



**Medicina, Farmacia e Biologia**

# **Storie di successo**

## **Genio in 21 giorni**

### **2023**

Medicina, Farmacia  
e Biologia

---





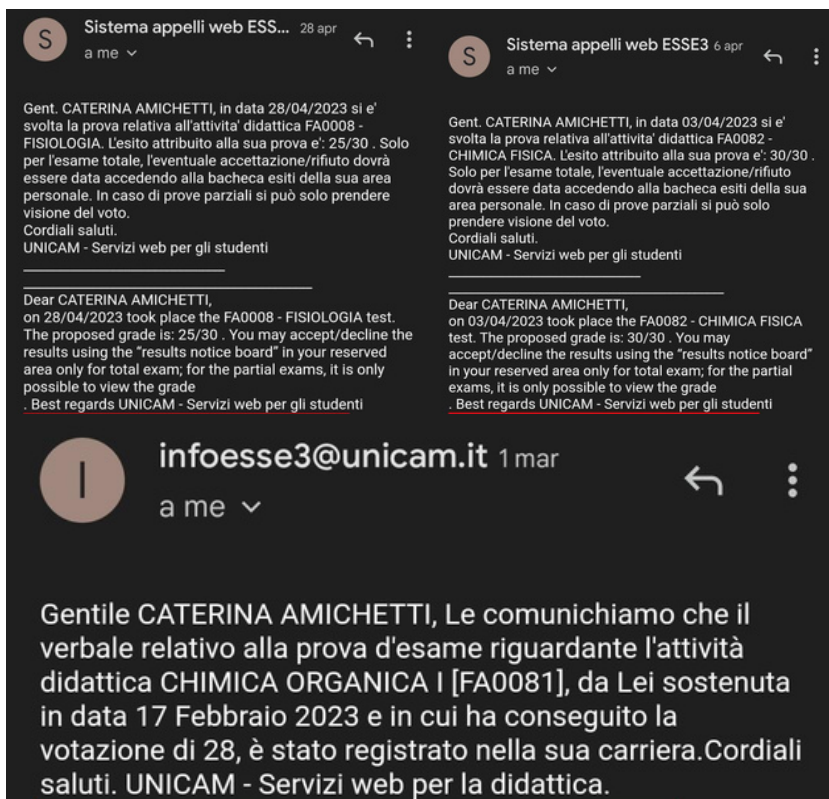
## Amichetti Caterina



Ciao, mi chiamo Caterina, frequento il secondo anno di CTF all'università di Camerino, lo scorso febbraio ho frequentato il corso Genio in 21 giorni nella sede di Perugia e da allora la mia vita universitaria è cambiata radicalmente! Prima di frequentare il corso ottenevo buoni risultati in termini di voti agli esami, tuttavia vivevo il periodo della sessione come dei mesi di reclusione e malessere generale, lo studio mi prosciugava di ogni energia e mi impediva di avere tempo da dedicare alle cose che mi appassionano, stavo inoltre iniziando ad odiare studiare ed ad associarvi solo un sentimento di sofferenza. Per questa ragione ho seguito il corso Genio, per appassionarmi di nuovo alla materie che stavo studiando, e così è stato! Ho riscoperto il piacere di studiare per conoscere e non per il voto all'esame, il malessere è stato sostituito dalla spontaneità e dalla curiosità, sono riuscita a preparare diversi esami in completa serenità ottenendo poi ottimi risultati. Il primo esame che ho preparato seguendo il metodo insegnatomi a febbraio è stato Chimica organica I, della stessa materia avevo già sostenuto due scritti, il primo superandolo con 21/30 mentre il secondo non l'ho superato la prima volta che l'ho provato, mentre la seconda sì con 23/30, per un'errore burocratico sono stata poi avvertita di dover sostenere l'esame orale con un giorno e mezzo di anticipo, ho dunque preparato l'esame in 7 ore di studio totali prendendo un 30 con lode, inoltre la professoressa mi ha fatto i complimenti per l'esposizione lineare e serena, senza ansia. L'esame successivo è stato chimica fisica, preparato in 10 giorni dedicandogli dalle 2 alle 5 ore al giorno per un totale di 35 ore di studio comprese le 500 slide di teoria e gli esercizi, dato che l'esame comprendeva sia una parte teorica che pratica, ho preso all'esame un 30/30 senza stress e passando, per la prima volta nella mia vita, la domenica prima dell'esame (di Lunedì) in completo relax consapevole della mia preparazione. Prima del corso non sarei mai stata in grado di impegnare completamente il giorno prima di un esame dato che molto spesso tendevo a ridurmi all'ultimo minuto per completare gli argomenti da studiare mentre questa volta ho sostenuto l'esame di fisiologia, grazie al corso ho imparato a gestire bene il mio tempo per cui, anche passando il giorno precedente all'esame senza ripassare, non ho provato ansia e sono stata in grado di completare l'intero ripasso con anticipo prendendo alla fine 25 per un esame da 600 pagine preparato in circa 90 ore totali. Vorrei ringraziare per avermi aiutato a ottenere tutti gli strumenti che mi serviranno anche in futuro per "vivere" la mia storia di successo Maria, la mia amica dal cuore dioro che mi ha proposto per prima questo corso dandomi fiducia e sostenendomi in ogni momento; Chiara, la mia tutor che mi dona sempre un po' della sua energia per aiutarmi non solo a raggiungere i miei obiettivi, ma a superarli; la mia famiglia, che mi supporta sempre e mi sostiene nei momenti di difficoltà e che finalmente non subiranno più (o perlomeno solo in minima parte) il mio stress da studente in sessione. Vorrei ringraziare infine tutta la Genio-Community di Perugia per tutta l'energia e la positività che mi donano.



## Medicina, Farmacia e Biologia



## Brandimarte Alessandra

Buongiorno a tutti, sono Brandimarte Alessandra ho 24 anni, frequento il terzo anno di Scienze della Nutrizione ad Urbino ed ho fatto il corso a Marzo. Sono sempre stata la tipica studentessa che segue ogni singola lezione per prendere papiri su papiri di appunti riempiendo pagine intere di parole che, una volta a casa, venivano rielaborate, solo in prossimità di un esame, facendo riassunti che comprendessero anche le slides per poi verificarne la completezza andando a rileggere appunti, slides e riassunto per poi poter effettivamente iniziare a studiare leggendo e ripetendo senza mai riuscire a ricordare ogni dettaglio richiesto o parole eccessivamente tecniche che, quindi, mi facevano sentire continuamente in ansia e insicura fino al giorno dell'esame dove la mia ansia aumentava ancora di più. Tutto ciò, oltre a non farmi dormire notti intere portandomi via energie, richiedere settimane e settimane di studio per ogni singola materia e non





permettermi di avere tempo per me, come semplicemente poter uscire ogni tanto per una semplice passeggiata costringendomi a passare intere settimane chiusa in casa, mi faceva sentire sempre un gradino sotto rispetto agli altri in termini di preparazione. Ho deciso di fare il corso dopo l'ennesimo crollo emotivo in sessione, dopo aver pensato di fare la rinuncia agli studi nonostante i sacrifici fatti per iniziare l'università e portarla avanti per ben due anni. Ho fatto il corso e la cosa che mi ha stupita di più è stata trovarmi in un ambiente in cui ogni uno, a suo modo, riesce a capirti senza farti sentire sbagliato per aver chiesto aiuto, pensiero che ho sempre fatto per me stessa. Dopo aver acquisito il metodo adesso riesco tranquillamente a: Seguire le lezioni ed essere in pari con le materie che seguo Preparare anticipatamente gli esami senza dover arrivare all'ultima settimana per poter riuscire a ricordare in maniera chiara tutti i dettagli e le parole tecniche che prima non riuscivo comunque a ricordare chiaramente Preparare contemporaneamente 3 materie avendone una conoscenza dettagliata grazie alle mappe Organizzare il mio studio in maniera chiara e intelligente senza andare in panico in caso di imprevisti o se non riesco a rispettare il mio programma cosa che prima non avrei mai pensato di poter fare Non è più una sofferenza mettermi a studiare perché potrebbe venirmi l'ansia che mi costringerebbe a stoppare lo studio per potermi calmare Frequentare le lezioni, contemporaneamente frequentare il tirocinio richiesto, studiare e, nonostante tutti gli impegni, riesco ad avere del tempo per me senza dover rinunciare alla vita sociale per poter conciliare tutto Sono riuscita a studiare tranquillamente in soli 50 minuti ben 66 slides cosa che prima mi avrebbe richiesto almeno 2 ore dimezzando di gran lunga i passaggi, i tempi e avendo una conoscenza molto più approfondita Ci tengo tanto a ringraziare la mia tutor Elena Bartoloni per aver capito i miei meccanismi di ansia che scattavano alla prima difficoltà facendomi vedere che, le difficoltà, erano solo nella mia testa, per avermi sempre spronata a credere nelle mie capacità, per essermi stata accanto in questo percorso ed essere stata sempre presente supportandomi costantemente facendomi capire che, se la prima a crederci non sono io e non festeggio per i miei risultati, di certo non mi accorgo realmente di ciò che sono in grado di fare. Ringrazio tutto lo staff del corso genio di Rimini per il supporto, la positività, la comprensione, le tecniche e gli stimoli che sono riusciti a trasmettermi. Ringrazio Sara per avermi fatto conoscere il corso parlandomene nel momento in cui più ne avevo bisogno, rispettando i miei tempi e facendomi capire che non ero io il problema, ma il mio metodo di studio

## Buonocore Olimpia

Ciao lettore, mi presento;

Sono Olimpia, alta una banana e mezzo (ora puoi visualizzarmi), disordinata nell'aspetto quanto nella vita. Molto ottimista, il bicchiere io lo vedo proprio che straborda, altro che mezzo pieno; caratteristica che diventa penalizzante





## Medicina, Farmacia e Biologia

se non sai organizzarti e misurarti.

