanto illusoria delle proprie abilità. Questa, è chiaramente una falsa convinzione sostenuta da persone perfettamente capaci e di successo, ma che – non importa quanto siano bravi o quanti risultati abbiano raggiunto nella vita – non sono convinti che questi siano abbastanza da comprovare la loro legittimità, o ancora, da provare che meritino il successo ottenuto.

Di conseguenza, l'Impostore ha paura di essere smascherato e rivelarsi, appunto, un impostore. Nel tentativo di conferire continuità e legittimità al sé, il soggetto mette in atto una ricostruzione retrospettiva di successi e riconoscimenti che, a causa di uno iato tra il sé presente e il sé ricordato, oltrepassa il vincolo della verosimiglianza, dando vita -

attraverso la confabulazione - a simulazioni mentali autoreferenziali su ciò che è accaduto o che potrebbe accadere (Habermas & Köber 2015).

In quest'analisi verranno descritte le confabulazioni come l'intelaiatura di senso atta a motivare la dimensione d'inadeguatezza e inefficienza percepita dal soggetto (Parkman 2016), piegandosi al servizio della rappresentazione della sua identità (Cardella 2018).

Fisiologicamente il proprio passato viene ricostruito dall'individuo in modi che sono al servizio di un sé narrativo coerente, puntando ad avere un'immagine positiva del proprio sé. La consueta tendenza dell'individuo è dunque una tendenza narrativa che va a proprio vantaggio: attribuendo i successi a sé stessi e gli insuccessi a cause esterne, dimenticando con più facilità i fallimenti piuttosto che i successi, accettando i complimenti e gli elogi in modo acritico, e le critiche con sospetto o diffidenza, e così via. Quasi sempre ciò avviene nel rispetto di un equilibrio tra la richiesta di coerenza e quella di corrispondenza alla realtà. Nella sindrome dell'Impostore questa ricostruzione narrativa si riversa nel mantenimento di un'immagine fraudolenta del sé.

Creare connessioni tra gli eventi e il sé, tali da spiegare sia come il sé è cambiato sia com'è rimasto lo stesso nel tempo, è importante affinché la storia della vita sia coerente (Pasupathi, Mansour & Brubaker 2007). Tuttavia, se tali connessioni sé-evento sono positive o negative risulta importante dal punto di vista psicopatologico (Merrill, Waters e Fivush 2016). Nel caso dell'Impostore, la narratività fornisce alla vita un significato e una direzione, "aiutando" a mantenere la *self-continuity*, definita come una convinzione di base che, nonostante il cambiamento, il sé continua ad essere lo stesso attraverso il tempo e i luoghi (Prebble, Addis e Tippett 2013).

In letteratura si riconoscono due tipi di connessioni sé-evento: *self-stability connections* e *change connections* (Kober, Schmiedek, & Habermas 2015). La prima sottolinea come le esperienze passate abbiano causato cambiamenti nel sé, la seconda sottolinea i modi in cui il sé è rimasto lo stesso.

Come sarà chiaro dall'esempio in §3, l'Impostore, nonostante il tentativo di ripescare nella memoria una *change connection*, sottolineando come le esperienze passate abbiano causato un cambiamento nell'io, attraverso un ragionamento semi-dialettico, dimostra come l'esperienza passata sia piuttosto un modo in cui il sé è rimasto lo stesso, creando una coerenza tematica (Holm & Thomsen 2018). L'identità personale del soggetto sembra aderire maggiormente all'Io esteso ricordato piuttosto che all'Io cognitivo attuale: la memoria autobiografica viene dunque modellata in favore della plausibilità, sacrificandone la precisione. Ne derivano ricostruzioni artificiose degli eventi a scapito di riproduzioni fedeli, dando vita – attraverso la confabulazione – a simulazioni mentali autoreferenziali su ciò che è accaduto e potrebbe accadere (De Brigard 2014). In altre parole, nonostante la loro scarsa corrispondenza con la realtà, le confabulazioni rappresentano tentativi di definirsi nel tempo e in relazione al mondo.

