

# **Storie di successo** **Genio in 21 giorni** **2019**

**Psicologia, Pedagogia**

---





# Anna Rosini

Salve a tutti, mi chiamo Anna Rosini e sono una studentessa di Psicologia. Genio in 21 giorni ha incrociato la mia strada in una gelida giornata di Gennaio, anche se, più che incrociata, direi che mi ha violentemente tagliato la strada, ridandomi speranze e proponendomi qualcosa che non avevo mai sentito. Incuriosita, ma sempre con estremo scetticismo, frequentai il corso, che ora dopo ora levigava man mano tutti i miei dubbi.

Lasciando da parte i convenevoli del tipo che sono tutte persone straordinariamente intraprendenti, sognatrici, disponibili e coraggiose, sono state una parte fondamentale del mio “cambio di rotta”.

Prima del corso pensavo che la mia mente non potesse cambiare, che fosse statica e che le mie abitudini ormai fossero state definite, sia nella mia vita di ogni giorno sia nello studio. Per 19 anni della mia vita ho letto, ripetuto, riscritto e quando mi hanno proposto questo metodo avevo più paura che speranza. Pian piano ho cominciato a vedere i primi risultati, i primi libri interi letti in un'ora, le prime 30 pagine memorizzate in 50 minuti, che poi diventavano 40 e via così. Il lavoro più duro arrivò quando mi trovai da sola a confrontarmi con la mia mente, con il cambiare completamente le mie abitudini di studio. I primi giorni non fu affatto facile, ma man mano che vedevo risultati e cosa più importante, ciò che prima mi portava via 6/7 ore della giornata ora me ne portava via 4, e poi 3, ad ogni minuto che diminuiva era una soddisfazione incomparabile.

La parte del corso che mi è servita di più è stata sicuramente quella relativa alle strategie, le mappe mentali, i visual e soprattutto la lettura veloce. Sono proprio queste ultime che mi fanno sentire tranquilla anche durante gli esami, mi hanno aiutata e mi aiutano a combattere l'ansia e mi fanno sentire più sicura di me stessa.

Questo corso, che alla fine definirei come “percorso”, mi ha aiutata tantissimo dal punto di vista personale, mi ha insegnato a guardare la vita da un'altra angolazione, e mi ha fatto capire che sono io l'unica che può cambiarla. Dal punto di vista pratico, mi ha dato gli strumenti per arrivare dove avrei voluto essere, nei mesi successivi ho passato sia il test di selezione per l'Università di Bergamo, arrivando 128 su 1064, sia per quella di Roma, che alla fine ho scelto. Consiglio di fare questo corso perché oltre che darti gli strumenti per arrivare ovunque tu voglia, ti offre la possibilità di imparare ad organizzare meglio la giornata e diminuire notevolmente il tempo perso.



# Daniela Pieri

Ciao a tutti! Mi chiamo Daniela e frequento l'ultimo anno di Formazione Primaria.

Mi sono da sempre ritenuta una ragazza ben organizzata e anche molto diligente in termini di studio.

Decisi di iscrivermi al corso a Febbraio 2019 perché il mio problema era soprattutto il ricordo a lungo termine e inoltre le mappe e la lettura veloce mi intrigavano molto.

Insieme al mio tutor ci siamo da subito posti come obiettivo di migliorare l'area della gestione delle emozioni e dell'elaborazione del testo. L'obiettivo più grande però, era quello di concludere la sessione estiva dando tutti gli esami al primo appello.

Rabbrivido all'idea e temevo di non potercela fare ma mi sono rimboccata le maniche e per tutto il secondo semestre mi sono impegnata con le mappe e con i ripassi programmati (senza mai saltarne uno!).

Non solo sono riuscita a dare 4 esami in 2 giorni (con esiti veramente discreti, 29,30,29,26)... Che se ci ripenso mi brillano ancora gli occhi, ma ho migliorato la fiducia in me stessa, dimostrandomi una volta per tutte che posso arrivare dove voglio!

La cosa più bella è che da quel giorno ho decisamente alzato i miei standard ponendomi come obiettivo anche quest'anno di dare tutti gli esami al primo appello.

Tutto questo non sarebbe stato possibile senza la presenza della mia guida, il mio tutor Davide non c'è stato un momento in cui lui abbia dubitato di me, a tutti gli altri tutor e ai ragazzi della sede di Firenze a cui voglio un mondo di bene.

Custodisco in modo prezioso tutte le strategie e tutti gli insegnamenti che ho ricevuto e che continuo a ricevere giorno dopo giorno.



# Diego Mandia

Sono uno studente universitario al primo anno di Psicologia.

Sono venuto a conoscenza del fatto che ci fossero dei metodi per migliorare lo studio dopo una presentazione avvenuta nella mia scuola.

Dentro di me mi sono chiesto come fosse possibile.

Guardavo quel ragazzo che era venuto e lo ammiravo, volevo diventare come lui e volevo imparare a farlo.

Ho cercato di imparare da autodidatta, su siti internet, video e libri in biblioteca trovando anche materiale utile ma da solo non riuscivo ad applicarlo su ciò che avevo da studiare.

Successivamente grazie all'invito di un'amica alla presentazione del



corso, non ho pensato neanche un istante e mi sono iscritto.

Onestamente non mi è mai piaciuto studiare e l'idea di poterci mettere meno tempo e dedicare il resto della mia giornata ad altro mi entusiasmava.

Alle superiori non avevo maturato un metodo quindi mi sono trovato in difficoltà perché non sapevo come affrontare la mole di studio dell'Università.

Facevo riassunti e per memorizzare ripetevo ma questo mi avrebbe portato a metterci molto tempo e l'idea mi faceva perdere la voglia ancora prima di iniziare.

Adesso che ho finito il corso sono soddisfatto dei risultati ottenuti.

Ho passato l'esame di Teologia Sociale con 26.

Quello che mi è servito è stato l'utilizzo del pav per fissare i termini più specifici e questo mi ha permesso in sede d'esame di richiamare le informazioni che mi servivano.

Ho preparato un esame di Sviluppo ed Educazione di circa 1000 pagine in un mese dedicandoci circa 2 ore e mezza al giorno.

Grazie alle mappe mentali sono riuscito a riassumere e ad avere sotto mano un capitolo intero in un unico foglio e sono riuscito a memorizzare ciò che avevo scritto senza più ripetere.

