



VOLUME 34

VALESCHKA MARTINS GUERRA
ANDREA DOS SANTOS NASCIMENTO
CAMILA NOGUEIRA BONFIM DUARTE
NAYARA OLIVEIRA FRANCISCO
(orgs.)

Gestação e maternidade

A visão da psicologia



Esta obra foi selecionada para integrar a “Coleção Pesquisa Ufes”, a partir de Chamada Pública feita pela Pró-Reitoria de Pesquisa e Pós-Graduação (PRPPG) da Universidade Federal do Espírito Santo (Ufes) aos programas de pós-graduação da universidade.

A seleção teve por base pareceres que consideraram critérios de inovação, relevância e impacto.

O financiamento da Coleção foi viabilizado por meio do Programa de Apoio à Pós-Graduação (Proap) da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (Capes) e de recursos do Tesouro Nacional.



**Universidade Federal
do Espírito Santo**



Editora Universitária – Edufes

Filiada à Associação Brasileira
das Editoras Universitárias (Abeu)

Av. Fernando Ferrari, 514
Campus de Goiabeiras
Vitória – ES · Brasil
CEP 29075-910

+55 (27) 4009-7852
edufes@ufes.br
www.edufes.ufes.br

Reitor

Paulo Sergio de Paula Vargas

Vice-reitor

Roney Pignaton da Silva

Pró-reitor de Pesquisa e Pós-Graduação

Valdemar Lacerda Júnior

Chefe de Gabinete

Aureo Banhos dos Santos

Diretor da Edufes

Wilberth Salgueiro

Conselho Editorial

Ananias Francisco Dias Junior, Eliana Zandonade,
Eneida Maria Souza Mendonça, Fabrícia Benda
de Oliveira, Fátima Maria Silva, Gleice Pereira,
Graziela Baptista Vidaurre, José André Lourenço,
Marcelo Eduardo Vieira Segatto, Margarete Sacht
Góes, Rogério Borges de Oliveira, Rosana Suemi
Tokumar, Sandra Soares Della Fonte

Secretaria do Conselho Editorial

Douglas Salomão

Administrativo

Josias Bravim, Washington Romão dos Santos

Seção de Edição e Revisão de Textos

Fernanda Scopel, George Vianna,
Jussara Rodrigues, Roberta Estefânia Soares

Seção de Design

Ana Elisa Poubel, Juliana Braga,
Samira Bolonha Gomes, Willi Piske Jr.

Seção de Livraria e Comercialização

Adriani Raimondi, Ana Paula de Souza Rubim,
Dominique Piazzarollo, Marcos de Alarcão,
Maria Augusta Postinghel



Este trabalho atende às determinações do Repositório Institucional do Sistema Integrado de Bibliotecas da Ufes e está licenciado sob a Licença Creative Commons Atribuição-NãoComercial-SemDerivações 4.0 Internacional.

Para ver uma cópia desta licença, visite <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>.



Diretor da Graúna Digital

Thiago Moulin

Supervisão

Laura Bombonato

Seção de edição e revisão de textos

Carla Mello | Natália Mendes | José Ramos

Natalia Mendes | Manuella Marquetti

Stephanie Lima

Seção de design

Carla Mello | Bruno Ferreira Nascimento

Projeto gráfico

Edufes

Diagramação e capa

Bruno Ferreira Nascimento

Revisão de texto

MC&G Editorial

Ilustração da capa por

Veruschka Martins Guerra

Esta obra foi composta com
a família tipográfica Crimson Text.

Dados Internacionais de Catalogação-na-publicação (CIP)
(Biblioteca Central da Universidade Federal do Espírito Santo, ES, Brasil)

G393 Gestão e maternidade [recurso eletrônico] : a visão da psicologia / Valeschka Martins Guerra [et al.], (organizadores) - Dados eletrônicos. – Vitória, ES : Edufes, 2023.
266 p. : il. ; 21 cm. - (Coleção Pesquisa Ufes ; 34)

Inclui bibliografia.

ISBN: 978-85-7772-519-9

Modo de acesso: <https://repositorio.ufes.br/handle/10/774>

1. Maternidade. 2.Gravidez. 3. Puerpério 4. Parentalidade.
I. Guerra, Valeschka Martins [et al.]. II. Título. III. Série.