3. Le confabulazioni dell'Impostore

La credenza di essere un impostore è mantenuta grazie al ricorso alla strategia dialettica/contraddittoria, che nasce dalla necessità di falsificare l'ipotesi di pericolo – che solitamente è un nuovo compito, un ambiente particolarmente critico, una situazione che suscita sentimenti di preoccupazione o ansia. Inizia così un processo semi-dialettico di narrazione, col fine di difendersi dall'intensa sensazione che i risultati siano immeritati, dalla paura schiacciante che tutta l'impalcatura professionale – dagli Impostori avvertita come finta e mascherata ad hoc – sia scoperta, o ancora dalla paura di indurre altre persone a pensare di essere più competenti di quanto siano realmente. Tale processo, esemplificato di seguito, nonostante lo scopo iniziale va a rinforzare la

credenza errata, perdendosi in una narrazione apparentemente infinita di tutte le possibilità e ipotesi negative (Gagliardi 2021).

Ora sono in preda al panico [...] ma se ricevo molti elogi e riconoscimenti, un motivo c'è.

Forse ho ottenuto la mia posizione attuale perché mi trovavo nel posto giusto al momento giusto o magari conoscevo le persone giuste.

Ok, può darsi che il mio successo sia dovuto a un po' di fortuna. Comunque sono competente: altrimenti non sarei stato in grado di arrivare a questo punto e restarci.

E se riuscissi a dare l'impressione di essere più competente di quello che sono in realtà? Questo potrebbe spiegare perché, se possibile, evito le valutazioni! (Gagliardi 2021, trad. mia: 337)

I pensieri e le sensazioni dell'Impostore possono essere classificati in diverse categorie, ognuna funzionale al giudizio negativo, al bisogno di confermare quella credenza di essere un impostore, nonostante le apparenze. Principalmente, queste persone attribuiscono il successo alla fortuna o ad altre ragioni esterne (non alle proprie capacità interne); minimizzano il successo e sottovalutano i risultati soffermandosi sugli aspetti negativi; o enfatizzano i difetti nella propria performance (e ciò è noto anche come doppio standard) facendo dei confronti iniqui con gli altri, portandoli a giudicare la propria prestazione come inadeguata e inferiore.

Nella *Self-Pattern Theory* (Gallagher & Daly 2018) la narrazione permette di mappare le relazioni dinamiche che intercorrono tra i diversi aspetti che costituiscono il sé. Le auto-narrazioni in un certo senso riflettono, nel contenuto o nella forma, tutti gli altri aspetti del modello del sé (Hutto & Gallagher 2017). In particolare, la narrazione è un mezzo per recuperare, rivelare, mappare temporalmente e connettere tutti gli altri aspetti. Tuttavia, tra il sé che narra e il sé che è narrato, esiste sempre una distanza.

Quando il narratore con la sindrome dell'impostore dice, ad esempio, "Ho passato la selezione", l'"io" punta in due direzioni: al narratore, a significare che il narratore intende dire qualcosa su se stesso; e alla persona o al personaggio che il narratore era, in un certo momento nel passato, durante l'esperienza della selezione. Tra questi due c'è uno iato, e questo spazio può determinare un certo grado di controllo, di manipolazione ma anche trasformazione, chiaramente importantissimo sia in termini di comprensione della Sindrome dell'Impostore che come margine di intervento, come verrà proposto in §4. Comprendendo la dinamicità tra relazioni affettive, esperienziali, incarnate, sociali e normative, è possibile osservare come esse si riflettono nella narrazione del sé. In questo caso, come azioni ed eventi possono provocare cambiamenti in varie dimensioni del *self-pattern*:

Il narratore implica un'identità tra se stessa e la persona di cui sta parlando, ma c'è necessariamente un certo grado di differenza o non identità implicata. La distanza narrativa consente l'apertura di uno spazio critico e questo di per sé può introdurre un certo grado di controllo e trasformazione in termini di come voglio capire me stesso (Hutto & Gallagher 2017, trad. mia: 165).