Vivo in un mio sistema tempo, non quello creato certo da questi terrestri, o per lo meno era così che vivevo.

Sono una studentessa di medicina, una cameriera, ma anche un'amica, una sorella e una figlia.

Amo l'arte, la natura e amo viaggiare proprio per inondare i miei sensi di queste bellezze!

Ho deciso di frequentare il corso " genio in 21giorni " perché non ero pienamente soddisfatta della mia vita accademica.

L'università di medicina sa essere un dissennatore (per i babbani che leggono, il dissennatore è un ombra risucchia anima) se non stai molto attenta e non ti fai la tua scorta di cioccolata.

Ho avuto momenti in cui mi sono annullata, ho appiattito i miei interessi per stare al passo con lo studio, tutto perché nn riuscivo bene ad incastrare nel tempo i vari tasselli che componevano me e la mia vita.

Non ero in grado di includere tutto, era una continua scelta, lo studio o una passeggiata in montagna. Passavo da una cosa all'altra, perdendo sempre qualcosa.

E quando sceglievo lo studio, stavo sempre a cercare tecniche diverse per renderlo efficace ed efficiente, ma puntualmente (unica cosa puntuale nella mia vita), arrivavo al giorno dell'esame con qualche buco o pezzo perso per la via.

E oscillando da una parte all'altra, mi sono anche ritrovata ferma, bloccata e demotivata. Quando ti fermi instauri poi quello che è un circolo vizioso; la demotivazione nn mi aiutava certo ad alzarmi la mattina o a essere concentrata nello studio e la bassa resa nello studio mi demotivava ulteriormente.

Qual è stata allora la svolta principale ?

Il tempo è la chiave di volta.

Sono passata dal perdere tempo al guadagnarlo.

Esempi pratici:

Ho imparato a misurare le mie giornate studio, ora hanno un inizio ed una fine ben precisa.

Memorizzo dettagli come markers tumorali, che sono una serie di lettere e numeri senza senso apparente, in poco tempo.

Una volta letto e elaborato un argomento, facendolo mio, non ritorno più sul libro.

Posso fare i richiami delle cose studiate in poco tempo, anche su un flixbus mentre sto andando a vedere la cappella Sistina per la prima volta !

Ho creato una routine pre studio che mi aiuta a concentrarmi

A volte sceglievo io di non memorizzare cose ai fini degli esami, perché la reputavo una perdita di tempo, soprattutto sapendo che quella informazione l'avrei persa dopo l'esame.

Ora non sento che sto perdendo tempo mentre studio, non sto lì a pensare che potrei fare altro nel frattempo.

Perché quando studio voglio studiare, consapevole del fatto che in agenda ho i miei momenti di ripristino.



Ora ho detto addio alle full immersion di studio e sento che sto vivendo la vita che voglio vivere, sono felice anche se non ancora laureata. Sono anche molto fiduciosa perché so di poter potenziare queste tecniche e che posso estendere questo approccio nuovo nello studiare anche ad altre cose non inerenti alla mia materia di studio.

Attraversare un cambiamento e rivalutare le proprie abitudini non è mai un percorso semplice, senza la mia tutor Marica Viciglione sarei ancora qui a cercare di capire come inquadrare il tutto.

È sempre stata disponibile e ha messo tutta se stessa nell'aiutarmi a cucire addosso questo metodo rivoluzionario.

## Dagiat Virginia

Ciao, Sono Virginia, ho 22 anni e sono una studentessa al terzo anno di Biotecnologie a Verona. Gioco a pallavolo e, in particolare questo anno, è un impegno che mi occupa tante ore alla settimana. Ho frequentato il Corso Genio in 21 giorni nel febbraio 2023. Sono sempre andata molto bene a scuola e non avevo mai messo in dubbio il mio metodo di studio, il famoso "leggi e ripeti". Non ho nemmeno avuto troppe difficoltà col primo anno di università perché ho vissuto di rendita ma i problemi sono iniziati con l'anno successivo, quando la mole e la complessità delle materie era aumentata notevolmente. Prendevo appunti al computer e, per questo, dovevo riascoltarmi tutte le lezioni per integrarli impiegando tantissime ore. Al momento dello studio, poi, non ricordavo nulla e dovevo ricominciare la comprensione degli argomenti da zero, leggendo e ripetendo continuamente e riducendomi sempre all'ultimo. Lo studio, in cui prima trovavo molte soddisfazioni, era diventato noioso, difficile e a dir poco frustrante. Riuscivo comunque a prendere voti alti, ma a che prezzo! Inoltre, il giorno dopo avevo dimenticato tutto quello per cui avevo impegnato ore e ore della mia vita. Fortunatamente è arrivata, nel momento più del bisogno, l'opportunità di frequentare il corso Genio. Sono partita da subito entusiasta perché volevo ritrovare la voglia e un nuovo metodo che mi permettesse di studiare e comprendere in modo più efficace, dedicando molto meno tempo allo studio. Questo non bastava: volevo anche vivere le mie giornate in modo più sereno e tranquillo. Dopo il corso ho notato subito di aver migliorato notevolmente la mia comprensione, grazie anche all'utilizzo delle mappe, anche per prendere appunti a lezione. Mentre prima per studiare una sola lezione impiegavo almeno 3 ore, ora riesco a farlo anche in meno di un'ora! Al corso, inoltre, ho imparato a conoscere più me stessa, anche per quanto riguarda il mio stile di apprendimento. Con una migliore organizzazione, ho ridotto di molto lo stress e trovato più spazio nella mia agenda da dedicare allo sport, agli amici e a me stessa. Sono addirittura riuscita a dare un preappello, cosa che prima mi sembrava impossibile, prendendo un 29 in Metodologie biomolecolare e genetiche! Ora sto studiando, senza ridurmi all'ultimo, per due esami contemporaneamente,



cosa che prima non sarei stata in grado di fare se non forse con uno studio "matto e disperatissimo". L'esperienza del corso non è stata straordinaria solo per gli strumenti che mi sono stati forniti, ma anche, e soprattutto, per la grande energia che mi ha risvegliata e resa molto più determinata e felice. Ringrazio di cuore la mia famiglia con cui ho avuto la fortuna di frequentare il corso, tutto lo staff genio che ci ha accompagnato e aiutato: siete stati davvero gentili e siete riusciti a tirarmi fuori dal guscio della timidezza! In particolare, ringrazio le mie bellissime tutor Roberta Criscino e Giada Cimbri: avete avuto tanta pazienza, mi avete aiutato a credere più in me stessa e a vivere la vita in modo più felice! Grazie! Con voi ho raggiunto i miei obiettivi e ora so che possono raggiungerne tanti altri bellissimi nella mia vita!

## Dalmonte Alessandra

Sono Alessandra, studio Infermieristica all'Università di Bologna e sono al secondo anno.

Sono venuta a conoscenza del Corso Genio in 21 giorni grazie a mia madre che mi ha visto in grande difficoltà nell'ultimo periodo. Mi ritrovo bloccata nel mio percorso a causa di un esame, Filogenesi, che è solo una piccola parte di un grosso esame.

A causa di questo avevo perso la motivazione, trovavo sempre una scusa pur di non aprire il libro ed ero anche arrivata al punto di pensare di mollare l'università, nonostante nel periodo di tirocinio abbia avuto un feedback molto positivo sul lavoro che svolgevo. Prima di fare il corso studiavo spesso a memoria, soprattutto le cose che non capivo e mi ritrovavo ovviamente in sede di esame ad avere dei vuoti di memoria.

