

# Autoefficacia nelle persone con SM

venerdì, 11 agosto 2023

## [Il Registro svizzero SM](#)

Trattandosi di una malattia cronica, la sclerosi multipla (SM) pone le persone che ne sono affette di fronte a molteplici sfide nella vita di tutti i giorni. L'ultimo sondaggio del Registro SM è dedicato al tema dell'autoefficacia nelle persone con SM e a questioni correlate e si propone di valutare la percezione che le persone con SM hanno della propria autoefficacia rispetto alla SM.

## Cosa significa autoefficacia?

Il concetto di autoefficacia è stato sviluppato dallo psicologo Albert Bandura e si riferisce alla convinzione personale di poter superare con le proprie forze situazioni e sfide difficili (Bandura, 1997). Interiorizzare l'autoefficacia è importante per la salute mentale, poiché essa interagisce con diversi processi importanti per il benessere, come per esempio la percezione del proprio corpo e la sensazione di spossatezza. Con una malattia cronica come la SM, le situazioni impegnative fanno parte della vita quotidiana e devono essere opportunamente affrontate e gestite. L'aspettativa rispetto alla propria autoefficacia riveste un ruolo fondamentale nel gestire queste situazioni connesse con la SM.

## Sondaggio speciale sul tema «SM e autoefficacia»

Quest'estate il Registro svizzero SM ha lanciato un sondaggio speciale sul tema «SM e autoefficacia», sviluppato e condotto in collaborazione con la Clinica di riabilitazione Valens e con il PF di Zurigo (Translational Neuromodeling Unit). Il nuovo sondaggio rileva l'autoefficacia individuale in vari ambiti e fornisce risultati sulle convinzioni e gli atteggiamenti delle persone con SM. Le risposte al questionario offrono informazioni su come l'autoefficacia influisca sul benessere, sulle capacità di gestire la malattia e sulla qualità della vita delle persone con SM, contribuendo inoltre alla comprensione delle esigenze e delle risorse individuali.

## Parte supplementare sulla percezione del corpo e sulla salute mentale

Oltre all'autoefficacia, il sondaggio esamina anche la percezione del corpo e la salute mentale, esplorando, con le domande, aspetti individuali come l'umore, il benessere emotivo e le percezioni relative al corpo.

I risultati del nuovo sondaggio possono aiutare a comprendere meglio la manifestazione dell'autoefficacia nelle persone con SM e a far luce sui nessi con la salute mentale e la percezione del corpo, un ottimo punto di partenza per lo sviluppo di nuovi

approcci terapeutici cognitivi volti a migliorare la salute mentale delle persone con SM.

## Partecipazione

Tutte le persone con SM già iscritte al Registro SM saranno invitate a partecipare al sondaggio tramite e-mail o lettera tra luglio e dicembre 2023.

Le persone con SM non ancora iscritte al Registro SM che desiderano partecipare a questo e a sondaggi futuri possono registrarsi alla pagina: <https://ms-register.ch/it/partecipazione/>

In caso di domande o dubbi, è possibile contattare il Registro SM anche telefonicamente: 044 634 48 59.

Il Registro SM si augura una ricca partecipazione e vi ringrazia in anticipo per il vostro impegno!

[Partecipare al sondaggio](#)

---

Società svizzera sclerosi multipla, via S. Gottardo 50, 6900 Lugano-Massagno

Tel. 091 922 61 10 | [info@sclerosimultipla.ch](mailto:info@sclerosimultipla.ch) | [www.sclerosimultipla.ch](http://www.sclerosimultipla.ch)