Sembrerebbe che i sé narrativi e la memoria autobiografica siano distribuiti in modo simile (Breen *et al.* 2017; Heersmink 2018). La narritività si basa su eventi selezionati dalla memoria autobiografica e può essere pensata e condivisa come narrazioni estese o concentrandosi su eventi salienti, come picchi alti e bassi (Habermas & Kober 2015). Questi eventi, sottoforma di ricordi episodici, sono dunque il prodotto di un intenso processo costruttivo basato su una traccia di memoria. Risulta quindi interessante interrogarsi in che modo il sé narrativo modula la memoria episodica, tenendo conto

delle differenze individuali nei risultati sul ricordo episodico. Ad esempio, è stato dimostrato che ci sono differenze individuali nel modo in cui si autodefiniscono i ricordi e si organizzano le proiezioni future (Demblon & d'Argembeau 2017), suggerendo che le persone potrebbero avere un personale 'stile' di organizzare eventi che si autodefiniscono sia nel passato che nel futuro.

In effetti, le auto-narrazioni sono ottimi esempi di come gli individui differiscono nella loro creazione di significato e attribuzione di rilevanza ai diversi eventi a seconda delle loro preoccupazioni diacroniche. Il sé narrativo è una parte del modello di sé su cui il sistema incarnato (cioè l'essere biologico) fa affidamento per organizzare le informazioni e per determinare i corsi pertinenti di azione.

Tale modello consiste in varie narrazioni più o meno intrecciate su se stesse in cui passato, presente e futuro sono integrati, tendenzialmente in modo significativo e intelligibile, fornendo le relative ragioni – o confabulazioni (Newen 2018; Gallagher e Daly 2018).

Come già sottolineato, il sé narrativo svolge un ruolo importante nel fornire struttura e significato alla comprensione narrativa del nostro passato personale, così come del nostro futuro personale (Gryzman e Hudson 2011), dove i ricordi a lungo termine possono essere sbilanciati verso la coerenza – cioè cosa significa un evento per me, la mia vita, la mia narrativa, a scapito dell'accuratezza – cioè cosa è successo di fatto (Conway, Singer & Tagini 2004).

Ciò che sembra accadere nell'Impostore, dopo un primo tentativo di valutazione obiettiva degli eventi, è un'influenza del sé narrativo sul ricordo episodico, attraverso il ragionamento semi-dialettico, nel tentativo di essere scagionato oltre ogni ragionevole dubbio dall'essere un impostore. Dings e Newen (2021) hanno recentemente proposto una distinzione generale di percorsi di influenza del Sé Narrativo su tre livelli: input, output e processo di costruzione dello scenario.

In particolare, una seconda strategia in cui il sé narrativo modula il Sistema di Auto-Memoria è quello di alterare la rilevanza degli spunti e, più specificamente, di cambiarne il loro significato narrativo. In questo modo, modificando cosa un oggetto significa per la persona, quegli oggetti possono evocare ricordi o comportamenti particolari che si adattano alle preoccupazioni narrative di quella persona.

Il *trade-off* tra corrispondenza e coerenza nel caso del sé narrativo aggiunge un ulteriore livello di complessità alla questione dell'auto-miglioramento citata in §2. Sembrerebbe infatti che le persone siano selettive nel recupero della propria memoria, in modo tale da ricordare ciò che migliora la propria immagine di sé (Wilson & Ross 2003; Alike & Sedikides 2009). A questo proposito, Sedikides e Green (2009) definiscono la memoria un meccanismo di autoprotezione. Ciò significa che nel caso di alterazione di un ricordo così che sia armonico con il Sé narrativo, la ricerca della coerenza può anche essere vista come una forma di autostima o una forma *debole* di auto-miglioramento. Nelle forme *forti* di auto-miglioramento, la motivazione primaria dell'agente non è la coerenza ma l'autoinganno (Michel & Newen 2010).

Questo costituisce il nucleo di una recente proposta di Pascuzzi e Smorthi (2017), che suggeriscono come le auto-narrazioni biografiche contribuiscono alla regolazione delle emozioni, ad esempio modificando l'interpretazione di un evento o l'incorporazione in una narrazione di sé. Successivamente, lo stato emotivo dell'agente, cioè il risultato finale della sua regolazione emotiva, può influenzare la memoria di recupero e codifica.