Purtroppo non ho potuto sostenere l'esame per questione logistiche ma ho la consapevolezza di poter ricordare queste informazioni per la prossima sessione e questo mi fa stare tranquillo.

Soldi ben spesi nonostante tutte le opinioni negative che ho sentito.



## Giulia Tranchina

Vengo da Ustica e Studio Scienze e Tecniche Psicologiche all'università di Palermo, sono attualmente al primo anno di università e contro ogni mia aspettativa ho dato tutti gli esami di questo semestre.

Fin dal liceo non avevo bisogno di molta applicazione nello studio perché me la cavavo, abbastanza bene, in tutte le materie. Riassunti, schemi e ripetizioni in loop! Buoni voti, ma mai soddisfatta, perché riconoscevo che studiavo solo in vista dell'interrogazione, per poi perdere tutte le informazioni. Inoltre, tengo a dire che sono un tipo molto ansioso e non sempre mi risultava facile gestire l'ansia prima di un esame.

La mia esperienza con Genio in 21 Giorni è iniziata il 10 Febbraio 2018, nella sede di Catania, dove a marzo ho frequentato per la prima volta il corso. Purtroppo per la lontananza non l'ho potuto sfruttare appieno, ritornando alle origini. Dopo che ho saputo, dal tutor di Catania, della nuova apertura di una sede a Palermo, ho pensato che questo corso andava fatto con più coscienza!

Ho rifrequentato sapendo già cosa mi aspettasse, ma ogni mia aspettativa è stata superata. È stata davvero una grande opportunità.



Adesso torno a parlare dei miei risultati. Rifrequentando sono riuscita ad acquisire il metodo, che ormai sento sempre più appartenermi. Sono riuscita ad organizzare nel migliore dei modi il mio tempo, ‘spalmando’ lo studio in più giorni e non lasciando tutto all’ultimo giorno... senza ansia alcuna!

Gli esami che ho preparato sono i seguenti:

- Alfabetizzazione informatica (idoneità), preparato in 1 giorno grazie al metodo di lettura strategica;

- Fondamenti e storia della psicologia (10 CFU), preparato in 10 giorni (428 pagine + libro a scelta);

- Psicologia fisiologica (10 CFU), preparato in 14 giorni (800 pagine).

Ovviamente sono più che soddisfatta dei risultati raggiunti fino ad ora, poiché grazie al metodo, all’organizzazione del mio tempo e alla motivazione che ho ricevuto, dopo aver dato i tre esami, mi sono potuta godere ben due settimane di non-studio prima dell’inizio del secondo semestre, senza aver rinunciato durante gli esami ai miei momenti di piacere.

Un mega, super, gigantesco, GRAZIE va al mio preparatore personale (aka INCUBO), meglio conosciuto come Giannantonio Fico. Grazie del supporto, dell’impegno e della dedizione messa durante questo percorso.

Sono davvero soddisfatta!

## Lucrezia Smania

Buongiorno a tutti, mi chiamo Lucrezia Smania ho 24 anni e ho frequentato il corso genio in 21 giorni il mese scorso.

I risultati sono stati sorprendenti.

Sono al primo anno di psicologia ma la mia fiducia in me stessa non è mai stata altissima.

Avevo già iniziato l’università al termine delle scuole superiori ma dopo sei mesi avevo pensato che non fosse la strada adatta a me ed avevo deciso di iniziare a lavorare.

Dopo alcune vicissitudini ed essere maturata un po’ ho deciso di rimettermi in gioco e riprovarci. Ovviamente continuando a lavorare i week end.

Il primo esame è andato con un 21, poi continuavo a studiare ma mi sembrava di non riuscire ad imparare nulla, ho passato due mesi a leggere a vuoto e così la mia convinzione e il mio entusiasmo si stavano esaurendo.

Ho fatto il corso convinta potesse aiutarmi e risollevare il mio spirito e ridarmi la carica iniziale, beh le mie aspettative sono state di gran lunga superate!

In meno di 3 settimane ho preparato un esame consistente e bello complesso, che nel piano di studi avevo tenuto tra gli ultimi perchè l’argomento proprio non mi invogliava, e ho preso 26 !

Una sorpresa per tutta la mia famiglia e i miei amici, ma la mia gioia è impagabile !





La fiducia in me stessa e l'amore che provo ogni mattina nell'alzarmi e avere sempre più voglia di fare, di imparare, sempre più felice dei miei progressi e con voglia di migliorarmi costantemente !

Con un'organizzazione seria e precisa, raggiungibile e stimolante !

Ora sto preparando altri tre esami da dare nei prossimi due mesi e per sorprendere il mio compagno sto imparando la sua lingua madre, il tedesco

Ho inoltre l'opportunità di partecipare a delle serate di formazione tenute dalla mia tutor Ilaria Agostini, e che dire, sono onorata di avere lei come figura di riferimento !

Sono grata di aver incontrato un team così preparato, disponibile e umano! Mi ha rivoluzionato tutto!

La vita ti presenta sempre ciò di cui hai bisogno.

## Martina Bennato

Ciao a tutti, sono un tutor della sede di Bergamo e sono contento di condividere con voi la testimonianza di Martina, una mia tutorata che studia psicologia qui a Bergamo.

Ciao sono Martina, ho 20 anni e frequento l'università. È stato un anno un po' particolare perché nonostante io sia una persona molto determinata che aveva scelto con molta convinzione di intraprendere il percorso universitario, in questo secondo anno di studio, avevo perso un po' la motivazione, la voglia e il focus sui miei obiettivi sia a breve che a lungo termine.

Sono venuta a conoscenza del corso Genio grazie a una mia amica, e dopo aver sentito la sua e molte altre testimonianze ho deciso di partecipare al corso. Avevo bisogno di cambiare il mio metodo di studio perché non ero più disposta a trascorrere tutte quelle ore, anzi giorni sui libri! Senza il corso Genio non sarei riuscita a concludere questo secondo anno con successo, mi sarei persa in mezzo a tutte quelle pagine, rimandando un esame dietro l'altro, invece sono riuscita a dare 4 esami nella sessione estiva e portare a casa 28 e 30 senza troppa difficoltà e soprattutto senza troppa ansia!!!