Negli orali mi trovavo in grande difficoltà in quanto non riuscivo al meglio ad esporre ciò che studiavo e spesso mi bloccavo e mi trovavo nel panico. Ho avuto molti attacchi di panico al pensiero di dover dare un esame, soprattutto orali. Per l'esame di Filogenesi ci ho messo circa 100 ore di studio per prepararlo, nonostante fosse un piccolo esame da 2 cfu.

Dopo il corso Genio questo esame l'ho preparato in 6 ore capendo finalmente ciò che stavo leggendo. Inoltre, mentre prima per studiare 5 pagine ci mettevo 1 ora con una scarsa qualità, ora ne studio circa 100 con un'ottima qualità e comprensione. Ho migliorato molto l'esposizione e ogni giorno mi esercito per migliorarla ancora di più e non ho più il panico nel pensare di dover parlare di fronte ad un professore.

Finalmente riesco a non bloccarmi davanti ad un libro e non ho ansia a pensare di dover dare un esame. Sto aspettando di poter dare questo esame per poterlo finalmente passare e trovarmi lì a svolgerlo senza ansia e preoccupazioni e soprattutto senza attacchi di panico nei giorni precedenti. Ringrazio Francesco, il mio tutor, per avermi seguita durante il mio percorso di crescita, non solo nel metodo ma anche personale, e mia madre che come sempre ha avuto ragione.



## Fontana Maria Teresa

Sono una studentessa del 3° anno di Fisioterapia all'Università di Genova. Ho sempre ottenuto ottimi risultati nello studio, tant'è che sono uscita con il massimo dei voti del Liceo delle scienze umane e ho una media del 29,5 all'università. Sono sempre stata abituata a studiare minimo 7-8 ore al giorno senza ritenermi mai soddisfatta di ciò che facevo; anche ripetendo più e più volte le cose da studiare non mi sentivo mai sicura e temevo di dimenticarle poco dopo.

Nonostante questo la mia determinazione mi portava ad impegnarmi e non fermarmi, anche se le mie emozioni che provavo sia in fase di preparazione sia nei momenti precedenti e successivi erano completamente negative: avevo sempre un sacco di ansia, pensavo di non essere all'altezza e che se avessi bocciato o non ottenuto un certo voto sarei stata giudicata male dagli altri o che fossi un "fallimento".

Ho scelto di fare il corso nella sede di Pisa, grazie a una persona conosciuta per caso durante il tirocinio che con estrema gentilezza si è preoccupato di come stessi affrontando il percorso universitario, e da subito ho percepito in lui qualcosa che volevo assolutamente, cioè la serenità e la consapevolezza delle proprie capacità.

Desideravo infatti ridurre le sensazioni negative con cui stavo affrontando l'università, e migliorare la mia qualità di studio, non solo per ottenere un voto ma per essere fiera e orgogliosa di quello che imparavo. Ad oggi, nonostante siano passati solo 2 mesi da quando ho fatto il corso, ho potuto raggiungere i miei principali obiettivi:

- Ho ridotto le mie ore di studio mantenendo gli stessi risultati di sempre;
- Ho abbassato tanto l'ansia che vivevo in preparazione all'esame.

Oltre a ciò ho fatto una cosa che non mi sarei mai aspettata prima: mentre prima del corso, l'idea di "provare" un esame o di venire bocciata era per me inaccettabile (infatti non mi era mai capitato di bocciare nessun esame), su consiglio del mio tutor sono riuscita a buttarmi a fare un esame con il solo scopo di vedere com'era strutturato, senza nemmeno aver aperto il libro.

Ovviamente lo scopo non era quello di passarlo bensì quello di lavorare sulla mia agitazione che mi aveva sempre caratterizzato fino a questo momento.

E' stato incredibile vedere la serenità con cui mi sono presentata! Studiare grazie al metodo Genio ha riaccessato in me la voglia di conoscere e imparare, scoprendo che semplicemente con gli strumenti giusti puoi ottenere tanto, e mettersi ad una scrivania per affrontare una sessione di studio non è più un peso.

Per tutto quello che ho già ottenuto e per quello che ancora posso raggiungere ringrazio in primis Matteo Gennaro, grazie al quale ho scoperto il corso e soprattutto il mio docente e tutor Denis Giumelli che ha reso possibile e realizzabili i miei primi obiettivi, da compagno di viaggio e amico con estremo supporto in ogni momento.



# Guarneri Flavia

Ciao, sono Flavia Guarneri e studio Medicina nell'università di Palermo. Ho deciso di frequentare il corso genio in 21 giorni nel mese di Marzo, 2023.

È proprio vero che esiste un pre e un post corso; le mille difficoltà ed insicurezze svaniscono per lasciare spazio al divertimento, alla curiosità e alla consapevolezza delle proprie capacità.

Prima del corso non riuscivo ad andare avanti, come se un blocco di paranoie mi impedisse di affrontare l'università e gli esami. Grazie al corso, invece, ho imparato un metodo di studio, che insieme ai tutor viene cucito in funzione delle proprie esigenze; ho trovato il tempo per gli amici, il divertimento e soprattutto per me stessa.

Sto preparando materie in tempistiche e modalità che mai avrei pensato di saper affrontare. Vivo con la consapevolezza che questo corso mi ha dato e ancora mi darà tanto.

Grazie a Marti, mia tutor, sempre pronta ed attenta ad ascoltarmi ed indirizzarmi nella giusta via; è la mia più grande sostenitrice, mi ascolta, mi rasserena e mi sprona.

Non posso che non ringraziarla per l'amore e la dedizione che mette nel proprio lavoro, per la tenacia del suo sguardo e per la dolcezza delle sue parole.

Un grazie a Gian, che con la sua gentilezza è sempre disponibile. Grazie ai ragazzi che insieme a me hanno affrontato il corso, rendendolo ancor più entusiasmante di quanto già non fosse.

Grazie ai miei genitori per incentivare e supportare le mie scelte. Grazie a tutti coloro che tramite genio in 21 giorni aiutano i ragazzi a ritrovare la propria direzione

# Guida Flavia

Ciao Sono Flavia, studio biotecnologie a Roma. Stamattina ho affrontato due esami di fila, antropologia superato con 25 e soprattutto fisiologia e anatomia umana superato brillantemente e inaspettatamente con 30! Questo era il mio sogno fin da quando mi sono iscritta alla facoltà biotecnologie, questo esame è stato il motivo principale della mia scelta e la mia ambizione era proprio quella di superarlo con 30 e chiedere la tesi allo stesso professore.

Ora che questo sogno è realizzato mi sento tre metri sopra il cielo e questa sensazione è impagabile, per questo ringrazio di cuore Sara che mi ha parlato del corso quando ero totalmente scettica, ringrazio me stessa per aver trovato il coraggio di mettermi in gioco e crederci fino in fondo e ringrazio infinitamente tutto lo staff di Genio e Flavia Argese in particolare che mi stanno accompagnando verso la mia realizzazione!



## Lanza Anna



Ciao! Sono Anna e sono al secondo anno di ostetricia all'università di Salerno.

Il mio primo esame universitario è stato un disastro, ho avuto tanta difficoltà a gestire l'ansia e avevo imparato la maggior parte delle cose a memoria. In generale, prima del metodo mi ritrovavo a finire di studiare il giorno prima dell'esame (ovviamente in modo molto approssimato), o mi presentavo all'appello senza aver studiato alcuni argomenti. Avevo la media del 21.

Ho deciso di fare il corso perché volevo assolutamente cambiare la mia situazione, imparare ad apprendere più nozioni in meno tempo (visto che tra tirocinio e lezioni, non ho una vera e propria sessione in cui studiare per bene) e volevo essere più organizzata.

Durante il weekend del corso ho iniziato a credere in me stessa e nelle mie potenzialità, e questo cambio di atteggiamento mi ha poi aiutata nei giorni successivi. Sono riuscita a portare a termine tutti gli obiettivi che mi sono posta, e ho preso 26 al mio primo esame col metodo, che ho preparato in sole 31 ore e con una settimana di anticipo rispetto all'appello. Per questo ringrazio Lucia Capriglione, la mia tutor, che mi ha aiutata a consolidare ciò che avevo appreso nel weekend del corso, e che non solo mi ha guidata nel raggiungimento dei miei risultati, ma mi ha anche aiutata ad avere consapevolezza di essi e ad aprire gli occhi su alcune mie capacità che prima ignoravo.