CDU: 159.9

Elaborado por Ana Paula de Souza Rubim – CRB-6 ES-000998/O

**VALESCHKA MARTINS GUERRA
ANDREA DOS SANTOS NASCIMENTO
CAMILA NOGUEIRA BONFIM DUARTE
NAYARA OLIVEIRA FRANCISCO
(orgs.)**

Gestação e maternidade

A visão da psicologia

 **EDUFES**

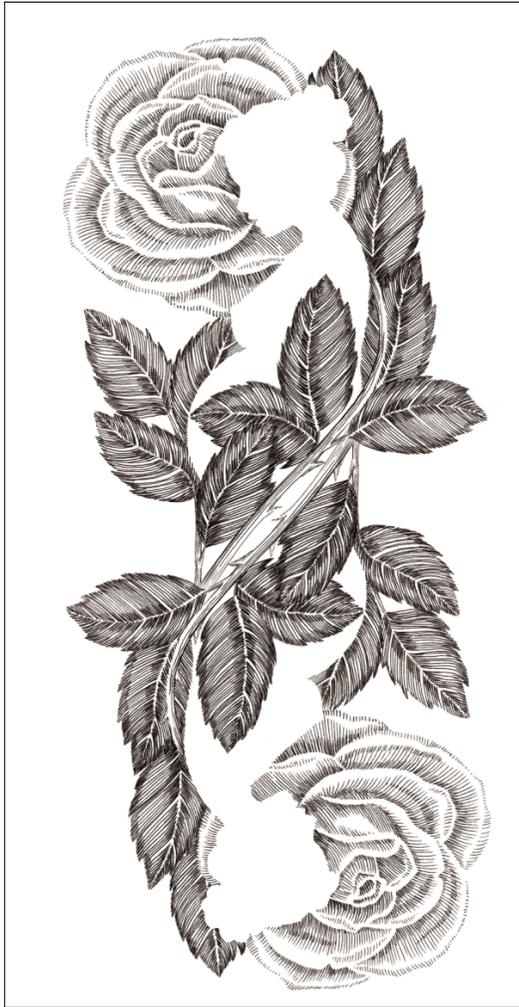
Vitória, 2023

Este livro foi contemplado pela seleção para livros da PRPPG, com financiamento do PROAP e Recursos do Tesouro nacional, fazendo parte da “Coleção Pesquisa UFES”.

Este livro será disponibilizado gratuitamente no Repositório Institucional do Sistema Integrado de Bibliotecas da UFES e licenciado sob a Licença Creative Commons Atribuição – não comercial – sem derivações 4.0 Internacional.

Colaboradores e Colaboradoras

Ana Cristina B. da Cunha
Andrea dos S. Nascimento
Bianca Martins
Camila N. Bonfim Duarte
Carolina Monteiro Biasutti
Cláudia Fell Amado
Cynthia P. Camargo
Fernanda Pontual Perim
Georgina Fergusson
Gisèle Passos da Costa Gribel
Isadora Lee Padilha Ferri
Isis Daniella Carvalho Silva
Katia Correa Vione
Laila Pires Ferreira Akerman
Livia Maria Maulaz Freitas
Mayara Natália de L. S. Chaves
Mirian Béccheri Cortez
Monalisa Nascimento S. Barros
Nayara Oliveira Francisco
Paola Vargas Barbosa
Patrícia Ribeiro Pinto Furieri
Paulo Batistuta Novaes
Roberta Rangel Batista
Sérgio Werner Baumel
Taísa Candido de Batista
Valeschka Martins Guerra
Virgínia Effgem



Life affords no greater responsibility, no greater privilege,
than the raising of the next generation.

C. Everett Coop

Capítulo 11

Síndrome do impostor, autoeficácia e apoio social em mães de primeira viagem do Reino Unido

Georgina Fergusson

Katia Correa Vione

INTRODUÇÃO

Tornar-se mãe pela primeira vez é uma experiência de mudança significativa de vida que envolve aspectos psicológicos e sociais, associados a sentimentos positivos como felicidade, e também a sentimentos negativos, como estresse, baixa autoeficácia e, em casos mais extremos, depressão pós-parto (Kristensen, Simonsen, Trillingsgaard,