È stata una esperienza a dir poco surreale anche a livello emotivo e interpersonale, essendo una persona abbastanza schiva e riservata, ritrovarsi immersa in un ambiente così solare, super positivo quasi fino all'esagerazione che molte volte mi faceva sentire a disagio ma alla fine mi ha permesso di mettermi alla prova, di aprirmi e conoscere nuove persone e ha scosso un po' quella parte di me che tende a rinchiudersi nel suo piccolo mondo e nelle sue abitudini.

Un ringraziamento particolare va ad Alice, la responsabile del corso e al mio tutor Daniel, anche se molte volte ho fatto vacillare la sua forza di volontà, mi ha aiutato davvero moltissimo a ritrovare la motivazione allo studio, la voglia di fare!!!



# Martina Mornata

Ciao a tutti! Sono Martina e frequento il corso di Progettazione Pedagogica all'Università Cattolica di Piacenza. Io ho svolto il corso del genio in 21 giorni a Monza (MB) nel Febbraio del 2019 e come tutor ho avuto Eleonora e giuro che è stata una vera rivoluzione! Non ho mai avuto seri problemi nello studio ma durante l'Università mi sono resa conto che ci impiegavo troppo tempo per studiare e dopo aver visto e ascoltato la presentazione del corso mi è sembrata un'ottima opportunità per migliorare le tecniche di memorizzazione e diventare più veloce ed efficace in esse. E infatti così è stato!

Grazie alle mappe mentali sono riuscita a memorizzare nella metà del tempo le pagine per un esame. Prima ci impiegavo 5 ore per studiare 20 pagine, ora c'è ne impiego 2 di ore grazie alle mappe e a tutte le tecniche di memorizzazione annesse! Grazie alla mia tutor Eleonora ogni giorno sono riuscita a migliorare sempre di più, soprattutto sono stati molto utili gli incontri individuali, in cui ognuno si focalizza sui propri obiettivi. Un mio obiettivo era quello di dimezzare le ore di studio e così è avvenuto! Ora grazie alle tecniche apprese nel corso ho ridotto notevolmente le ore di studio, sono passata da 5 a 2 per studiare 20 pagine e riesco a preparare un esame in due settimane invece che un mese. Alla fine sono riuscita a dare tutti gli 8 esami nella sessione estiva! Grazie ancora Eleonora Spedale!



# Nadia Di Tommaso

Salve sono Nadia, ho 19 anni e frequento il primo anno di psicologia triennale alla Federico II, Ho frequentato il corso genio a Maggio dell'anno scorso per migliorare la mia elaborazione, smettere di ripetere e portare a lungo termine ciò che studiavo.

Prima del corso io trascorrevi 2/3 giorni prima di un'interrogazione a ripetere fino a farmi venire la nausea della materia, e nonostante il grande sforzo di ripetere incessantemente dopo l'interrogazione il vuoto di tutto ciò che avevo studiato...riuscivo a ricordare a grandi linee il concetto senza saperlo nemmeno spiegare.

Grazie al corso oggi comprendo meglio ciò che studio, spinta da una grande curiosità la domanda che mi pongo sempre è "Perché?".

Ho smesso di ripetere, azione che mi dava molta sicurezza, e a distanza di un mese ricordo ciò che ho studiato sia concetti che dettagli.

Ma la cosa più importante che ho cambiato dopo il corso è stato l'atteggiamento, ho iniziato ad avere fame di conoscenza, ad appassionarmi, a non avere paura di fallire perché i fallimenti non esistono, e ad essere costante nello studio, a fare un master plan e a rispettarlo; ciò mi ha permesso di non





ritrovarmi con dover studiare ancora mezzo libro prima di un esame piuttosto a prepararlo 7-8 giorni di anticipo, avendo così molto più tempo da dedicare a me stessa, alla famiglia e agli amici.

Ho dato 4 esami, il primo è stato abilità informatiche studiato il giorno prima ed ho ottenuto l'idoneità, il secondo è stato psicologia generale voto 26 studiato in 7 giorni, il terzo esame è stato psicologia dello sviluppo voto 23 preparato a Novembre 3 mesi prima, ed il 4 esame è stato filosofia morale preparato in 10 giorni studiando 1-2 ore al giorno con 8 giorni di anticipo voto 25. Ad oggi un mio risultato soddisfacente è studiare 33 pagine in un ora. Ringrazio con tutto il mio cuore la mia tutor Rossella Di Palo, che ha un cuore immenso e che ha sempre creduto in me, mi ha compresa e mi ha permesso di focalizzare tutta la mia attenzione su me stessa.

## Roberta Gallo



Ciao a tutti! Sono Roberta e vorrei condividere con voi la mia esperienza.

Ho avuto un percorso post superiori un po' travagliato: volevo fare fisioterapia ma non passai il test, iniziai scienze farmaceutiche per poi ritentare il test e farmi convalidare gli esami, ma il mio approccio allo studio era totalmente negativo.

Vi spiego un po' come ero solita studiare:

- prendevo gli appunti come neanche uno scribano saprebbe fare;
- non contenta registravo la lezione, tornavo a casa riascoltavo la lezione e riscrivevo TUTTO! Giuro sto male solo al pensiero.

E poi da lì iniziava l'estenuante leggi e ripeti fino alla morte, dove morte era al massimo 2 volte poi iniziava la defenestrazione di libri e appunti per disperazione.

Tutto questo vissuto con ansia e stress, ma non solo, la mia fidata amica era la procrastinazione.

Ogni giorno mi ripetevo "domani" e il giorno dopo mi dicevo "domani" poi ancora "domani" avanti così per giorni e giorni fino ad arrivare a chiedermi "chi caspiterina me lo ha fatto fare?".

Fortunatamente ho conosciuto una persona che mi ha spiegato che il problema non ero io, ma il mio metodo, ma come defenestrare i libri non è un metodo efficace?

Insomma, in effetti defenestrare non è che avesse portato esattamente i risultati sperati, quindi ho scelto di fidarmi e penso sia stata una scelta davvero azzeccata.

Finalmente ho detto ciao ciao al registratore, ciao ciao a sbobinare con dolore, addio al leggi e ripeti, agli appunti insomma addio alle maratone non stop sui libri con caffè dello studente annesso e ho iniziato ad utilizzare uno strumento potentissimo: le mappe mentali, che mi hanno aiutato ad essere molto più concentrata a lezione senza perdermi ogni 5 secondi e in più



mi hanno permesso di racchiudere in una mappa interi capitoli da studiare.