### Attività Didattica

<b>Anno di Corso</b>	1
<b>Stato</b>	Superata nell' AA 2022/2023 (con frequenza nell' AA 2022/2023)
<b>Data esame</b>	13/10/2023
<b>Voto / Giudizio</b>	26
<b>Note</b>	Attività didattica collegata al piano
<b>Frequenza</b>	Anno: 2022
<b>Informazioni</b>	<a href="#">Dettaglio Attività didattica</a>



# Latrofa Rosanna

Ciao, sono Rosanna, studio Biotecnologie industriali e sono al quarto anno, quindi il primo fuori corso. Ho seguito il corso Genio in 21 giorni ad aprile 2023 a Martina Franca. Ho iniziato quest'esperienza in punta di piedi, non lo nego ero scettica, ma ora ringrazio di aver preso quella decisione. Vi chiederete perché ho deciso di fare il corso, non per uno ma per tanti motivi. Io sono sempre stata una ragazza con tanta voglia di fare e imparare ma ogni esame era un ostacolo per me, lo vivevo con tantissima ansia e questo mi bloccava. Avevo molte insicurezze ed ero totalmente incapace di autovalutarmi. Con il corso molte cose sono cambiate, verso il meglio è ovvio. Già dal weekend mi sentivo diversa, avevo capito molte cose su me stessa e avevo individuato diversi punti da migliorare, ad esempio il mio atteggiamento non solo verso gli esami e l'università ma nella vita in generale. Fin da subito ho visto dei risultati, appena finito il weekend in 3 giorni ho studiato 150 pagine, cioè mezzo programma di farmacologia, e ho superato l'esame, ma soprattutto l'ho affrontato in un modo completamente diverso. Grazie al metodo sono molto più sicura e più consapevole di ciò che sapevo e delle mie capacità. Anche la qualità e la quantità del mio studio è nettamente migliorata. In un solo mese dalla fine del corso sono passata da studiare 6 pagine in 25 minuti con una scarsa resa, ora studio 8 pagine e mezzo in soli 15 minuti, ma con una comprensione migliore, quindi una qualità migliore. Con il corso ho imparato anche a congratularmi con me stessa, a riconoscermi ogni piccolo passo e ogni piccolo obiettivo che raggiungo. Tutti questi risultati sono stati possibili sì grazie all'impegno che io ci ho messo ma soprattutto grazie alla mia tutor Barbara Massafra che è sempre stata presente per me e mi supporta in ogni momento (mi ha perfino fatto una sorpresa venendomi a dare supporto il giorno dell'esame), al mio docente Damiano Gaetani che è stato super chiaro e soprattutto disponibile a rispondere alle mie domande, a Piermario Licastro che mi ha fatto iscrivere al corso e che mi ha insegnato la lettura strategica, alla mia collega e amica Claudia che mi ha regalato il questionario Amos e mi ha fatto entrare in questo mondo, e anche agli allievi presenti al corso tra cui Sara che mi ha aiutato nel weekend e con cui ho legato subito; ultimo ma non per importanza grazie anche all'istruttore Salvatore De Tommaso che non ho ancora avuto il piacere di incontrare ma è grazie a lui se Genio in 21 giorni è qui in Puglia e funziona!

# Lazzarin Elisa

ciao sono Elisa studentessa presso l'università di Padova di Farmacia. ho fatto il corso " Genio in 21 giorni" ad Ottobre ho scelto di fare il corso perché non mi sentivo serena ad affrontare gli esami e non riuscivo ad avere una giusta organizzazione ed efficienza. infatti studiavo in un ora



studiavo dalle 3 alle 5 pagine con una comprensione media e sentivo la necessità di ripeterle di continuo. Adesso, dopo neanche tre settimane ne studio circa 14 in un'ora con una comprensione più alta e questo mi fa sentire più sicura. Il primo esame con il metodo è stato un 26 in chimica preparato in 6 giorni, cosa che prima non avrei potuto fare. Non bisogna mollare.

### Lomangino Stefania

Ciao sono Stefania, studio biotecnologie all'università di Perugia e sono una ragazza che aveva voglia di migliorarsi ma che non riusciva mai a trovare il modo di farlo, ma un giorno mio padre navigando sui social ha trovato un corso che mi potesse aiutare a migliorare il mio metodo di studio principalmente poiché non riuscivo a organizzarmi e a studiare in maniera efficace. Frequentando il corso non solo ho trovato un metodo di studio che mi ha permesso di migliorare le mie lacune ma ho ritrovato un miglioramento interiore sentendomi più gratificata e migliorata. Tra i miei risultati c'è l'aver raggiunto l'80 per cento del piano studi, aver studiato otto pagine in un'ora e memorizzare un numero di 20 cifre in meno di 50 secondi, questo non fa che rendermi felice, soddisfatta e gratificata. Non posso che ringraziare Damiano Gaetani il docente del corso e l'istruttore Salvatore De Tommaso, i miei genitori che mi hanno permesso di frequentare il corso, la mia tutor Giulia che mi ha preso per mano e mi ha dato i strumenti e tutto l'amore per migliorare oltre il mio metodo anche la mia persona.

### Margarita Gennaro

Buonasera, sono Gennaro ed ho 27 anni, studio Medicina e Chirurgia all'università Luigi Vanvitelli alla sede di Napoli.

Ho frequentato il corso a novembre 2023 grazie ad una mia amica che mi ha presentato Genio in 21 giorni, sono a metà del quarto anno, prima del corso preparare un esame mi sembrava molto più difficile e laborioso, non esisteva mai una data in cui avrei dovuto sostenere l'esame o se la fissavo slittava sempre perché c'era sempre qualcosa che non andava bene o che non ricordavo, ero molto confuso e spesso impiegavo molto tempo per costruire un discorso, questo mi portava sempre ad avere più ansia e quando il momento dell'esame arrivava sembrava sempre di andare al patibolo, questo è il motivo per il quale la mia media di esami era molto bassa dai 3 ai 4 esami all'anno.

Da quando ho frequentato il corso le cose sono molto cambiate, è fondamentale per me il miglioramento nell'organizzazione. Sia del mio



## Medicina, Farmacia e Biologia

tempo che del materiale di studio che mi ha aiutato molto a fare chiarezza nell'esposizione degli argomenti.

La memorizzazione, inoltre, mi ha aiutato tantissimo ad essere più sicuro e ad avere meno ansia all'esame.

Questo mi ha permesso di studiare con molto più piacere e mettendoci più impegno prendendola con molta più leggerezza, aiutandomi ad avere più tempo libero.

Dall'inizio del corso in 30 giorni sono riuscito ad affrontare l'esame di "Malattie dell'apparato locomotore" e di "Igiene e medicina preventiva" entrambi con il voto di 26. Fare due esami in così poco tempo mi ha fatto sentire meglio e più carico per affrontare i prossimi esami.

Molto importante è stato il tutoraggio per migliorare gli ambiti in cui ero più carente, l'organizzazione e la memorizzazione, in cui va molto meglio grazie a Luce la mia tutor che è di grandissimo sostegno per me non solo per lo studio e nei giorni prima dell'esame, e grazie anche a Roberta che mi ha permesso di conoscere il corso Genio in 21 giorni.

### C I MALATTIE DELL'APPARATO LOCOMOTORE

26

Codice AD: A24MAL

Superato il: 30 novembre 2023

### C I IGIENE E MEDICINA PREVENTIVA

26

Codice AD: A24IGMP

Superato il: 20 dicembre 2023

## Messina Giulia

Sto per iniziare il quinto anno di medicina e ho scoperto genio in 21 giorni alla fine del quarto. Dopo 4 anni di studio con il mio vecchio metodo ero ormai esausta e con diverse materie indietro, infatti il mio vecchio metodo consisteva nel fare riassunti e schemi e nel rivedere e ripetere tutto poco prima della data d'esame. Questo mi faceva perdere molto tempo e soprattutto energie: studiavo fino a 10 ore al giorno, non avevo più tempo di andare in palestra o anche solo di uscire con gli amici, non andavo nemmeno più a lezione per poter recuperare tempo utile allo studio; e nonostante tutto non riuscivo a stare al passo con l'università e ciò mi faceva soffrire molto. Dunque, alla fine del quarto anno ero ormai esausta e senza speranze al punto da mettere in dubbio il mio metodo studio. Così

Genio in 21 giorni



scoprii genio che mi ha permesso di aumentare la mia velocità di lettura e comprensione di 2,5 volte, di accorciare i tempi di preparazione di una materia di 16 volte e tutto ciò si è tradotto in una maggior autostima e in maggior tempo libero per poter fare altro al di fuori dello studio! Ma genio è molto di più di un corso sul metodo di studio! Infatti, esso offre un ambiente che non solo mi ha permesso di migliorare l'efficacia dello studio, ma anche di aumentare la sicurezza con cui affronto la preparazione all'esame e l'esame stesso e quindi, in questo ambiente e con il metodo delle mappe mentali, sono riuscita a diminuire la mia ansia! Questo è stato sin da subito percepito dai professori che mi hanno premiato con il massimo dei voti. In genio le persone credono in te prima ancora che tu lo faccia e questo ti permette di avere la forza necessaria per raggiungere tutti i tuoi obiettivi! Adesso sono molto felice, non vedo l'ora di iniziare il nuovo anno accademico, ma soprattutto per la prima volta ho tanti nuovi obiettivi al di fuori dello studio, come iscrivermi finalmente in palestra e uscire coi miei amici!