Pontoppidan, & Kronborg, 2018). Mais recentemente, com a popularização do termo “síndrome do impostor”, tem-se observado que mães de primeira viagem também sofrem com sentimentos de que não são capazes de desempenhar seu papel, de que são uma fraude e poderiam ser descobertas como tal (Conroy, 2017). A síndrome do impostor tem sido tipicamente estudada no âmbito acadêmico e empresarial. Mesmo com relatos frequentes, pouca atenção tem sido dada a esse problema no âmbito da maternidade. Pessoas que sofrem com a síndrome do impostor também tendem a ter baixa autoeficácia (Berinato, 2015), isto é, uma crença que reflete falta de confiança em suas habilidades e capacidade de executar determinados comportamentos. Neste caso, levando a comportamentos disfuncionais na maternidade e comprometimento do vínculo materno (Amin, Tam, & Shorey, 2018). As atitudes e comportamentos de pais e mães sofrem influência de diversos fatores, incluindo a família, pares e o ambiente social (Cameron, Charlton, Walsh, Hesketh, & Campbell, 2019). Ademais, a maternidade e paternidade sofreram mudanças com o desenvolvimento tecnológico, onde comunidades de apoio social on-line fazem parte da rotina de mães e pais (O'Connor & Madge, 2004). Deste modo, quando o apoio social é percebido como ausente ou insatisfatório, isso pode levar a sentimentos de baixa autoeficácia e a síndrome do impostor (Shorey, Chan, He, & Chong, 2013). Sendo assim, o presente capítulo apresenta um estudo empírico sobre a autoeficácia, apoio social e síndrome do impostor em mães de primeira viagem do Reino Unido.

Pessoas que sofrem com a síndrome do impostor têm dificuldade em internalizar seu sucesso mesmo que as evidências externas não corroborem tais sentimentos (Chrisman, Pieper, Holland, Glicakauf-Hughes, & Clance, 1995). Estas pessoas vivem com medo de serem descobertas como incompetentes, especialmente quando estão desempenhando um papel novo (Bernard, Dollinger, & Ramaniah, 2002). Tais sentimentos estão comumente relacionados à depressão, ansiedade e preocupação em atender as expectativas das pessoas e obter validação externa (Langford & Clance, 1993). Com relação

às causas da síndrome do impostor, apesar de não existirem evidências claras, Berinato (2015) observou que fatores ambientais como a dinâmica familiar, superproteção parental e sucesso familiar podem levar ao desenvolvimento desta síndrome.

No contexto da maternidade, tornar-se mãe pode ser considerado um papel novo a ser desempenhado pela mulher, podendo levar a dificuldades e expectativas irrealistas quanto ao desempenho desse papel (Lee, Vasileiou, & Barnett, 2019). É possível que tais sentimentos sejam influenciados pelas implicações que o vínculo maternal pode ter no desenvolvimento da criança (Zimmer-Gembeck, Webb, Thomas, & Klag, 2015). Pessoas que sofrem com a síndrome do impostor tendem a ter baixa autoeficácia (Vergauwe, Wille, Feys, De Fruyt, & Anseel, 2015) e a avaliar sua performance de forma mais negativa (Want & Kleitman, 2005). As mães que se sentem como impostoras apresentam uma tendência a atribuir seu sucesso a fatores externos ou à sorte, tendo dificuldade em reconhecer suas próprias competências e habilidades, demonstrando baixa autoeficácia (Want & Kleitman, 2005).

A autoeficácia parental é um termo utilizado para descrever a percepção que a mãe ou o pai tem de suas próprias capacidades, competências e de suas habilidades de ter um impacto positivo no desenvolvimento da criança (Amin et al., 2018). Estudos sobre a autoeficácia parental demonstram que uma baixa autoeficácia leva a auto-sabotagem (*self-handicapping*), no sentido de que esta mãe ou pai passa a apresentar comportamentos de esquiva e a considerar as falhas como uma confirmação de que não possui boas habilidades parentais (Amin et al., 2018). Da mesma forma, aqueles que sofrem com a síndrome do impostor também tendem a apresentar comportamentos de auto-sabotagem como um mecanismo de defesa e uma distorção da percepção sobre sua performance (Want & Kleitman, 2005).

Haslam, Tee e Baker (2017) observaram que pais com baixa autoeficácia apresentam uma maior tendência a buscar apoio social on-line, em comparação a pais com alta autoeficácia. Sendo assim, é importante considerar também o papel do apoio social em mães de

primeira viagem. Uma rede de apoio social consiste em pessoas que conhecem e se importam com o indivíduo, podendo oferecer apoio significativo, especialmente em situações de mudanças significativas, como tornar-se mãe pela primeira vez (Hogg & Vaughn, 2018). A falta desse apoio social e sentimentos de solidão podem levar essas mães a fazerem avaliações negativas de suas habilidades maternas e dúvidas quanto às suas capacidades, o que por sua vez reduz ainda mais as chances de buscarem apoio social, pois buscam esconder sua baixa autoeficácia (Lee et al., 2019). Ademais, estudos que buscaram promover um aumento da autoeficácia sugerem que as influências sociais podem ter um impacto positivo, especialmente na forma de apoio dos pares e encorajamento (Maltby, Day, & Macaskill 2017). Segundo Bandura (1997), a autoeficácia também pode ser promovida por meio da modelagem, isto é, observando outra pessoa realizar tarefas. Sendo assim, o contato social com pessoas que podem compartilhar os mesmos receios, também pode ser benéfico para ajustar as expectativas de mães de primeira viagem e aumentar sua confiança.