4. La narrazione come cura e ulteriori studi

Nell'ambito della letteratura scientifica sulla Sindrome dell'Impostore vi è un generale consenso circa l'idea che quest'ultima sia da intendersi come una condizione eterogenea:

diversi individui la esibiscono per ragioni diverse – psicologiche, evolutive e socio-culturali – e per ogni particolare individuo, potrebbe essere necessario spiegarne la condizione con riferimento a molteplici fattori (Clance & Imes 1978; Sakulku e Alexander 2011; Leonhardt *et al.* 2017). Tuttavia, narrazione e credenze, all'interno del concetto di Sindrome dell'Impostore, sono elementi portanti e, ad oggi, non viene proposto in letteratura un trattamento specifico per la gestione dei sintomi dell'IS. In un contesto terapeutico, la narritività può aiutare non solo a capire le esperienze dei pazienti, ma può anche fungere da strumento utile ad incorporare nuove consapevolezza o accomodamenti nella narrazione continua.

Nel caso della psicopatologia, le auto-narrazioni possono rappresentare una sorta di misura forense, un'impronta linguistica di condizioni diverse (Gallagher e Cole 2011). Al fine di incrementare e migliorare gli approcci terapeutici, questo lavoro propone di considerare la struttura delle confabulazioni e delle credenze, come terreno comune per il relativo dibattito scientifico sulla Sindrome dell'Impostore.

Gli approcci psicoanalitici e psicodinamici tradizionali alla terapia e le tecniche più recenti attribuiscono validità e potere alle narrazioni personali. Esse, in un modo o nell'altro, risultano mezzo per consentire agli individui di inquadrare, o riformulare e gestire le circostanze della propria vita in modi più ricchi o nuovi (Lock & Strong, 2012). La *Self-Pattern Theory* (Gallagher & Daly 2018) enfatizza un'esistenza multidimensionale in cui le possibilità delineate dalla narritività sono possibilità solo perché siamo attori incarnati situati in contesti pragmatici condivisi con altri individui. Un cambiamento nell'autocomprensione narrativa può modulare i comportamenti intersoggettivi; così come un cambiamento nelle pratiche corporee può trasformare la nostra autocomprensione narrativa; o ancora un cambiamento nelle circostanze mondane può influenzare ugualmente tutti gli altri fattori che ci rendono ciò che siamo (Hutto & Gallagher 2017).

Nel quadro clinico, seppur sommariamente analizzato, della Sindrome dell'Impostore, la procedura di trattamento della *narrative therapy*, includendo la manipolazione delle interpretazioni e delle convinzioni riguardanti gli eventi passati, può dunque agire sulla distorsione narrativa dei ricordi che conduce all'insorgenza di credenze fallaci, tra cui quella centrale: essere un impostore

Bibliografia

Alicke, Mark D., and Constantine Sedikides (2009), «Self-enhancement and self-protection: What they are and what they do», in *European Review of Social Psychology*, vol. 20, n.1, pp. 1-48.

Austin, Cammie C., *et al.* (2009), «Impostorism as a mediator between survivor guilt and depression in a sample of African American college students», in *College Student Journal*, vol. 43, n. 4.

Bernard, Donte L., Lori S. Hoggard, and Enrique W. Neblett Jr. (2018), «Racial discrimination, racial identity, and impostor phenomenon: A profile approach», in *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, vol. 24., n. 1, p. 51.

Bravata, Dena M., *et al.* (2020), «Prevalence, predictors, and treatment of impostor syndrome: a systematic review», in *Journal of General Internal Medicine*, vol. 35, n. 4, pp. 1252-1275.

Breen, Andrea V., Kate C. McLean, Kristen Cairney, and Dan P. McAdams. (2017), «Movies, books, and identity: Exploring the narrative ecology of the self», in *Qualitative Psychology*, vol. 4, n. 3, pp. 243–259.

Cardella, Valentina (2018), «Le narrazioni impossibili: sogni, confabulazioni e deliri/Impossible narratives: dreams, confabulations and delusions», in *Rivista Italiana di Filosofia del Linguaggio*, Special Issue, pp. 57-70.