## Palamara Bruno

Ciao mi chiamo Bruno Palamara, ho 21 anni, studio presso l'Università Magna Grecia di Catanzaro alla facoltà di Biotecnologie e sono al primo anno, ho scelto di iniziare questo percorso con "Genioin21giorni" perché uscito dalle scuole superiori, il mio sogno nel cassetto era quello di studiare medicina, ma tra adolescenza e dispersione scolastica negli in cui siamo stati colpiti dalla pandemia covid questo sogno andava via via sempre più accantonato, così una volta diplomato nell'anno 2021, non sentendomi il grado e non avendo neanche un minimo di preparazione decisi di non affrontare il test, così mi iscrissi nella facoltà di Ingegneria informatica-biomedica perché era un corso a numero aperto e nel frattempo potevo studiare meglio per la mia preparazione al test, così non è stato perché una volta arrivato lì i corsi erano molto più avanzati di quanto mi aspettassi e trovandomi solo senza alcun aiuto con preparazione pari a zero ho abbastanza messo da parte i miei studi; da metà primo anno decisi che la situazione doveva cambiare così ho iniziato ad aprire i libri ma nonostante la mia voglia, mi trovavo sempre a disagio a studiare perché non sapevo da dove iniziare, non sapevo come farlo e mi ritrovai di nuovo al punto di partenza, così alla fine del mio primo anno, in estate, sentii di questa opportunità con il corso e decisi subito di prendere la palla al volo, ho visto quest'opportunità che mi veniva presentata davanti come la mia unica ancora di salvezza in quel momento in cui sapevo che l'unica cosa che mi mancava era quella spinta in più, quella mano che mi serviva ad affrontare i miei studi dandomi un aiuto concreto, un metodo che non mi facesse sentire più a disagio aprendo il libro. Così ad Agosto 2022 facemmo questo corso, un'esperienza indescrivibile, tre giorni di pura full immersion, ambiente che ti mette subito a suo agio, tutto lo staff essendo persone preparate non ci hanno mai fatto sentire sbagliati, qualsiasi scelta giusta o



## Medicina, Farmacia e Biologia

sbagliata che avessi fatta con loro ho capito che non c'era giudizio, tutto ci ha portato a quel momento lì ed era ora di ripartire, capivo di essere nel luogo giusto, sapevo di non essere il solo in una situazione disagiata, partecipando anche insieme ad una mia cara cugina, Giusi, capii che i miei problemi potevano avere una soluzione e la mia carriera universitaria avrebbe potuto vedere un futuro.

A Settembre parto già con la sessione 30 giorni o quasi dopo del corso, io che avevo anche paura di sedermi in un appello e non l'avevo mai fatto prima di all'ora, grazie a tutto l'aiuto del mio Tutor Cristian Vocaturo, siamo riusciti ad organizzare un piano di studi, anche se il tempo non era dalla nostra parte, ce l'abbiamo fatta comunque a farmi dare un programma che mi avesse aiutato ad aprire il libro e farmi presentare all'appello, a causa mia, che purtroppo nonostante avessi tutto ciò di cui mi serviva, ancora non mi sentivo in grado o all'altezza di poter affrontare un libro, così l'ho fatto, ma a piccoli passi, non applicando tutto il metodo che mi era stato fornito tutto insieme bene ma a poco a poco, perché nella situazione in cui ero fondamentalmente mi mancavano le basi primarie, come per materie scientifiche/matematiche, non ho portato risultati concreti nel breve tempo, ma non mi arresi, perché durante l'anno fino ad oggi, ho capito che il problema era anche la mentalità con cui affrontavo il tema universitario, perché per me il corso non è stato solo risultati nel campo universitario, ma anche a livello di crescita personale, facendomi dare il diverso approccio alla vita e alla mia persona stravolgendomi completamente in meglio, ho capito che nonostante avessi acquisito il metodo, dovevo applicarlo bene e nel materiale in cui mi ci trovavo a studiare, così decisi di accantonare la mia facoltà e puntare tutto sul test di medicina, così è stato iniziando a studiare quelle materie capii che io ero in grado, che potevo farcela, sono riuscito ad affrontare il test, non con esito positivo, ma per la posizione in cui ero in 6 mesi sono riuscito ad avere una preparazione adeguata per poterlo affrontare e facendo anche un ottimo risultato, che purtroppo non è bastato, però va bene così, perché so che non si molla al primo tentativo e avrò maggior tempo per avere una preparazione migliore e potercela fare, infatti due mesi dopo decisi di cambiare facoltà e affrontare il test per la facoltà di Biotecnologie, superandolo e con ottimi risultati.

Questo è l'inizio del mio nuovo percorso, che mi avvicina sempre di più a quello a cui io aspiro e che voglio studiare, adesso sto bene con me stesso e non ho più paura ad affrontare gli appelli anche più di una materia alla volta, perché so che posso portare risultati grazie al mio nuovo metodo di studio.

Ringrazio ancora per questa opportunità tutto lo staff, Peppe, i ragazzi come Giuliano, Mario, Danilo e le ragazze, Vanessa, Emanuela, Jasmin, Alessia e le gemelle Viviana ed Alessandra e infine un ringraziamento speciale al mio tutor personale, Cristian Vocaturo, che mi è stato sempre di supporto e mi ha aiutato ad affrontare questo nuovo percorso e farmi sentire all'altezza sin dall'inizio fino alla fine, fiero dei miei risultati dandomi sempre la carica per poter affrontare il mio percorso.



## Peng Davide Dong Liang

Ciao a tutti, mi chiamo Davide Peng, Ho iniziato a frequentare il 2° anno di medicina all'università di Genova. Prima del corso studiavo in maniera inefficace, il classico sottolineo, schemi/riassunti, ripeti e non programmavo i ripassi. Il giorno dopo non ricordavo più nulla dopo tutta la fatica passata sui libri a studiare tutto il giorno e non riuscivo a studiare più di 4 pagine al giorno, in più lavoravo e questo non mi permetteva di avere tanto tempo per studiare. Spesso venivo bocciato all'esame, anche 3 volte, che ormai era diventata per me un'abitudine, così ho iniziato a sentirmi frustrato e stressato nello studio, la vivevo male, soprattutto quando a fine pomeriggio - dopo il lavoro - sapevo che dovevo per forza rimettermi sui libri Col vecchio metodo non riuscivo ad ottenere risultati che mi dessero soddisfazioni, anzi alimentava la sfiducia in me stesso e ho persino iniziato a dubitare sulle mie capacità, nonostante l'amore incondizionato per la facoltà che ho scelto di fare, perchè anche se al primo anno sono riuscito a dare 7 esami in 2 sessioni su 11 esami lavorando, non riuscivo a preparare esami grossi come anatomia 2 e biochimica 2 per mancanza, non tanto di tempo, ma di forza di volontà, che avevo ormai perso per strada dopo la sessione estiva perdendo così la motivazione ma soprattutto nella mia testa balenava una sola frase "non ce la posso fare, è troppo difficile". Io ho scelto di fare corso, principalmente per ricordare a lungo termine le informazioni studiate perchè ho tanta passione per quello che studio ma se dimentico le cose, la vedo come una grande perdita di tempo. Così a settembre 2023 ho deciso di frequentare il corso e dico una sola parola per riassumere l'esperienza: MAGIA. Durante il corso, non sapevo cosa avrei fatto e non sapevo che cosa aspettarmi onestamente, avevo tanta curiosità ed ero determinato a seguire questo percorso. Durante il corso ho sperimentato gli strumenti che i tutor e lo staff mi hanno insegnato ottenendo i primi risultati inaspettati. Lì ho capito che avendo un metodo di studio personalizzato ed efficace tutto è possibile, ho ritrovato la mia forza interiore che avevo perso. Nei giorni successivi dal corso, ho iniziato vedere dei miglioramenti, dopo vari tentativi e grazie ai consigli preziosi della mia tutor Veronica ho fatto dei miglioramenti esponenziali. Nella 1° settimana facevo 2 o 3 pag a ciclo, nella 2° settimana 4 pag a ciclo, nella 3° settimana ho fatto 5 pag a ciclo e ora nella 4° settimana ne faccio anche tra 5 e 7 pag. È aumentata la mia comprensione leggendo anche molto più velocemente riuscendo ad aumentare il mio rendimento dopo quasi 2 settimane di 6,6 volte, sono rimasto stupido! Di voti non posso ancora parlarne, perchè la sessione invernale inizierà tra gennaio e febbraio, ma sarà di mio interesse aggiornarvi con i voti e con le mappe che ho già preparato. Ora quando studio ho meno ansia rispetto al "vecchio Davide studente" e tendo a studiare tanto ancora oggi, su questo sono ancora nel processo di trovare un equilibrio tra studio, lavoro e benessere mentale, Ma quando poi checko ogni fine settimana il programma svolto, mi rendo conto quante pagine sono riuscito a fare, cosa che prima non sarebbe stata possibile. Ringrazio i ragazzi dello staff: sono eccezionali, molto accoglienti, empatici e