O tipo de apoio social que as mães recebem também precisa ser levado em consideração para avaliar seu benefício. Por exemplo, Shorey et al. (2013) demonstraram que apoio social da comunidade, de forma regular, levou à aumento da autoeficácia dos participantes do estudo. Não obstante, as formas que as pessoas buscam apoio social tem sofrido mudanças. Mesmo com acesso a aulas pré-natais, muitos pais preferem buscar apoio e informações online sobre os cuidados com o bebê (O'Connor & Madge, 2004). Estudo recente sobre o uso de mídias sociais como mecanismo de suporte indicou que aproximadamente 75% dos pais entre 18 e 29 anos e 66% dos pais entre 30 e 39 anos usavam as mídias sociais pelo menos uma vez por dia como parte da sua rede de apoio (Haslam, et al., 2017). Outro estudo demonstrou que as mídias sociais também são a preferência de mães adolescentes, que buscam online outras mães em situação semelhante para pedir conselhos e como companhia (Ruthven, Buchanan, & Jardine, 2018).

Desta forma, o apoio social pode ter efeitos benéficos para a redução dos sentimentos de impostor e de baixa autoeficácia em pais em geral, mas especialmente em mães de primeira viagem. Conforme demonstrado por Shorey et al. (2013), o apoio social pode levar a uma melhora na autoeficácia em relação aos cuidados com o recém-nascido. Da mesma forma, programas de educação parental com foco em autoeficácia e estratégias de enfrentamento tem se demonstrado eficazes (Amin et al., 2018). Boyd, Price, Mogul, Yates e Guevara (2019). realizaram um estudo comparando duas intervenções, uma pessoalmente e outra por mídias sociais, em um grupo de pais de primeira viagem com sintomas de depressão pós-parto. Um maior engajamento foi observado no grupo que fez a intervenção via mídias sociais e um aumento na auto-percepção de competência parental. De fato, o grupo que realizou a intervenção presencial obteve apenas 3% de engajamento e demonstrou uma redução no senso de competência. Apesar de este estudo ter sido conduzido em participantes com sintomas de depressão, é possível que os mesmos benefícios da intervenção online sejam observados em grupos sem qualquer sintomatologia. Não obstante, a literatura ainda não fornece evidências sobre os efeitos da frequência que os pais passam online na sua percepção de apoio social e os efeitos que este apoio social online pode ter sobre a autoeficácia.

Sendo assim, o presente estudo teve como objetivo avaliar os níveis de síndrome do impostor em mães de primeira viagem e em que medida esses sentimentos são influenciados pela autoeficácia e apoio social tanto da comunidade quanto online. O estudo foca em mães, especificamente, uma vez que o papel de cuidadora primária é amplamente atribuído à mãe. Ademais, considerando-se que existe maior expectativa social para que as mães demonstrem um “instinto materno” (Lee et al., 2019), é possível que estas estejam mais susceptíveis a problemas como a síndrome do impostor e baixa autoeficácia no contexto da criação dos filhos. Mães que possuem mais de um filho também não foram consideradas para esse estudo, uma vez

que já tem sido evidenciado que estas demonstram maior confiança e apresentam menos sintomas de ansiedade e depressão (Kristensen et al., 2018).

MÉTODO

Participantes

Contou-se com uma amostra de conveniência (não probabilística) de 109 mães. Não obstante, apenas 58 preencheram todo o questionário corretamente e foram incluídas na análise. A idade média das participantes foi 31,29 anos (DP = 4,57), a idade média dos seus bebês foi 11,1 meses (DP = 7,67). Apenas mães maiores de idade, com um único filho (de até 24 meses) e fluentes em inglês foram convidadas a participar da pesquisa. Como critério de exclusão, mulheres diagnosticadas com depressão pós-parto ou que tiveram bebê há menos de oito semanas foram excluídas. Utilizou-se esse critério para reduzir os efeitos de desconforto psicológico para essas mães devido ao conteúdo das escalas utilizadas.

Instrumentos

Escala Clance do Fenômeno do Impostor (Chrisman et al, 1995). A versão original dessa escala é composta por 20 itens que avaliam em que medida a pessoa tem sentimentos de impostor, dúvidas quanto a sua capacidade e atribuição externa em situações de êxito. A escala foi modificada para indicar situações referentes à maternidade (e.g. “Com frequência consegui executar bem uma tarefa materna mesmo com medo de que não conseguiria”). Os itens foram respondidos em uma escala de cinco pontos variando entre 1 (De forma alguma) a 5 (Constantemente). Todos os itens foram codificados para que pontuações mais altas indicassem maior nível de impostorismo.

