



Corso La Mia Mente Funziona! **Liceo Pigafetta, marzo-maggio 2026**

Testimonianze degli studenti

La mia esperienza in questo corso è stata molto positiva: non solo mi ha insegnato tecniche utilissime per la concentrazione e l'organizzazione dello studio, ma grazie agli esperti e ai compagni ho imparato anche a dare importanza e valorizzare i miei obiettivi.

M.

Sono contento di aver fatto questo corso, però sono contento anche di averlo finito. Non perché mi annoiasse o non fosse interessante, anzi, ma così posso essere autonomo e applicare tutte le nozioni apprese. Col senno di poi l'avrei fatto altre 100 volte perché il gruppo è stato coinvolgente, dandomi una vera voglia di fare. Penso di aver investito questi venerdì, e penso che tra un po' arriverà il vero guadagno.

N.

Sono rimasto nel complesso soddisfatto di questo corso; per ora non ho intenzione di impegnarmi in progetti simili, ma di concentrarmi sulle nuove tecniche apprese.

All'inizio del corso pensavo che sarei rimasto deluso dall'esperienza, mi ero infatti iscritto solo per avere qualche ora di ex PCTO, essendo rimasto indietro, e oltre a questo anche sotto pressione dei miei genitori. Nonostante questa aspettativa negativa iniziale, il corso è stato utile per avere più motivazione a casa; ho anche imparato nuovi metodi di concentrazione. Vi ringrazio quindi per avermi aiutato, ora spero di continuare così con i metodi imparati.

G.

Questo corso mi ha aiutato a migliorare il mio metodo di studio e a darmi delle priorità sul mio studio e concentrarmi meglio su me stessa. Ho capito meglio come avvicinarmi alle interrogazioni e alle verifiche. Mi è servito molto e ringrazio Marco e Silvia per questa opportunità.

G.

Purtroppo ho dovuto saltare un incontro, anche se sicuramente da quando ho iniziato, obbligato inizialmente dai miei genitori, ad ora sono cambiate molte cose. Quello che ho imparato mi è servito e mi ha aiutato anche nei momenti più difficili a stare attento, a scrivere pagine di appunti e talvolta a migliorare l'organizzazione. L'unica cosa è che arrivo spesso al corso stanco e non riesco molto a concentrarmi, non è colpa vostra, però forse potreste trovare qualche attività utile a questo. Detto questo, vi ringrazio perché siete stati veramente bravi, divertenti e si vede che tenete e credete in quello che fate!

M.

Questo corso è stata una nuova esperienza per me, è stato molto diverso da come lo immaginavo e mi è piaciuto. Ho imparato un po' di cose nuove e anche approfondito le mie conoscenze su cose che sapevo già.

B.

Questo corso è stato molto utile perché sono riuscita ad organizzarmi meglio con lo studio e mi è servito anche per controllare l'ansia, non solo in ambito scolastico ma anche nello sport. Sono riuscita a raggiungere buoni risultati e spero di continuare così.

M.

Questo corso mi ha aiutata molto nell'organizzazione dello studio a casa, nel non prendermi all'ultimo minuto con lo studio e nel concentrarmi meglio. Una cosa che vorrei migliorare è l'attenzione in classe e gli appunti, essendo che molti dei miei professori chiedono spesso cose non presenti nel libro ma che dicono loro.

L.

Questo corso mi ha fatto crescere come persona e personalmente lo consiglio a chiunque. All'inizio dell'anno scolastico ho avuto un periodo "no" a causa dello stress scolastico e forti emicranie che mi hanno rovinata per 4-5 mesi, mi sono ripresa, è vero, ma con questo corso ho avuto la conferma che devo migliorare nel tempo per fare quello che mi piace, per leggere e scrivere il mio libro. Mi ha aiutato a capire che devo ricominciare a respirare totalmente senza preoccuparmi troppo della scuola. Grazie a questo corso ho ritrovato la me stessa che avevo perso anni fa.

C.

Questo corso mi ha fatto capire tante cose, soprattutto che posso farcela. Sono stato veramente bene con voi.

L.

Questo corso è importante per la crescita motivazionale, mi ha permesso di migliorare nello studio e nel mio tempo a disposizione. È coinvolgente per tutti i ragazzi che vogliono migliorare nelle materie o in generale nel controllo delle loro emozioni. Mi è piaciuto molto, anche se trovo che le lezioni da due ore sono un po' lunghe e che gli istruttori hanno fatto molti esempi che potevano essere sottintesi.

Nel complesso tutto il corso ha soddisfatto le mie aspettative! 5 stelle su 5!

S.

Questo corso mi ha molto aiutata a superare i momenti di ansia e a diluirmi il carico di studio in modo tale da avere meno pressione in vista di verifiche e interrogazioni. Proprio per questo mi piacerebbe molto partecipare a corsi simili per far sì che ogni tanto mi vengano ricordate le tecniche e a ricordarmi che posso farcela e che non sono l'unica in difficoltà.

M.

Sono stato felice di frequentare questo corso poiché sono riuscito a migliorare alcuni aspetti del mio metodo di studio che prima sottovalutavo o ignoravo. Purtroppo mi rendo conto che ho ancora cose da migliorare, ma ho scoperto, grazie a questo corso, che ce la farò. Consiglio a tutti questi incontri, perché trasmettono messaggi positivi e forniscono metodi, magari superflui all'inizio, ma molto efficaci.

P.

Il corso è stato molto bello e interessante, soprattutto perché me lo aspettavo molto più noioso e "brutto". Sono molto felice di aver scelto di andarci comunque perché ho avuto ottimi risultati in breve tempo, sono sicura che poi migliorerò sempre di più, ma devo molto a chi mi ha insegnato le diverse tecniche e mi ha fatto capire cosa non andava.

E.

Un corso che dovrebbero fare tutti almeno una volta nella vita. Mi ha aiutata a gestire l'ansia, a socializzare meglio e mi ha reso una persona migliore.

V.

Mi ha aiutata ad organizzarmi meglio con lo studio, a procrastinare meno e a non studiare solo imparando a memoria nozioni che non capisco.

B.