Una cosa su cui ho lavorato tanto sono state le emozioni che provavo quando mi mettevo a studiare: il mio livello di ansia si è abbassato notevolmente. Ora mi sento molto più in controllo e questo mi porta a preparare gli esami con serenità senza vivermi la sessione segregata in casa e stoppando la vita sociale.

Uno dei passi più importanti che ho fatto è stato capire che il mio continuare a raccontarmi di voler fare fisioterapia non era veramente quello che desideravo e ho preso una decisione non facile ma che sicuramente si sta rivelando felice cioè cambiare facoltà e fare quello che in realtà mi appassiona da sempre: lavorare con i bambini, così mi sono iscritta a scienze dell'educazione all'università di Bologna.

La scorsa sessione ho dato tre esami:

- Pedagogia generale preparato grazie alle mappe prese indiretta a lezione;
- Storia delle teorie dell'infanzia in meno di una settimana;
- Psicologia generale (uno dei più temuti dell'anno) preparato in 3 giorni mantenendo una media del 28.

Tutto questo lavorando tutti i giorni circa 7/8 ore al giorno.

Prima del corso studiavo 4/5 pagine ogni 25 minuti, adesso ho quadruplicato il rendimento arrivando a 20 pagine nello stesso tempo!

Il prossimo esame Pedagogia interculturale ce l'ho tra meno di 10 giorni e mi sento molto serena, cosa per me impensabile prima del corso.

Grazie al metodo Genio la mia voglia di imparare e mettermi in gioco è aumentata a dismisura: per mettermi alla prova ho studiato un testo di economia e in un'ora ho letto, capito e mappato 42 pagine, di un libro di psicologia energetica sono riuscita a studiare 93 pagine in un'ora e ad esporle davanti ad una sala tra cui era presente la proprietaria del libro, entrambi i libri sono lontani dalle mie materie di studio e sentirmi capace di affrontare anche materie di cui non ho preconoscenze per cui non mi sento "portata" è davvero una grande soddisfazione.

Un grazie speciale va a tutta la squadra del centro di Bologna e in particolare modo alla mia tutor Cecilia Ferrari che mi ha supportato (o sopportato) in questo magnifico percorso.

E questo è solo l'inizio!!

## Simone Grisot

Buongiorno a tutti! Sono Simone, ho 23 anni e studio Psicologia all'Università di Padova, al secondo anno. Ho fatto il Corso Genio nell'Ottobre del 2017, e dalla fine del corso, la vita universitaria è decollata! Non avendo mai avuto un metodo di studio vero e proprio in precedenza, non ho mai conosciuto il mio vero potenziale, e di conseguenza non ho mai avuto il coraggio di chiedermi di più di ciò che fosse necessario fare nell'ambito sco-





lastico. Il Corso Genio mi ha permesso di aumentare la mia percezione di competenza e la mia sensazione di autoefficacia sia nello studio, che nella vita di tutti i giorni! Un recente risultato che reputo un enorme successo per me, riguarda proprio il fatto di essermi chiesto di più durante quest'ultima sessione invernale, portandomi a dare ben 6 esami con le seguenti valutazioni:

- Psicologia delle disabilità: 22.
- Psicologia del lavoro e delle organizzazioni: 23.
- Psicometria: 25.
- Psicologia clinica: 25.
- Psicofisiologia generale e clinica: 26.
- Psicologia della personalità e delle differenze individuali: 29.

Ciò mi ha permesso, dopo solo un anno e mezzo di università, di avere solo altri 6 esami+tirocinio per arrivare alla laurea!

(voto di psicofisiologia in attesa di verbalizzazione del voto)



## Stefano Gavioli

Ciao a tutti, studio al secondo anno di Psicologia all'Università di Padova e nel mentre lavoro tutte le mattine presso l'amministrazione pubblica della mia città.

Prima di fare il corso avevo comunque passato tutti gli esami del primo anno ma lo studio mi occupava molto tempo. Al massimo ho studiato 4 esami alla volta ed ero costretto a studiare anche fino alle 5 ore nel pomeriggio. Non avevo il tempo materiale per potermi dedicare ad altre passioni, lo studio mi divorava tutti i pomeriggi. Inoltre non sempre avevo le idee chiare sugli argomenti studiati, i riassunti venivano molto lunghi e spesso non riuscivo a collegare i vari argomenti in modo tale da avere una visione globale della materia.

Grazie al corso Genio in 21 Giorni riesco a organizzare gli argomenti di studio in maniera efficiente e a riassumere interi libri in qualche manciata di mappe.

Inoltre avendo velocizzato il mio studio sto preparando 5 esami da dare nel primo semestre, e punto a darne altri 5 nel secondo. Questo vuol dire anticipare degli esami, e prima del corso non avrei mai pensato di riuscire a mettermi così avanti durante il secondo anno, basti pensare che se riesco a dare tutti quelli che mi sono prefissato, nel terzo anno mi rimarrà solo un esame e la tesi.

Come riesco ad andare così forte?

Uso le mappe mentali e le tecniche di lettura strategica che ho imparato. Infatti ora riesco a studiare più di 30 pagine in un'ora, e riesco a studiare in diretta dalle videolezioni nonostante io le guardi a velocità aumentata x1,5.



Inoltre riesco a fare dei ripassi veloci che mi danno maggiore sicurezza di ricordarmi tutto ciò che serve.

La cosa più bella è la tranquillità con cui affronto la preparazione degli esami, studio una materia al giorno dal lunedì al venerdì massimo 2-3 ore e trovo anche tempo per coltivare la passione del trading che prima non trovava spazio nella giornata.

Ringrazio Marco per avermi fatto conoscere il corso, e tutto lo staff di Genio e in particolare il mio tutor Luca che mi ha seguito più da vicino e mi ha consentito di raggiungere gli obiettivi che mi ero posto prima del corso.

Vi posto anche un timelapse di 20 minuti dove leggo, comprendo e riassumo 10 pagine.

## Valentina Borga

Ho appena terminato il secondo anno di Educatore Professionale a Rovereto.