Escala de Confiança Parental Karitane (Črnčec, Barnett, & Matthey, 2008). Este instrumento avalia a autoeficácia parental. Evidências de sua validade na língua inglesa foram reportadas Pontoppidan, Andrade, Kristensen e Mortensen (2019). A escala é composta por 15 itens (e.g. “Sinto-me confiante em ajudar meu bebê a ter uma boa rotina de sono”), respondidos em uma escala de quatro pontos variando entre 1 (Nunca) a 4 (Na maior parte do tempo). Pontuações maiores refletem um maior nível de autoeficácia parental.

Escala de Apoio Social Online (Nick et al., 2018). Uma versão adaptada dessa escala foi utilizada para avaliar a frequência e percepção de apoio social online. Na primeira parte, as participantes indicaram a frequência com que usavam cada um dos canais de apoio social em uma escala variando entre 0 (nunca) e 4 (com muita frequência). A segunda parte da escala avaliou a percepção do apoio social recebido por meio de 23 itens respondidos na mesma escala de resposta da primeira parte (e.g. “As pessoas que converso online fazem eu me sentir bem relação às minhas habilidades parentais”).

Escala Multidimensional de Apoio Social Percebido (Zimet, Dahlem, Zimet, & Farley, 1988). Uma versão adaptada desse instrumento foi utilizada para avaliar a percepção de apoio social na comunidade. A primeira parte escala é composta por 15 itens, aos quais as participantes indicaram com que frequência elas obtém apoio de diferentes agentes (e.g. pais, avós, outros familiares), numa escala de resposta variando entre 0 (nunca) e 4 (com muita frequência). A segunda parte da escala é composta por 12 itens que avaliam a percepção de apoio social vindo da comunidade (e.g. “Existe uma pessoa especial próxima a mim sempre que preciso”), respondida em uma escala variando entre 1 (discordo totalmente) e 7 (concordo totalmente).

Procedimento

Essa pesquisa recebeu aprovação ética pela *University of Derby* (Inglaterra). As participantes foram recrutadas por meio de grupos do

Facebook e do site Mumsnet, após receber aprovação dos administradores dos grupos. O convite para participação informou o objetivo da pesquisa, critérios de inclusão/exclusão e direcionou as participantes para o link do questionário. A primeira página do questionário apresentou informações mais detalhadas sobre o objetivo da pesquisa, o termo de consentimento, e o contato das pesquisadoras para sanar eventuais dúvidas. Todas as informações foram armazenadas de forma confidencial, de acordo com o Regulamento Geral de Proteção dos Dados (GDPR) da União Europeia. Os dados foram coletados entre Maio e Outubro de 2019.

RESULTADOS

Primeiramente, buscou-se compreender em que medida os níveis de síndrome do impostor podem ser explicados pela autoeficácia, apoio social on-line e apoio social comunitário. A análise de regressão múltipla indicou um modelo significativo, $F(7, 49) = 5,664$, $p = 0,001$, que explicou 38% da variância. A autoeficácia parental ($\beta = -0,427$, $p = 0,002$) e o apoio social comunitário explicaram negativamente a síndrome do impostor ($\beta = -0,301$, $p = 0,030$). Os demais preditores não contribuíram significativamente.

Em seguida, buscou-se compreender em que medida o apoio social explica a autoeficácia parental. A regressão múltipla indicou um modelo significativo, $F(6, 50) = 2,346$, $p = 0,045$, explicando 21,6% da variância. Não obstante, apenas a percepção de apoio comunitário contribuiu significativamente para explicar a autoeficácia parental ($\beta = 0,474$, $p = 0,002$).

Finalmente, buscou-se compreender que tipo de apoio social é mais buscado por mães de primeira viagem britânicas na internet. Para tanto, foram calculadas estatísticas descritivas para a frequência com que cada canal de apoio social online é utilizado. Observou-se que o Facebook é utilizado com maior frequência ($M = 2,97$, $DP = 1,20$ para grupos no Facebook e para o próprio perfil, $M = 2,78$,

DP = 1,35), porém as mães também utilizam frequentemente blogs sobre maternidade, como o Mumsnet (M = 2,20, DP = 1,24) e o Instagram (M = 2,20, DP = 1,51).

Com relação ao apoio social comunitário, observou-se que a família próxima (mãe e avó, M = 3,78, DP = 1,31) e amigos próximos (M = 3,02, DP = 1,32) são os canais mais utilizados. Outras redes de apoio citadas foram grupos de apoio a pais/mães (M = 2,92, DP = 1,42), irmãos (M = 2,80, DP = 1,31) e grupos mães e bebês (M = 2,51, DP = 1,19). Surpreendentemente, a parteira foi um dos canais menos utilizados (M = 1,54, DP = 0,77), mesmo sendo um serviço disponível para as mães britânicas.