simpatici, hanno ottenuto grandi risultati dopo il corso sono molto ammirevoli. Ringrazio infinitamente la mia tutor, esperta ed eccellente nel suo lavoro, mi ha aiutato a trovare la sicurezza in me che ormai avevo perso, ringrazio di aver avuto lei in questo percorso perché mi ha sempre fatto notare i miei punti di miglioramento aiutandomi a superarli. Ringrazio il mio amico, fantastica persona che mi ha parlato del corso perché se non ci fossimo conosciuti e non avessi accettato quel famoso invito molto probabilmente saremmo stati dei colleghi che si parlavano poco e niente e avrei continuato la mia vita colma di stress, arrivando magari al mio licenziamento dal lavoro pur di recuperare gli esami indietro. Ora grazie al mio nuovo metodo posso sia lavorare che studiare insieme senza rinunciare né all'uno né all'altro, senza provare "la paura di non potercela fare", devo solo pazientare e allenarmi con costanza, soprattutto non rinunciando a qualcosa di utile e prioritario per me. Consiglio fortemente a tutti, anche ai più bravi che ottengono già dei super risultati, e soprattutto a chi sta passando momenti di difficoltà nello studio, di fare il corso perché il corso Genio in 21 Giorni, non ti fa migliorare solo nello studio, ma ti fa aprire anche la mente e guardare le cose che ti circondano e apprezzarle in un modo differente, senza dare nulla per scontato, rafforzando il tuo stato d'animo, avendo meno ansia, ritrovando la fiducia in te stessi e l'amore negli studi

## Petri Melissa

Ciao sono Melissa, ho 20 anni e studio Biosciences and Biotechnology all'Università di Camerino, e ho frequentato il corso Genio in 21 giorni nell'ottobre 2023 con la sede di Perugia. Ho scelto di fare il corso principalmente perché volevo essere più veloce nello studio e ricordare le cose studiate anche dopo aver fatto l'esame. Volevo anche vivere lo studio più serenamente e con meno ansia, ed essere più organizzata in modo tale da trovare del tempo da dedicare ad altre attività oltre a studiare, che era ciò che facevo ogni giorno senza pause. Prima del corso le mie giornate giravano intorno allo studio: studiavo finché avevo tempo senza un piano preciso, ero lenta, e mi capitava spessissimo di arrivare a fine pagina e non aver capito niente di ciò che avevo appena letto. Non ero capace di prendermi dei giorni di pausa dallo studio perché avevo paura di non riuscire poi a superarlo come avrei voluto. Io ho sempre avuto la media superiore al 29, quindi gli esami che facevo erano più che eccellenti, ma vivevo lo studio come un dovere che mi faceva sacrificare il resto della mia vita. Mi è capitato di studiare tutto agosto per l'esame di Microbiology da 6 crediti di inizio settembre, sacrificando vacanze ed uscite estive, per poi scegliere di fare l'esame all'appello di 15 giorni dopo perché non ero pronta abbastanza. Inutile dire quanto mi sentissi frustrata e arrabbiata per questo. In più arrivavo agli esami piuttosto agitata e mi capitava di avere il classico vuoto di memoria di fronte alle domande del professore.



Dopo il corso ho preparato l'esame di Biochemistry in 30 giorni studiando una media di 3 ore al giorno, divertendomi, arrivando all'esame tranquilla e prendendo 28.

Lo stesso esame prima del corso l'avrei preparato almeno nel doppio del tempo, e sicuramente lo studio non l'avrei vissuto con la sicurezza di farcela, l'interesse e il divertimento che ho invece provato.

Qualche giorno prima dell'esame avevo pure fatto un viaggio di 2 giorni in cui non ho toccato il quaderno, e me li sono goduta appieno senza provare ansia o colpa. Il giorno dopo biochimica ho preparato l'esame di General genetics di 460 slide in 8 ore e ho preso 30! Inoltre, dopo il corso riesco a seguire le lezioni più attivamente e prendere appunti in modo molto più efficace, ricordandomi le cose anche dopo tempo. Prima invece faticavo a stare sveglia e concentrata e a ricordarmi di cosa avessimo parlato a lezione. Con questi risultati ho salvato la borsa di studio per il terzo anno di fila e, cosa più importante, sono riuscita a dedicare tempo alla crescita personale e ad altre attività, imparando a prendermi delle giornate di pausa senza sentirmi in colpa.

Vorrei ringraziare Caterina, che è colei che mi ha parlato di Genio, perché senza di lei non avrei conosciuto questo corso meraviglioso che mi ha svoltato lo studio e di conseguenza la vita. E ringrazio la mia fantastica tutor Chiara per essere sempre presente a darmi una mano sia come tutor che come amica.

## Petrozzi Emanuele

Ciao a tutti , a chiunque stia leggendo questa testimonianza io sono Emanuele e sono una new entry a medicina e chirurgia. Sono contentissimo di condividere quelli che sono stati i risultati che ho ottenuto durante quest'anno straordinario. -Ho dato il mio primo esame universitario ossia biologia molecolare durante il mio anno di transito alla facoltà di farmaceutica prendendo 28 e preparandolo in 20 ore contate distribuite in 10 giorni

-Preparato i tolc per entrare a medicina che si sono tenuti sia ad aprile che a luglio studiando per entrambi due settimane prima delle date di svolgimento e riuscendo finalmente a realizzare il mio sogno. Infatti sono entrato alla mia prima scelta senza nessuno scorrimento dandomi tempo di rilassarmi prima dell'inizio dei corsi

-Questo è uno dei risultati più inaspettati di tutti. Visto che volevo mettere alla prova il ricordare le cose a lungo termine e volevo essere sicuro di prendere la scelta migliore per la professione che avrei voluto intraprendere ho deciso di iscrivermi al test d'accesso per fisioterapia. La sfida è stata quella di non studiare o aprire libri da luglio cioè dall'ultimo tolc fino al giorno del test che si è svolto a settembre. Con mia grande sorpresa e soddisfazione oltre a essere vincitore con un punteggio di 69,3 sono stato tra i primi 50 nella graduatoria complessiva di infermieristiche e tra i primi 15 in quella riservata a fisioterapia.

Onestamente non mi sarei mai aspettato che un giorno avrei avuto la possibilità

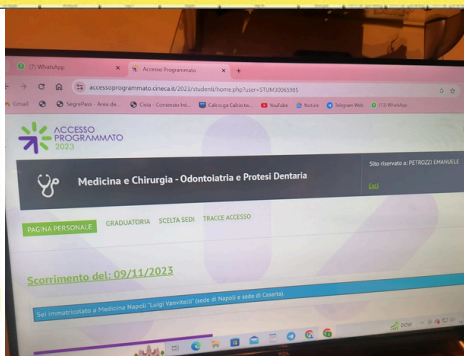




## Medicina, Farmacia e Biologia

di scegliere liberamente tra medicina e fisioterapia. Mi ritengo veramente tanto fortunato perché ho avuto qualcuno che mi ha mostrato che ero perfettamente in grado di scegliere di essere migliore non solo nello studio ma anche come persona. Prima avevo il terrore di quello che avrei dovuto affrontare nel mio percorso universitario futuro nonostante mi sentissi forte nello studio ma ora non più anzi non vedo l'ora di dare tanti altri esami divertendomi soprattutto quelli più difficili e dimostrare che con gli strumenti giusti ognuno può mirare al meglio per sé. Ci tengo a concludere ringraziando di cuore i tanti amici che mi sono fatto durante questa incredibile avventura in particolare la persona che non mi ha mollato mai e che ha sempre fatto il tifo per me la mia cara amica e preparatrice personale Maddalena Russo e l'istruttrice del nostro centro che considero ormai come una seconda casa Noemi Bergamasco