Dopo le superiori avevo deciso di iscrivermi a matematica applicata a Verona, ma all'inizio del secondo anno ho smesso di presentarmi agli esami, soprattutto quelli orali perché provavo troppa agitazione e piano piano anche alle lezioni: avevo perso completamente la motivazione nello studio. Così ho deciso di abbandonare l'università, non volevo più aver nulla a che fare con lo studio.

A Marzo del 2017 mi sono iscritta a Genio in 21 giorni dopo che me ne ha parlato mio cugino e subito dopo il corso ho deciso di tornare a studiare, ho preparato e superato il test d'ingresso per Educatore Professionale (professioni sanitarie) ad Aprile. A Settembre ho iniziato il primo anno, ma alla fine del primo semestre sentivo che mi mancava un po' di motivazione così ho deciso di rifrequentare il corso per riprendere il secondo semestre con la giusta carica e nella sessione estiva ho preparato l'esame di psichiatria in 4 ore, l'esame di "Il ruolo professionale dell'educatore" in 1 ora e mezza entrambi con risultati ottimi (30 e 28).

Ora è finita la sessione estiva del secondo semestre e mi ero data come obiettivo 11 esami di cui ne ho passati 10!

03/06 Analisi dei bisogni e progettazione degli interventi modulo 2 26.

03/06 Analisi dei bisogni e progettazione degli interventi modulo 3 23.

04/06 Fondamenti biologici del comportamento modulo 4 21.

04/06 Lavoro socio territoriale modulo 1 24.

07/06 Lavoro socio territoriale modulo 2 26.

01/07 Lavoro socio territoriale modulo 3 28.

04/07 Lavoro socio territoriale modulo 4 28.

12/07 Analisi dei bisogni e progettazione degli interventi modulo 1 23.

18/07 Analisi dei bisogni e progettazione degli interventi modulo 4 23.





Tirocinio formativo 26.

Ho preparato questi esami durante i miei 4 mesi di tirocinio, dove per comprendere meglio la metodologia di lavoro dell'ente ho anche studiato due libri che mi sono stati consigliati.

Riguardandomi indietro penso che se non avessi fatto il corso probabilmente non avrei provato a fare il test d'ingresso, e men che meno avrei mai pensato di riuscire ad avere la media del 27 all'università! Ora quando so che devo iniziare a studiare sono molto più serena sapendo che ci metto molto meno, così ho anche il tempo di lavorare e leggere, anche solo per passione; infine, non provo più agitazione prima degli esami, mi sento preparata e sicura, anche per quelli orali.

Ci tengo a ringraziare particolarmente Massimo Stablum che mi ha parlato del corso e Esmeralda Galazzini che non ha mai smesso di credere in me!

## Viola Ciliberto

Mi sono iscritta al corso genio principalmente perché ero spaventata di non riuscire a dare il meglio di me all'università, sono al primo anno e studio psicologia. La prima sessione che ho affrontato prima di fare il corso non è andata affatto male, ma ero troppo stressata e non avevo avuto tempo per me stessa, rinunciando a qualsiasi cosa per lo studio e con la perenne sensazione di non aver dato il massimo, inoltre avevo un grande problema per la mia cattiva organizzazione arrivando sempre all'ultimo secondo e rischiando di lasciare indietro qualcosa.

Dopo aver fatto il corso genio la storia è cambiata. Ho affrontato cinque esami in un mese e mezzo prendendo ottimi voti: psicologia generale 30, storia del pensiero psicologico 26 (la media tra i due 28), metodologia della ricerca 30, fisiologia 26, logica 30. Ma soprattutto è sparita la tensione, ero molto più sicura della mia preparazione e questa tranquillità ha influenzato anche i miei esami, soprattutto quelli orali.

Sono riuscita a passare tutti gli esami di quest'anno senza rimandarli a Settembre e senza rinunciare alla qualità del mio studio, anzi migliorandola. Inoltre ho aumentato il mio tempo libero, riuscendo a studiare e contemporaneamente uscire con gli amici, con il mio fidanzato, passare del tempo con i miei genitori e non saltando mai nessun allenamento di beach volley, ai quali prima ero costretta a rinunciare.

La vittoria per me più bella però è che mi sento soddisfatta di quello che ho fatto e questo soprattutto grazie al mio tutor Paul, che mi ha seguito durante tutto il mio percorso e mi ha sostenuto nei momenti più difficili facendomi superare ostacoli che non avrei mai pensato nemmeno di affrontare. La cosa che però mi ha veramente stupito è che oltre che raggiungere questi obiettivi per i quali mi sono avvicinata al corso, ne ho rag-



giunto altri che nemmeno speravo, tra i quali imparare 500 parole di inglese, essere più motivata e vogliosa di studiare e soprattutto sentirmi più felice.

### Alice Dall'Arno

Ciao a tutti ragazzi!

Sono al secondo anno di Scienze psicologiche psicobiologiche e cognitive dell' Unipd.

Ho rifrequentato il corso a Marzo 2019 perché la prima volta non avevo sfruttato a pieno tutte le potenzialità del metodo e soprattutto i ripassi programmati.

La conquista più grande questa volta è stata la totale assenza di ansia durante la preparazione degli esami!

Li rimandavo sempre.

Sono riuscita a sconfiggerla.

Prima avevo il terrore di non ricordare a lungo termine ma ora che ho lavorato di più su questo passaggio so che se scelgo di memorizzare qualcosa poi con i dovuti ripassi me la ricordo; una sicurezza tale è impagabile!

Sono riuscita a preparare un esame da 9 crediti studiando 2h al giorno per 4 gg prendendo poi 25!

Nella sessione estiva di quest' anno ho dato ben 5 esami di cui uno da 6 cfu preparato in 1 gg, uno da 9 cfu in 3 gg (che inizialmente non avevo nemmeno in programma) ed un altro da 6 in 4 gg.

Includendo anche gli altri in tutto ho studiato 3 settimane senza dedicarmi solo a quello! Inoltre ho appena dato 3 esami tra fine Agosto ed inizio Settembre che ho preparato in 15 giorni mentre ero al mare; non ho ancora tutti i voti, ma per ora in neurofisiologia ho registrato un bel 28!

La cosa figa è che a seconda di quanto mi interessava ricordare l' esame a lungo termine sapevo come muovermi.