Clance, Pauline Rose, and Suzanne Ament Imes (1978), «The imposter phenomenon in high achieving women: Dynamics and therapeutic intervention», in *Psychotherapy: Theory, research & practice*, vol. 15, n. 3, p. 41.

Clance, Pauline Rose (1985), *The Impostor Phenomenon: When Success Makes You Feel Like a Fake*, Bantam, Atlanta 1985.

Clark, Melanie, Kimberly Vardeman, and Shelley Barba (2014), «Perceived inadequacy: A study of the impostor phenomenon among college and research librarians», in *College & Research Libraries*, vol. 75, n. 3, pp. 255-271.

Conway, Martin A., Jefferson A. Singer, and Angela Tagini (2004), «The self and autobiographical memory: Correspondence and coherence», in *Social Cognition*, vol. 22, n. 5, pp. 491–529.

Cowman, Shaun E., and Joseph R. Ferrari (2002), «“Am I for real?” Predicting impostor tendencies from self-handicapping and affective components», in *Social Behavior and Personality: an international journal*, vol. 30, n. 2, pp. 119-125.

Cromwell, Barbara, Nina Brown, and Fred L. Adair. (1990), «The impostor phenomenon and personality characteristics of high school honor students», in *Journal of Social Behavior and Personality*, vol. 5, n. 6, p. 563.

De Brigard, Felipe (2014), «Is memory for remembering? Recollection as a form of episodic hypothetical thinking», in *Synthese*, vol. 191, n. 2, pp. 155-185.

Dings, Roy, and Albert Newen (2021), «Constructing the past: The relevance of the narrative self in modulating episodic memory», in *Review of Philosophy and Psychology*, pp. 1-26.

Ewing, Kimberly M., *et al.* (1996), «The relationship between racial identity attitudes, worldview, and African American graduate students' experience of the impostor phenomenon», in *Journal of Black Psychology*, vol. 22, n. 1, pp. 53-66.

Ferrari, Joseph R. (2005), «Impostor tendencies and academic dishonesty: Do they cheat their way to success?», in *Social Behavior and Personality: an international journal*, vol. 33, n. 1, pp. 11-18.

Gagliardi, Eliana (2021), «Reasoning in the Chronic Self-Doubt. The Impostor Syndrome Case», in *Reti, saperi, linguaggi*, vol. 8, n. 2, pp. 327-344.

Gallagher, Shaun, and Jonathan Cole (2011), «Dissociation in self-narrative», in *Consciousness and cognition*, vol. 20, n. 1, pp. 149-155.

Gallagher, Shaun, and Anya Daly (2018), «Dynamical relations in the self-pattern», in *Frontiers in psychology*, vol. 9, p. 664.

Grysmán, Azriel, and Judith A. Hudson (2011), «The self in autobiographical memory: Effects of self-salience on narrative content and structure», in *Memory*, vol. 19, n. 5, pp. 501–513.

Habermas, Tilmann, and Christin Köber (2015), *Autobiographical reasoning is constitutive for narrative identity: The role of the life story for personal continuity*, in Kate McLean & Moin Syed (2015), *The Oxford handbook of identity development*, Oxford University Press, Oxford 2015.

Heersmink, Richard (2018), «The narrative self, distributed memory, and evocative objects», in *Philosophical Studies*, vol. 175, pp. 1829–1849.

Holm, Tine, and Dorthe Kirkegaard Thomsen (2018), «Self-event connections in life stories, self-concept clarity, and dissociation: Examining their relations with symptoms of psychopathology», in *Imagination, Cognition and Personality*, vol. 37, n. 3, pp. 293-317.

Hutchins, Holly M., Lisa M. Penney, and Lisa W. Sublett (2018), «What imposters risk at work: Exploring imposter phenomenon, stress coping, and job outcomes», in *Human Resource Development Quarterly*, vol. 29, n.1, pp. 31-48.