UNIVERSITA' DEGLI STUDI DI NAPOLI FEDERICO II						
GRADUATORIA DI MERITO CORSO DI LAUREA IN FISIOTERAPIA (M78) - ELENCO DEI VINCITORI E DEI PRENOTATI -						
sede: Università degli Studi di Napoli Federico II - Posti 45 - a.a. 2023/24 - (M78-018)						
SCADENZA IMMATRICOLAZIONE 4 OTTOBRE 2023						
N.	COGNOME	NOME	CODICE FISCALE	DATA DI NASCITA	PUNTEGGIO TOTALE	ESITO
1	TARANTINO	CARMELA	TRNCML31768F839L	28/12/1993	85,3	VINCITORE
2	TROTTA	MATTEO	TRTMT103161F839E	01/08/2003	84,7	VINCITORE
3	ROMANO	GIORGIA	RMNGRG83857F839M	17/10/2003	82,1	VINCITORE
4	SCOTTO	GIANNMARCO	SCGTMR03054839M	05/10/2003	79,8	VINCITORE
5	NUNZIATA	GAETANO	NNZGTN0542B860U	28/01/2005	77,6	VINCITORE
6	CASTELLANO	MATTIA	CSTM1T05C02F839Q	02/03/2005	76,7	VINCITORE
7	ROMEO	ROBERTO	RMROBR1003038130	03/02/2002	75,3	VINCITORE
8	ROMEO	LUGI	RMOLGL03810C349N	10/02/2003	72,3	VINCITORE
9	AVINO	EMMANUELE	VNAMNL99A07G1908	07/01/1999	71,1	VINCITORE
10	RICCARDI	MARIANO	RCCMRN05A22F839G	22/01/2005	70,4	VINCITORE
11	GIANNINI	PASQUALE	GNPNPL03A29F839A	29/01/2003	70,1	VINCITORE
12	CARATI	VINCENZO	CRVVCND0009F839W	09/04/2000	69,9	VINCITORE
13	DE MATTEO	LUCA	DMTLCL98H03F839O	03/06/1998	69,2	VINCITORE
14	PETROZZI	EMANUELE	PTPRANL02D16F839K	16/04/2002	69,3	VINCITORE
15	DE MATTEO	LUCA	DMTLCL98H03F839O	03/06/1998	69,2	VINCITORE
16	ESPOSITO	GAETANO	SPSGTNG1P17F839O	17/09/2002	68,9	VINCITORE
17	PETRIGLIERI	VINCENZO	PTPRVNC05030M289C	30/04/2005	67,3	VINCITORE
18	PETRIGLIERI	VINCENZO	PTPRVNC05030M289C	30/04/2005	67,3	VINCITORE



## Pierini Irene

Ciao, sono una studentessa al primo anno della facoltà di Medicina e Chirurgia di Perugia (sede Terza).

Verso inizio settembre ho partecipato al corso Genio perché avevo scoperto di essere entrata a medicina ed ero consapevole che il mio metodo, oltre ad essere faticoso e lento, non mi permetteva di poter ricordare le cose che studiavo. Passavo tantissime ore a studiare e non c'erano giorni di stop come la domenica... io tutto questo non lo volevo più perché volevo vivere l'università in maniera serena e non stressante.

Inoltre avevo il terrore di poter lavorare in futuro, ma senza sapere che cosa stessi facendo perché non ricordavo le cose studiate all'università!

Prima del corso leggevo e ripetevo in continuazione, ma senza andare a capire le cose o il perché accadevano certi processi; riuscivo sì a ricordare in quale pagina era scritta quella cosa e con che colore l'avevo sottolineato, ma senza una logica.



Genio in 21 giorni



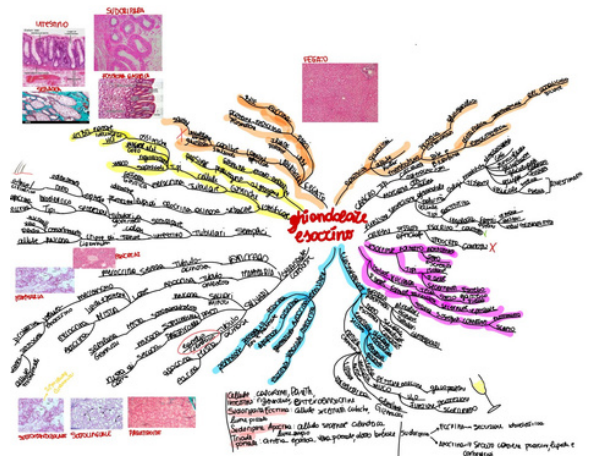
Ad oggi, dopo soli 3 mesi dalla fine del weekend del corso, posso dire di vivere molto meglio l'università, di comprendere ciò che studio tendenzialmente già a prima lettura e di passare molto meno tempo sopra i libri.

Questo mese ho dato il mio primo esame (Antropologia medica) prendendo 29 ed ho passato il test di Medicina del Lavoro facendo solo 2 errori! Questi esami li ho studiati praticamente solo a lezione mentre i prof spiegavano e a casa l'unica cosa che facevo era rivedere le mappe che facevo in classe.

Nel mese di gennaio mi sono prefissata di dare altri 5 esami così da finire la sessione entro gennaio e potermi riposare a febbraio!

Tutto questo sarà possibile solo grazie al mio nuovo metodo (e dire che all'inizio ero tanto scettica).

Ringrazio la mia famiglia che mi ha dato la possibilità di fare questo corso e anche il sostegno nel mentre e ringrazio anche il mio tutor Andrea Pochini che per me è stato uno strumento fondamentale ed essenziale per questo percorso: sempre disponibile, sorridente e sempre pronto a toglierti ogni dubbio facendomi vedere i progressi raggiunti... grazie infinitamente



-Pierini Irene

358438

29

## Pierro Annarosa

Buongiorno a tutti! Sono Annarosa ed, attualmente, frequento un Master di II livello in "Sviluppo preclinico e clinico del farmaco: aspetti tecnico-scientifici, regolatori ed etici" presso l'Università Cattolica del Sacro Cuore a Roma. Ho scelto di fare il Corso Genio a Gennaio 2023 in preparazione ai Test d'Ingresso che avrei dovuto affrontare nei mesi di Marzo ed Aprile, non aspettandomi di passare la selezione in Cattolica, avvenuta a fine Novembre 2022. Nella mia Carriera Accademica alla Facoltà di Farmacia a Bari non ho portato a casa chissà





## Medicina, Farmacia e Biologia

quali voti, tranne per materie che effettivamente mi interessavano; durante il terzo anno ho anche avuto un blocco con un esame particolarmente ostico, ovvero Fisiologia Generale, che ho ridato per la bellezza di nove volte in nove mesi.

Durante la preparazione degli esami avevo tantissima ansia, che mi impediva alle volte di dormire; vomitavo quasi tutti i giorni dal panico che avevo nell'affrontare le sfide e, non nascondo che ho avuto anche degli attacchi di panico, che mi impedivano di respirare.

Quindi, questi stessi esami, che mi avrebbero permesso di avere una carriera lavorativa, mi inghiottivano, non dando spazio alla mia passione per la lettura o all'avere una vita sociale molto attiva.

Inoltre, questa situazione mi aveva portato ad un calo di motivazione e tanti problemi nel memorizzare le informazioni a lungo termine, il che sarebbe stato un problema per svolgere il lavoro da Farmacista, che, dopo il conseguimento della Laurea, ho abbracciato per un anno e nove mesi. Comunque sia, a fine 2020/inizio 2021, parlando con il mio ragazzo e vedendo il suo metodo di studio, mi sono incuriosita tanto.

Vivendo lui a Perugia ed, avendolo frequentato nel 2022 in quella sede, decido di farlo appena se ne presenta l'occasione.

Dunque, a Luglio 2022, ispirata anche dal fatto che vedevo i risultati che Alessio era riuscito ad ottenere e alle prospettive lavorative che avrei dovuto affrontare io con il ruolo di Associato di Ricerca Clinica (che sarei andata a ricoprire con il conseguimento del Master anzi citato), prendo la decisione di fare il Corso.

Il Master di Il Livello, che sto attualmente frequentando, presenta dei test mensili che devono essere fatti a conclusione dei vari argomenti studiati; tutto questo, mi faceva tornare alla mente il modo in cui affrontavo gli esami a Bari, non facendomi vivere con serenità questo percorso che avevo sognato da quando ero entrata all'università.

Con l'aiuto delle mappe mentali e delle tecniche di memorizzazione apprese al Corso riesco a ricordare ogni legge o decreto associato al mio ambito di lavoro e mi risulta più facile capire quali sono i vari ruoli associati ad uno studio clinico.