Detto questo voglio ringraziare la mia tutor super paziente ed energetica e tutti i ragazzi del centro di Padova per ricordarmi costantemente che si può vivere una vita di successo se si sceglie di farlo!



### Salvalaggio Ilaria

Buon giorno, sono una studentessa della magistrale di psicologia e ho fatto il corso ad Ottobre 2019.

Prima del corso io comunque andavo bene, riuscivo ad avere dei buoni voti, ma la mia difficoltà era che non li sentivo miei, mi spiego: studiavo per il voto e non per apprendere al meglio. Infatti, dopo un mese dall'esame





ricordavo quasi meno della metà e questo mi faceva sentire frustrata per il fatto che avevo speso tante energie e tanto tempo quasi per niente. Inoltre, i giorni prima di un esame erano sempre molto stressanti: la mia parola chiave era ANSIA.

Ho fatto il corso e quello che ho notato è stato che l'acquisizione delle informazioni è migliorata, mi sento più padrona del materiale di studio e di conseguenza sono molto più tranquilla all'esame e nei giorni precedenti. Infatti, sto vivendo questa sessione con molta meno ansia rispetto a prima. In più avevo l'obiettivo di dare 4 esami in soli 12 GIORNI (per me prima impensabile) e questi sono i risultati:

- Metodologia della ricerca in ambito clinico: 27.
- Psichiatria forense: 24.
- Psicologia del disagio sociale: 28.
- Valutazione della psicoterapia: 30 (quest'esame preparato da zero in soli 4 giorni!).

Proprio l'altro giorno, poi, ho dato il mio quinto esame: ho preparato in 10 giorni 800 pagine (più il materiale fatto a lezione) di una materia filosofica molto impegnativa e ho preso 28!

Sono molto soddisfatta del mio lavoro e ora sto preparando il mio sesto esame della sessione!

Ringrazio di cuore Beatrice Poppi per avermi fatto conoscere il corso, Ilaria Agostini e tutto lo staff di Padova, ma soprattutto grazie al mio straordinario tutor Roberto Paternò che mi sta sempre accanto, in ogni difficoltà e in ogni traguardo, con tantissima energia e con tanto amore per il proprio lavoro e per gli altri.

## Passotti Chiara

Ciao sono Chiara e frequento il secondo anno della triennale di Psicologia a Brescia. Ho frequentato il corso Genio nell'Ottobre del 2018 con l'obiettivo di scoprire tecniche di memorizzazione per poter imparare le lingue, per poi capire che il mio metodo di studio poteva migliorare di molto.

Durante il weekend ho scoperto di quanto tempo ho sempre perso davanti ai libri, quasi inutilmente dimenticando la maggior parte delle informazioni dopo aver dato l'esame.

Il mio metodo di studio, se si può chiamare così, consisteva nel leggere il libro e sottolinearlo con tanti più evidenziatori possibili, poi fare un riassunto di tutto il libro, ripeterlo, fare degli schemi riassunti e infine fare delle parole chiave, e ripetere, ripetere finché non era sicura di saper tutto.

Fare i riassunti mi faceva perdere molto tempo ma possiamo dire erano accettabili, la cosa che mi infastidiva di più era ripetere perché arrivavo a sera senza voce, con il mal di gola ed esausta del lavoro fatto. Di conse-



guenza diventavo molto irascibile, ansiosa di non aver ripetuto tutto, ansia ansia ansia fino alla mattina dell'esame.

Dopo il genio sono migliorata in:

- gestire il tempo in maniera costruttiva ponendomi degli obiettivi ben definiti: ho organizzato il mio studio giornalmente riuscendo a ritagliare i tempi per curare i miei interessi e arrivare una settimana prima dell'esame richiamando tutte le informazioni.

- Ho adottato la tecnica del pomodoro per poter essere più carica durante la sessione dello studio e rendere il 100%.

- I miei miglioramenti sono stati anche nella lettura: in 20 minuti leggevo 4 pagine, oggi ne leggo 19. E sono consapevole del fatto che posso ancora migliorare.

- La realizzazione di poche mappe ma con tante informazioni e la loro memorizzazione a lunga durata (a distanza di un mese) e avere la consapevolezza di ricordare le stesse informazioni anche dopo l'esame.

- Mi sono innamorata delle mappe mentali, non solo nello studio, ma anche nel prendere appunti in classe, perché nel trovare le parole chiave da inserire mi "obbligo" a stare attenta e soprattutto a capire cosa dice l'insegnante. Quindi mi distraigo molto di meno scrivendo solo le informazioni importanti e non tutto ciò che dice il professore.

- A livello emotivo mi sento meno ansiosa e più sicura di me proprio perché grazie al corso ho capito come gestire il tempo e come impiegare tutte le mie forze nello studio, ed arrivare preparati una settimana prima dell'esame non ha prezzo.

Ringrazio l'istruttore Stefano Vecchi per avermi trasmesso l'amore per le mappe e ha reso piacevole lo studio di qualsiasi materia.

Ringrazio poi anche il mio Tutor Fabio Cilia per la pazienza nel rispondere a tutti i miei quesiti in qualsiasi momento della giornata, e la costanza nell'incoraggiarmi nel proseguire i miei obiettivi.

## Strazzullo Luca

Ciao, Il mio nome è Luca

Prima di fare il corso ero iscritto al primo anno di Giurisprudenza ma in realtà non mi interessava per nulla quel che studiavo e avevo scelto quella facoltà sulla superficiale base che non vi un fosse un test d'ingresso e che tutti gli esami fossero orali dato che mi reputavo un buon comunicatore.

Venivo da un trascorso liceale veramente travagliato, tra oltre 80 assenze nell'ultimo anno e una media del 6 spaccato per chissà quale miracolo. Il solo pensiero di studiare mi metteva uno stato d'animo di totale noia se non addirittura rabbia avendovi associato emozioni estremamente negative date le esperienze scolastiche.

All'età di 15 anni ho scritto e pubblicato un libro intitolato "la sQuola





puzza” in cui narro che ci sarebbe bisogno di far appassionare le persone (non allo studio) ma bensì all’apprendimento.