Hutto, Daniel, and Shaun Gallagher (2017), «Re-authoring narrative therapy: opening the way for future developments», in *Philos. Psychiatry Psychol*, vol. 24, pp. 157-167.

Köber, Christin, Florian Schmiedek, and Tilmann Habermas, «Characterizing lifespan development of three aspects of coherence in life narratives: a cohort-sequential study», in *Developmental Psychology* 51.2 (2015): 260.

Legassie, Jenny, Elaine M. Zibrowski, and Mark A. Goldszmidt (2008), «Measuring resident well-being: impostorism and burnout syndrome in residency», in *Journal of general internal medicine*, vol. 23, n. 7, pp. 1090-1094.

Leonhardt, Mona, Myriam N. Bechtoldt, and Sonja Rohrmann. (2017), «All impostors aren't alike—differentiating the impostor phenomenon», in *Frontiers in psychology*, vol. 8, p. 1505.

Lock, Andy, and Tom Strong (2012), *Discursive perspectives in therapeutic practice*, Oxford University Press, Oxford 2012.

McClain, Shannon, *et al.* (2016), «An examination of the impact of racial and ethnic identity, impostor feelings, and minority status stress on the mental health of Black college students», in *Journal of Multicultural Counseling and Development*, vol. 44, n. 2, pp. 101-117.

Michel, Christoph, and Albert Newen (2010), «Self-deception as pseudo-rational regulation of belief», in *Consciousness and Cognition*, vol. 19, pp. 731–744.

Merrill, Natalie, Theodore EA Waters, and Robyn Fivush (2016), «Connecting the self to traumatic and positive events: Links to identity and well-being», in *Memory*, vol. 24, n. 10, pp. 1321-1328.

Newen, Albert (2018), «The embodied self, the pattern theory of self, and the predictive mind», in *Frontiers in Psychology*, vol. 9, p. 2270.

Parkman, Anna (2016), «The imposter phenomenon in higher education: Incidence and impact», in *Journal of Higher Education Theory and Practice*, vol. 16, n. 1, p. 51.

Pasupathi, Monisha, Emma Mansour, and Jed R. Brubaker (2007), «Developing a life story: Constructing relations between self and experience in autobiographical narratives», in *Human development*, vol. 50, n. 3 pp. 85-110.

Peteet, Bridgette J., LaTrice Montgomery, and Jerren C. Weekes (2015), «Predictors of imposter phenomenon among talented ethnic minority undergraduate students», in *The Journal of Negro Education*, vol. 84, n. 2, pp. 175-186.

Prebble, Sally C., Donna Rose Addis, and Lynette J. Tippett. (2013), «Autobiographical memory and sense of self», in *Psychological bulletin*, vol. 139, n. 4 p. 815.

Ross, Scott R., and Rebecca A. Krukowski (2003), «The imposter phenomenon and maladaptive personality: Type and trait characteristics», in *Personality and individual differences*, vol. 34, n. 3, pp. 477-484.

Sakulku, Jaruwat, and James Alexander (2011), «The Impostor Phenomenon», in *The Journal of Behavioral Science*, vol. 6, n. 1, pp. 75-97.

Sedikides, Constantine, and Jeffrey D. Green (2009), «Memory as a self-protective mechanism: Memorial self- protection», in *Social and Personality Psychology Compass*, vol. 3, pp. 1055–1068.

Sverdlik, Anna, Nathan C. Hall, and Lynn McAlpine (2020), «PhD imposter syndrome: Exploring antecedents, consequences, and implications for doctoral well-being», in *International Journal of Doctoral Studies*, vol. 15, pp. 737-758.

Vergauwe, Jasmine, *et al.* (2015), «Fear of being exposed: The trait-relatedness of the impostor phenomenon and its relevance in the work context», in *Journal of Business and Psychology*, vol. 30, n. 3, pp. 565-581.

Villwock, Jennifer A., *et al.* (2016), «Impostor syndrome and burnout among American medical students: a pilot study», in *International journal of medical education*, vol. 7, p. 364.

Wilson, Anne, and Michael Ross (2003), «The identity function of autobiographical memory: Time is on our side», in *Memory*, vol. 11, pp. 137–149.