Ad oggi, posso dire di essere arrivata a fare il lavoro che facevo in 50 ore in 7, cosa di cui sono molto fiera; ho ripreso a dormire almeno 7 ore e mezza a notte e riesco a divorare almeno un libro al mese.

La motivazione è tornata alta, così come anche i voti: infatti, ho conseguito 18/20 come risultato ad un test, con tanta soddisfazione e con il pensiero ancora più marcato di aver trovato finalmente la mia strada.





un'ora. In 11 giorni ho praticamente fatto più della metà programma. Posso sicuramente migliorare ancora ma è già un grande traguardo essere arrivata a questo. Con l'esercizio e la costanza sono sicura di fare ancora meglio.

### Simonato Martina

Sono Martina, studentessa di CTF al primo anno. Ho fatto il corso Genio21 a luglio per trovare un metodo che mi aiutasse a cominciare l'università con il piede giusto. Prima del corso mi sentivo sopraffatta dalle emozioni, dalla confusione e dalla mancata comprensione e memorizzazione di ciò che studiavo: prima in 25 minuti studiavo 4 pagine con una comprensione media, adesso, dopo neanche un mese, studio in 25 minuti 15 pagine con una comprensione e di sicurezza decisamente diversa. Questo mi ha permesso in 10 giorni di leggere 2 libri (uno da 200 e uno da quasi 700 frasi) risultato che prima avrei chiuso in 3 mesi. Il primo esame fatto con il metodo è stato un 27 in fisica e subito dopo 30 in anatomia.

### Tascone Chiara

Sono Chiara Tascone, abito in Sicilia, in provincia di Messina e studio Fisioterapia. Prima di fare il corso Genio ottenevo risultati abbastanza soddisfacenti, almeno dal punto di vista del voto, ma non mi sentivo per nulla bene durante tutto il processo di studio, e ovviamente dopo l'esame avevo già chiuso definitivamente il cassetto con tutte quelle informazioni. Studiavo quando mi facevo prendere dall'ansia, a poco tempo dall'esame, anche perché altrimenti avrei dovuto ripassare tutte le cose fatte mesi prima perché le avrei dimenticate, e mi chiudevo letteralmente in stanza 15 giorni prima a leggere e ripetere per memorizzare tutto... ovviamente non era il massimo, ma non pensavo ci fosse qualcosa da cambiare perché da sempre avevo studiato così e alla fine gli esami andavano anche bene quindi... poi per fortuna ho incontrato delle persone che mi hanno fatto capire che qualcosa si poteva cambiare, che potevo studiare per un esame e uscire la sera o studiare un'ora al giorno e andare bene ad un esame... ho iniziato dopo il corso preparando l'esame di patologia e farmacologia, che per quanto non fosse il più difficile, era per me il più antipatico da studiare. Con il corso sono arrivata a studiare in un'ora 15 pagine, mentre prima in un ciclo di 25 minuti non ne avevo ben chiare nemmeno 5, perché mi sarebbe servito rileggere i concetti più difficili, ripeterle, sottolinearle. Ho studiato per circa 20 giorni, un'ora al giorno e allo stesso tempo sono riuscita a vivere la mia estate, andavo a mare, uscivo, amici, famiglia, facevo tirocinio, tutto quanto. Ho studiato a casa, sugli autobus, sulle panchine, a mare ed è bellissimo sapere che in qualsiasi posto l'efficacia del mio



studio è la stessa. Non mi serve ripetere all'infinito per fissare un concetto o un nome. All'esame ricordavo perfettamente il ramo della mappa che avevo fatto, il concetto legato e lo esponevo come se lo avessi ripetuto mille volte. Ringrazio immensamente la mia amica Monia per avermi portata in questo mondo, la mia tutor Martina, Gian e tutti quanti i ragazzi dell'ssa per aver sicuramente cambiato in meglio la mia vita, visto che per tutta la vita si continua a studiare e per avermi regalato tante emozioni bellissime

## Torresani Monica

Ciao a tutti, io sono Monica, ho 29 anni e studio tecniche di laboratorio biomedico in Germania. Ho conosciuto il corso tramite tiktok sul canale di Mimmo. Prima del corso avevo perso le speranze con lo studio ed ero sempre disperata, passavo ore sui libri senza ricordarmi nulla e studiavo tutto a memoria. Mettendo in pratica il metodo sono riuscita a diminuire i tempi dello studio e specialmente a far rimanere le informazioni, dopo aver studiato non ho più la sensazione di non sapere niente. So rielaborare un testo e riorganizzare le informazioni. Sono riuscita a preparare materie da studiare nonostante abbia 40 ore lavorative a settimana, in particolare il mio obiettivo era studiare 7 pagine di istologia in 25 minuti e ad oggi riesco a studiarne 11. Riesco anche ad essere preparata a tirocinio studiando tutte le procedure di laboratorio. Ringrazio Mimmo, la mia tutor Marina e l'istruttore del centro Salvatore De Tommaso. Ringrazio inoltre tutti i docenti del corso di Lecce che mi hanno sentito partecipe dell'evento, da me seguito online. Grazie ✨

## Zito Elena Sofia

Ciao, sono Elena Sofia Zito e sono al primo anno di fisioterapia all'università Magna Graecia di Catanzaro. Come primo anno universitario prospettavo assolutamente che non sarebbe stato facile affrontare questa "nuova vita" e che la mole di studio sarebbe aumentata, ma mai avrei immaginato che lo sbalzo potesse essere di dimensioni tanto elevate. Il mio piano iniziale (penso come per tutti del resto) era studiare di volta in volta, prendendo gli appunti in aula e sistemandoli una volta arrivati a casa, una passeggiata in poche parole... questo sogno utopico però, nella realtà, si è dimostrato molto più complesso del previsto. La quantità di cose da studiare cresceva a dismisura e tutti i miei tentativi per cercare di tenere il passo si sono rivelati inutili. Ero arrivata in punto in cui persino aprire il libro mi induceva uno stato di ansia maggiore di quello della maturità, e quelle rare volte in cui provavo a farmi coraggio e leggere qualche pagina si concludevano dopo un paio d'ore con pochissime pagine lette, un livello di comprensione pari a 0 e un livello ansia ancora maggiore. Persino lo





## Medicina, Farmacia e Biologia

sport (una delle cose che più amo in assoluto), che prima mi aiutava a staccare da tutti i problemi della quotidianità, si è dimostrato inutile: in palestra o durante una passeggiata l'unico pensiero che mi ruotava in testa era quello di non essere riuscita a fare niente... ed essendo una persona molto perfezionista questo sostanzialmente mi ha buttato in un baratro che credevo senza uscita. Fortunatamente nella mia vita è apparso un "angelo custode" che mi ha parlato del corso e immediatamente in quel tunnel oscuro si è acceso un barlume di speranza. Dopo il corso ho iniziato fin da subito a vedere i risultati: non avevo più paura ad aprire un libro, ero molto più invogliata a studiare e dopo neanche una settimana sono riuscita a preparare una prova in itinere con voto 30, risultato che prima consideravo letteralmente irraggiungibile, soprattutto in così poco tempo. Questo è stato solo il primo dei risultati ottenuti dopo 3 esami con 9 materie totali, tra cui l'esame di metodologia di base in riabilitazione superato con 27 e preparato sì e no in una settimana, un 22 nel blocco di fisica, informatica e statistica (materie non tanto amabili) e l'ultimo blocco con biochimica e anatomia (le materie di cui avevo più terrore in assoluto), preparato in poco più di una settimana e con una bella tendinite al braccio destro superato con un 30 E LODE... Mai avrei pensato di riuscire a raggiungere questi risultati se non dopo mesi intensi di studio su ciascuna delle materie. Adesso, a distanza di circa 3 mesi dal corso posso dire che ho, senza alcun dubbio, migliorato la gestione dell'ansia riuscendo anche a dormire nei giorni pre esame, lo sport ha riacquisito il suo potere e la prospettiva di una futura sessione non sembra essere così paurosa. Tutto questo è stato reso possibile grazie al corso Genio in 21 giorni che mi ha fornito tutti gli strumenti necessari per raggiungere i miei obiettivi e mi ha fatto capire che davvero si può fare tutto se lo si desidera. Ma un grazie particolare va soprattutto alla mia tutor, Jasmin Longobucco, la quale mi ha sempre aiutato e supportato durante il mio intero percorso (cosa che continua a fare) e senza la quale avrei continuato a pensare che il problema fossi io e che non fossi capace di ottenere quello che sognavo, aiutandomi a portare a galla tutte quelle potenzialità che avevo trascurato e ignorato per tutta la vita