Quando ho conosciuto il corso genio (onestamente), ho deciso di farlo solo ed esclusivamente perché volevo passare meno tempo possibile sui libri

Frequentando il corso, però, ho scoperto quello che intimamente ho sempre saputo: la gente non ama studiare perché l’immagine che ha di sé è che “non mi piace studiare”

Da quando ho fatto il corso, ho scoperto un sentiero che mi affascina profondamente: a Settembre, infatti, inizierò il percorso presso la facoltà di psicologia con la totale consapevolezza che con le tecniche che ho appreso l’inizio di un nuovo cammino universitario non escluderà nemmeno un minuto a qualunque altra attività io decida di intraprendere

Nel frattempo, mi sto dedicando alla mia formazione: leggo, con piacere e passione, libri anche di complesse materie scientifiche. Cosa che prima non avrei mai ritenuto possibile, considerato il mio riferito odio per lo studio.

Attualmente ho appena finito di leggere (e studiare) il libro “la Biologia delle credenze”, 240 pagine mappate in 3 mappe. Il contenuto di queste pagine lo conosco, e non ho bisogno di “ripeterlo” alla vecchia maniera, non lo leggerò più; se vorrò riguardare parte del contenuto, mi basterà dare un’occhiata alle mie mappe.

Oltre a tutto questo, sto avviando diversi progetti in ambito imprenditoriale che voglio far partire entro questo semestre, mappando oltre 20 ore di videocorso estremamente dettagliato in non più di 10 fogli A4.

Uno strumento importantissimo sono state proprio queste mappe, con le quali riesco a organizzare tantissimi concetti, ed il master plan con il quale riesco a gestire la mia agenda.

Ad oggi, infatti, riesco a gestire un lavoro di referral marketing, e anche a studiare per continuare a formarmi.

Quando ho iniziato il corso, non l’avrei mai immaginato

L’obiettivo di questa testimonianza, (scritta da un tale che si è reputato totalmente in contrasto con la sola idea di “aprire il libro” per tutta la sua carriera scolastica ed inizio universitaria) è quella di INCORAGGIARE CHI NON AMA STUDIARE dato che ora posso reputare l’apprendimento di nuove informazione la mia passione più grande:)

Tutto ciò non sarebbe indubbiamente successo se non avessi imparato grazie al corso delle metodologie sartorializzate su misura SU DI ME

Ringrazio di cuore la mia tutor JoyPalmiero che si è dimostrata sempre pronta a aiutarmi molto più di quanto avrebbe “dovuto” per la semplice passione di aiutare le persone a migliorarsi e dare sempre il meglio di sé.



# Lazzarini Paola

Ciao a tutti, sono Paola Lazzarini, frequento il secondo anno di psicologia presso l'Università Cattolica di Brescia. Sono una ragazza solare, energica e appassionata per ogni cosa, tranne per lo studio, o almeno così è stato fino a qualche tempo fa...

Fin da piccola son sempre stata lenta nello studio e nelle verifiche tant'è che mia madre mi aveva portato da una psicologa per accertarsi che non avessi problemi di dislessia. Era talmente preoccupata che non riuscissi a studiare da farmi autocertificare per aver diritto a più tempo durante lo svolgimento delle verifiche. Mi sentivo più stupida dei miei compagni e mi vergognavo per questo. La verità è che mi pesava troppo studiare, nuttivo una repulsione verso lo studio e mi ero ripromessa di non proseguire con gli studi universitari piuttosto che prolungare quest'agonia.

I miei anni del liceo erano caratterizzati da ansia e immani sacrifici pur di raggiungere un 7 o un 8. Non mi sentivo mai abbastanza e vivevo una costante insoddisfazione. Ricordo che spesso rimanevo sveglia la notte perché non riuscivo a terminare i compiti di giorno e quando si trattava di uscire dovevo posticipare tutte le uscite per il fine settimana, ove era possibile. Stavo ore sui libri senza ottenere i risultati che volevo, ho iniziato anche a perdere peso e ad ammalarmi di anoressia perché ricercavo la perfezione che non potevo darmi, ma che desideravo.

Ho rinunciato alla mia passione, la danza, e ho perso le mie più care amiche d'infanzia in nome dello studio. Insomma la mia vita era diventata: casa, scuola e solo il sabato sera mi concedevo di andare a fare un giro in centro. Non vedevo l'ora di finire il liceo per togliermi un peso e infatti la maturità è stata per me una liberazione.

Decisi allora di frequentare il corso Genio in 21 giorni e di lì in poi la mia attitudine verso lo studio è cambiata completamente: ho iniziato l'università e affrontato tutti gli esami con serenità, tutti ai primi appelli e senza lasciarne nemmeno uno per Settembre.

Ho ricominciato a fare musical e ad estendere le mie reti d'amicizia. Da quando ho frequentato il corso sono più che soddisfatta dei miei risultati e dell'impegno messoci.

Ad esempio, quest'anno son stata presa per fare l'animatrice in un villaggio turistico in Sardegna, era un'esperienza che desideravo troppo fare e grazie alla motivazione e alla fiducia che il mio tutor ha riposto in me, son riuscita a dare 5 esami in tre settimane, preparati in sole due settimane, e godermi la stagione senza pensieri.

Altri risultati che ho ottenuto grazie al corso sono per esempio:

- 27 Psicologia della personalità;
- 27 Metodi e tecniche di conduzione dei gruppi;
- 28 Counselling del ciclo di vita;
- 29 Psicologia delle relazioni interpersonali e sociali;
- 29 Questioni teologiche II.

Tutto ciò è stato possibile perché qualcuno ha creduto in me, questa per-



sona sia chiama Gaetano Ragusa, il mio tutor, che mi ha insegnato a lottare per ciò che desidero e ad essere fiera di me stessa. E ed è stato il mio motivatore in questo percorso e non smetterò mai di ringraziarlo per ogni consiglio datomi.

## Guidi Elena

Sono una studentessa universitaria al primo anno di psicologia e ho frequentato il corso Genio in 21 giorni a Maggio di quest'anno a Verona.

Ho deciso di fare questo corso perché per me lo studio è sempre stato motivo di disagio: sembrava che tra me ed il materiale su cui cercavo di focalizzarmi ci fosse una sorta di barriera invisibile che mi impediva di interagire al meglio con le informazioni che mi si presentavano davanti. Nonostante questo, la mia voglia di sapere cose nuove e la soddisfazione di conoscere cose utili mi ha portata a seguire un percorso liceale e ad iscrivermi successivamente all'università.