DISCUSSÃO

O objetivo desse estudo foi compreender sentimentos da síndrome do impostor em mães de primeira viagem e em que medida esses sentimentos são influenciados pela autoeficácia e apoio social. De fato, foi observado que autoeficácia e apoio social comunitário podem servir como fatores de proteção para sentimentos da síndrome do impostor. O apoio social comunitário também foi significativo para promover sensação de autoeficácia parental. Tais resultados contribuem para reforçar a importância da autoeficácia para reduzir a síndrome do impostor (Berinato, 2015), porém em um contexto ainda não explorado - a maternidade. O presente estudo também reforça a compreensão de que apoio social é crucial tanto para a autoeficácia quanto para a síndrome do impostor. Estes achados são importantes, pois as únicas evidências disponíveis sobre a síndrome do impostor em mães derivam de relatos informais de mães de primeira viagem (e.g. McCombs, 2017; Orr, 2018; Petter, 2018).

A autoeficácia parental reflete uma percepção das próprias capacidades e competências na função materna (ou paterna) (Amin et al., 2018), contrastando com a síndrome do impostor, a qual gera sentimentos de incompetência e uma tendência a atribuir qualquer

resultado positivo a fatores externos ou ao acaso (Clance et al., 1995). Portanto, não é surpreendente que as mães que possuem baixa autoeficácia também se avaliem como impostoras. Este achado é importante, pois é a primeira evidência dessa relação em mães. No entanto, estudos futuros precisam investigar os tipos de comportamentos de autossabotagem que a baixa autoeficácia e a síndrome do impostor podem causar. Desta forma, será possível informar profissionais e mães sobre os melhores canais de apoio social para evitar comportamentos auto-sabotadores que podem comprometer o vínculo materno e desenvolvimento saudável das crianças.

Com relação ao papel do apoio social, foi interessante observar que por mais que as mães utilizem a internet como uma forma de apoio social, a percepção ou frequência desse apoio não contribuiu para explicar os níveis da síndrome do impostor ou de autoeficácia. No entanto, é possível que as mães mais novas engajem com mais frequência nas redes sociais, conforme demonstrado por Ruthven et al. (2018) em mães entre 14 e 21 anos. No presente estudo, a idade média das mães foi 31 anos. Portanto, é possível que as mães mais velhas percebam seus pares como um canal de apoio social, enquanto mães mais jovens não tenham a mesma percepção, uma vez que seus pares talvez não sejam mães ainda, buscando, então, apoio online.

Apenas o apoio social comunitário teve um impacto positivo tanto na síndrome do impostor quanto na autoeficácia. Shorey et al. (2013) já haviam identificado a importância do apoio social comunitário para a autoeficácia parental. O papel do apoio social online, por outro lado, não parece estar suficientemente claro. Haslam et al. (2017) observaram que pais que engajavam com frequência em apoio social online tinham uma percepção positiva, porém nenhum efeito na autoeficácia. Por outro lado, Boyd et al. (2019) observou que uma intervenção online gerou muito mais engajamento dos pais do que uma intervenção presencial e que esta intervenção online promoveu um aumento na autoconfiança parental. Em relação a efeitos negativos da internet, a comparação social nas mídias sociais pode levar

à redução da percepção de competência parental (Coyne, McDaniel, & Stockdale, 2017) e a competição entre pais (Harley, 2014). Sendo assim, é importante que estudos futuros procurem compreender melhor em quais situações o apoio social online pode ser benéfico, especialmente para mães de primeira viagem.

No que diz respeito ao apoio social por parte de profissionais de saúde, este aspecto foi pouco explorado no presente estudo. A frequência e percepção desses canais de apoio, na presente amostra, foi relativamente baixa. Estudos anteriores indicam que acesso a profissionais de saúde é um fator significativo para a autoeficácia parental e depressão pós-parto (Fealy et al., 2019; Shorey et al., 2013). Inclusive, há evidências de que o acesso a profissionais de saúde por meio de aplicativos de celular tem um efeito positivo na autoeficácia parental (Fealy et al., 2019).

Pesquisas anteriores indicam que a autoconfiança parental tende a aumentar com o passar do tempo (Pontopiddan et al., 2019). Os resultados do presente estudo não corroboram esta relação uma vez que não foi observada uma relação significativa entre a idade da mãe ou do bebê com a síndrome do impostor ou autoeficácia. No entanto, vale salientar que as participantes desse estudo tinham filhos menores de dois anos, portanto, é possível que esta relação exista quando há uma maior variabilidade na idade dos filhos.

Com relação às limitações do presente estudo. Destaca-se o tamanho da amostra, apesar de 109 mães terem iniciado a pesquisa, apenas 58 completaram todo o questionário corretamente. Mães com depressão pós-parto ou em puerpério foram excluídas por segurança, no entanto, é importante que estas mães tenham espaço e oportunidades de compartilhar suas experiências em pesquisas futuras, uma vez que provavelmente teriam os melhores benefícios de intervenções em autoeficácia e apoio social. A média de idade das participantes foi superior à média de idade de mães de primeira viagem no Reino Unido, que é de 28,8 anos (Ghosh, 2019). Portanto, é provável que a amostra do presente estudo não seja representativa das mães de primeira viagem do país.

Apesar das limitações observadas, confia-se que a presente pesquisa represente uma contribuição significativa para o estudo de experiências de mães de primeira viagem e pode servir como base para estudos futuros. Seria importante melhor compreender em que medida o apoio social online pode ser benéfico ou prejudicial para mães. Além da autoeficácia e síndrome do impostor, outras variáveis psicológicas precisam ser consideradas, como variáveis de personalidade (e.g. neuroticismo). Seria também interessante comparar as experiências de mães biológicas, mães adotivas e pais de primeira viagem.

Em resumo, o presente estudo fornece evidências iniciais da síndrome do impostor em mães de primeira viagem, bem como os papéis da autoeficácia parental e do apoio social como fatores de proteção contra os sentimentos de impostorismo. Mesmo com mudanças graduais nos papéis tradicionais de gênero e a presença da internet em todas as fases do desenvolvimento, este estudo demonstra a importância do apoio social para mães de primeira viagem, especialmente do apoio comunitário. Considerando-se as implicações que o comprometimento do vínculo materno pode ter no desenvolvimento da criança, é preciso mais iniciativa no âmbito acadêmico e social para compreender o suporte necessário para mães de primeira viagem na sociedade moderna.

REFERÊNCIAS

Amin, L. N. A., Tam, W. W. S., & Shorey, S. (2018). Enhancing first-time parents' self-efficacy: A systematic review and meta-analysis of universal parent education interventions' efficacy. **International Journal of Nursing Studies**, **82**, 149-162.

Bandura, A. (1997) *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: Freeman.

Berinato, S. (2015). The Personality Traits That Make Us Feel Like Frauds. **Harvard Business Review Digital Articles**. Retrieved on 17th July 2020: <https://hbr.org/2015/10/the-personality-traits-that-make-us-feel-like-frauds>

Bernard, N. S., Dollinger, S. J., & Ramaniah, N. V. (2002). Applying the Big Five Personality Factors to the Impostor Phenomenon. **Journal of Personality Assessment**, *78*(2), 321–333.

Boyd, R. C., Price, J., Mogul, M., Yates, T., & Guevara, J. P. (2019). Pilot RCT of a social media parenting intervention for postpartum mothers with depression symptoms. **Journal of Reproductive & Infant Psychology**, *37*, 290–301.

Cameron, A. J., Charlton, E., Walsh, A., Hesketh, K., & Campbell, K. (2019). The influence of the maternal peer group (partner, friends, mothers' group, family) on mothers' attitudes to obesity-related behaviours of their children. **BMC Pediatrics**, *19*, 2-8.

Chrisman, S. M., Pieper, W. A., Clance, P. R., Holland, C. L., & Glickauf-Hughes, C. (1995). Validation of the Clance Imposter Phenomenon Scale. **Journal of Personality Assessment**, *65*(3), 456-467.

Črnčec, R., Barnett, B., & Matthey, S. (2008). Development of an instrument to assess perceived self-efficacy in the parents of infant. **Research in Nursing and Health**, *31*, 442-453.

Conroy, C. (2017) Overcoming mama impostor syndrome. **Lead Mama Lead**. Retrieved 20th February 2019 from: <http://www.lead-mamalead.com/overcoming-mama-impostor-syndrome/>

Coyne, S. M., McDaniel, B. T., & Stockdale, L. A. (2017). "Do you dare to compare?" Associations between maternal social comparisons on

social networking sites and parenting, mental health, and romantic relationship outcomes. **Computers in Human Behaviour**, *70*, 335–340.

Fealy, S., Chan, S., Wynne, O., Dowse, E., Ebert, L., Ho Chun Man, R., ... Jones, D. (2019). The Support for New Mothers Project: A protocol for a Pilot Randomised Controlled Trial designed to test a Postnatal Psychoeducation Smartphone Application. **Journal of Advanced Nursing**, *75*, 1347-1359.