L'attrito che si è creato nel corso della mia vita tra questi due punti di vista non è poco, infatti non sono state poche le volte in cui ho pensato di mollare tutto; avevo frequenti sbalzi d'umore prima di test importanti e stavo male a livello fisico (mal di testa e nausea). Questo, unito al fatto che ho sempre praticato procrastinazione a livello agonistico, mi impediva di restare concentrata su quello che stavo facendo, così lavoravo poco e mi ritrovavo tutto ammassato gli ultimi giorni.

Per tutti questi motivi grazie all'applicazione di ciò che ho imparato al corso adesso riesco ad elaborare e organizzare meglio tutte le informazioni che trovo sui testi di studio, ad esempio il metodo del "pomodoro" con il quale riesco a rimanere concentrata per quei 25 minuti filati e renderli totalmente produttivi, cosa che per me prima era impossibile!

Riuscendo in questo ne consegue che il filo logico di informazioni che si crea nella mia testa è più spesso, e riesco a richiamare molte più informazioni, acquisite a prima vista sul testo, molto più facilmente. E per una persona come me, che prima doveva rileggersi lo stesso concetto 5/6 volte non per ricordarlo, ma solo per capire cosa ci fosse scritto, questo risultato è traducibile in qualcosa di straordinario.

Ho potuto misurarmi solamente con un esame, uno dei più consistenti del semestre: didattica della formazione, un esame da 12 cfu e una mole spropositata di materiale da studiare. La cosa che mi spaventava di più, oltre al carico di studio, era il fatto che una parte di questo fosse orale e io in esposizione ero una "capra".

Ma grazie all'utilizzo di mappe mentali e tecniche di rilassamento e concentrazione, ho potuto fare il colloquio e prendere il massimo della valutazione con il minimo della fatica.

Ringrazio per questo il mio tutor Fabio (<3) che mi ha seguito nel per-



corso del tutoring e anche nei momenti di panico pre-esame mi è stato accanto e non mi ha permesso di buttarmi giù ricordandomi di credere in me stessa e l'istruttore Stefano che mi ha passato un sacco di conoscenze nuove e strumenti utili al mio metodo di studio. E lo ringrazio perché dà il meglio di sé per aiutare ogni giorno persone come me per raggiungere i propri risultati!

## Raineri Ludovica

Buongiorno a tutti, sono Ludovica Raineri, ho 20 anni e studio Psicologia nell'Università di Noto.

Ho fatto il corso perché io prima del corso ero l'insicurezza fatta persona, non credevo in me stessa, nelle mie capacità, mi sentivo inferiore rispetto a tutto e a tutti e questa cosa oltre a farmi stare terribilmente male, mi limitava in tutto quello che facevo, perché al momento in cui dovevo affrontare qualcosa mi dicevo ancora prima di iniziare che non sarei mai riuscita a farla, che non ero brava abbastanza, e tutto quello che mi raccontavo nella mia testa poi diventava realtà. Passavo ore ed ore buttata sui libri, a cercare di imparare tutto a memoria, sottolineando parola per parola, e dopo quasi 4 ore riuscivo a memorizzare solo 3 pagine. Tutto ciò mi faceva sentire sempre più amareggiata, era come se stessi sprecando il mio tempo senza ottenere nessun risultato positivo e di conseguenza ogni volta che dovevo cominciare a studiare mi sentivo in ansia: Ero proprio convinta che il problema fossi io e che studiare non facesse per me.

Ho scelto di fare il corso e la cosa che più mi è piaciuta è stata il fatto di essere finalmente riuscita ad andare contro tutte quelle cose che mi dicevo nella testa, di cambiare totalmente il mio approccio allo studio e soprattutto il mio dialogo interiore cominciando a credere in me stessa sconfiggendo quella maledetta paura di non essere abbastanza, mettendomi alla prova cambiando il mio metodo di studio (e rendendomi conto che effettivamente prima non ne avevo uno).

Ho fatto il corso e i risultati ottenuti sono stati una grande crescita per me, sia a livello universitario che personale. Da due materie in un anno, con 22 e 23, sono passata a preparare 2 materie in un mese e mezzo, con 30 e 30 e lode. Questo lo prendo solo come un piccolo traguardo che sono riuscita a raggiungere, mettendoci tutto l'impegno possibile e lavorando su me stessa allo stesso tempo, per cercare di pensare e di vedere le cose da un'altra prospettiva. La strada è ancora lunga, ma iniziare in questo modo mi dà la forza per proseguire il mio cammino con tantissima determinazione.

Per questo ringrazio Mauro e tutti i ragazzi del corso, tutto ciò mi ha dato la forza di trasformarmi da un piccolo bruchino ad una grande farfalla..e adesso sono pronta a spiccare il volo!





# Capogreco Marco

Ciao a tutti, sono Marco e sono all'ultimo anno di Psicologia e inoltre lavoro part-time a Bologna in un ristorante come cuoco. Ho fatto il corso Genio in 21 giorni a Novembre del 2019 perché non avevo un metodo valido che mi permettesse di studiare in modo efficace, non riuscivo ad organizzarmi bene il carico di studio ed inoltre avevo paura di dimenticarmi ciò che studiavo ad esempio mi ricordo che avevo studiato 2 mesi per Psicologia della percezione ma non avevo ottenuto il voto che volevo.

Dopo il corso Genio quello che è cambiato è stato: la sicurezza di affrontare un esame infatti non mi spaventa più dover affrontare nessuna materia, la comprensione ed elaborazione di ciò che studio tant'è che dopo il corso sono passato da studiare un capitolo di criminologia da 15 ore a 3 ore che sono comunque cinque volte meglio, l'organizzazione degli esami infatti riesco a concludere nelle ore prestabilite i contenuti dell'esame. In termini concreti ho fatto un esame nell'ultima sessione di Criminologia, che avevo già iniziato a studiare poco prima del corso, quindi in parte con il vecchio metodo, prendendo 24.

Mi sento soddisfatto di aver frequentato questo corso e non avrei mai pensato di cambiare in così poco tempo e soprattutto non ero consapevole di avere un metodo sbagliato che dopo il corso sono riuscito a migliorare. Devo ringraziare in modo particolare il mio Tutor Francesco Bilotti il quale mi ha sempre sostenuto durante tutto il corso e continua a farlo tutt'ora!

GRAZIE.