Ghosh, K. (2019) **Birth characteristics in England and Wales: 2017** retrieved 15th November 2019 from:<https://www.ons.gov.uk/peoplepopulationandcommunity/birthsdeathsandmarriages/livebirths/bulletins/birthcharacteristicsinenglandandwales/2017>

Harley, N. (2014) iMummies take parental rivalry to new heights. **Sunday Times** (London, England). Retrieved 4th march 2019 from: <http://search.ebscohost.com.ezproxy.derby.ac.uk/login.aspx?direct=true&db=edsgao&AN=edsgcl.366938701&site=eds-live>

Hogg, M. A., & Vaughan, G. M. (2018). **Social psychology: An introduction**. Harvester Wheatsheaf.

Kristensen, I. H., Simonsen, M., Trillingsgaard, T., Pontoppidan, M., & Kronborg, H. (2018). First-time mothers' confidence mood and stress in the first months postpartum. A cohort study. **Sexual & Reproductive Healthcare**, *17*, 43–49.

Langford, J., & Clance, P. R. (1993). The Impostor Phenomenon: Recent Research Findings Regarding Dynamics, Personality and Family Patterns and their Implications for Treatment. **Psychotherapy: theory, research, practice, training**, *30*, 495-501.

Lee, K., Vasileiou, K., & Barnett, J. (2019). 'Lonely within the mother': An exploratory study of first-time mothers' experiences of loneliness. **Journal of Health Psychology**, *24*(10), 1334–1344.

Maltby, J., Day, L., & Macaskill, A. (2017). **Personality, individual differences and intelligence**. Pearson. London.

McCombs, E. (2017) I Think I Have 'Imposter Syndrome' But For Parents. I am only pretending to be an adult capable of caring for another person. **Huff Post**. Retrieved 17th October 2019 from: <https://www.huffpost.com/entry/i-think-i-have-imposter-syndrome-but-forparents>

Nick, E. A., Cole, D. A., Cho, S.J., Smith, D. K., Carter, T. G., & Zerkowitz, R. L. (2018). The Online Social Support Scale: Measure development and validation. **Psychological Assessment**, *30*, 1127–1143

O'Connor, H., & Madge, C. (2004). 'My mother's thirty years out of date': the role of the Internet in the transition to motherhood. **Community Work and Family**, *7*, 351-369.

Orr, K. (2018) Fake it till you make it with parenting. **The Sydney Morning Herald**. Retrieved 20th February 2019 from: <https://www.smh.com.au/lifestyle/life-and-relationships/when-impostor-syndrome-leaks-into-your-parenting-20181112-p50fl3.html>

Petter, O. (2018). Mother reveals how imposter syndrome left her 'in a constant state of fear'. **The Independent**. Retrieved 20th February 2019 from: <https://www.independent.co.uk/life-style/health-and-families/imposter-syndrome-mother-baby-fear-facebook-ultimate-mom-challenge-nevada-a8301711.html>

Pontoppidan, M., Andrade, S. B., Kristensen, I. H., & Mortensen, E. L. (2019). Maternal confidence after birth in at-risk and not-at-risk

mothers: internal and external validity of the Danish version of the Karitane Parenting Confidence Scale (KPCS). **Journal of Patient-Reported Outcomes**, 3(1).

Ruthven, I., Buchanan, S., & Jardine, C. (2018). Isolated, overwhelmed, and worried: Young first-time mothers asking for information and support online. **Journal of the Association for Information Science & Technology**, 69, 1073–1083.

Shorey, S., Chan, S. W.-C., He, H.G., & Chong, Y. S. (2013). Maternal parental self-efficacy in newborn care and social support needs in Singapore: A correlational study. **Journal of Clinical Nursing**, 23, 2272–2283.

Vergauwe, J., Wille, B., Feys, M., De Fruyt, F., & Anseel, F. (2015). Fear of Being Exposed: The Trait-Relatedness of the Impostor Phenomenon and its Relevance in the Work Context. **Journal of Business & Psychology**, 30, 565–581.

Want, J., & Kleitman, S. (2005). Imposter phenomenon and self-handicapping: Links with parenting styles and self-confidence. **Personality and Individual Differences**, 5, 961-971.

Zimmer-Gembeck, M. J., Webb, H. J., Thomas, R., & Klag, S. (2015). A new measure of toddler parenting practices and associations with attachment and mothers' sensitivity, competence, and enjoyment of parenting. **Early Child Development and Care**, 185, 1422–1436.

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. **Journal of Personality Assessment**, 52, 30-41.

