



Intelligenza Artificiale per la Vita e il Lavoro

Marco Raoul Marini

L'Intelligenza Artificiale non è fantascienza, ma un nuovo strumento per interagire con il mondo del lavoro. Questo corso non insegna teoria complessa, ma strumenti pratici per delegare i compiti noiosi e recuperare ore preziose ogni settimana.

DESTINATION MANAGEMENT
COMPANY
COOPERATIVA DI COMUNITÀ





LEZIONE 03

AI come assistente personale

Esempi pratici per risolvere i tuoi problemi quotidiani



Indice

01

Scrivere con l'AI

Email, lettere e
contenuti creativi

02

Organizzare con l'AI

Giornata, viaggi e
budget

03

Analizzare con l'AI

Riassumere, tradurre
e analizzare

04

Esercitazione

Pratica con casi reali

Ripasso: Lezione 2

Il metodo a 4 passi: Ruolo, Contesto, Compito, Formato

La formula per ottenere risposte precise al primo colpo.

L'AI non ti conosce

Più contesto fornisci, migliore sarà la risposta.

Iterare è meglio che riscrivere

Se la risposta non è perfetta, chiedi modifiche anziché ricominciare da zero.

Scrivere un'email professionale

RUOLO

"Sei un assistente aziendale esperto"

CONTESTO

"Devo comunicare un ritardo nella consegna al cliente Rossi"

COMPITO

"Scrivi un'email di scuse professionale"

FORMATO

"Max 150 parole, tono formale ma cordiale"

Prima vs dopo: l'email

Senza metodo

"Scrivi un'email di scuse"

Risposta: email generica, impersonale, senza dettagli sul contesto, tono inadeguato

Con il metodo a 4 passi

Ruolo + Contesto + Compito + Formato

Risposta: email mirata, professionale, con dettagli specifici, tono appropriato

Scrivere una lettera formale

Esempio: lettera di diffida

"Sei un consulente legale. Scrivi una lettera di diffida per ritardo nel pagamento dell'affitto, includi riferimento alla legge, tono fermo ma educato, max 200 parole."

Perché funziona

Il ruolo "consulente legale" garantisce linguaggio giuridico appropriato. Il contesto fornisce i fatti. Il formato definisce lunghezza e tono.

Creare contenuti creativi

L'AI può aiutarti a scrivere

Post per i social media, articoli per un blog, racconti brevi, poesie e auguri personalizzati.

Esempio: post Instagram

"Sei un copywriter esperto. Crea 5 post per Instagram per promuovere la mia pasticceria artigianale. Ogni post: emoji + testo max 100 parole + hashtag rilevanti."

Il tocco personale

L'AI genera la struttura, tu aggiungi la tua voce. Riscrivi, personalizza, rendilo tuo. L'AI è il punto di partenza, non il prodotto finale.

Organizzare la giornata

Il prompt

"Sei un consulente di produttività. Ho queste attività da svolgere oggi: riunione 9-10, report entro le 12, chiamata cliente alle 15, gym alle 18. Organizzami una giornata dalle 9 alle 18, includendo pause. Formato: tabella con fasce orarie."

La risposta

Tabella oraria strutturata con: fasce orarie, attività prioritarie, pause programmate, buffer per imprevisti

Pianificare un viaggio

Prompt di esempio

"Sei un travel blogger esperto. Pianifica un weekend a Roma per una coppia con budget medio. Includi: itinerario giorno per giorno, ristoranti tipici, musei imperdibili. Formato: elenco puntato per ogni giorno."

Perché funziona

Il ruolo "travel blogger" garantisce consigli autentici. Il contesto "coppia, budget medio" personalizza le raccomandazioni. Il formato "elenco per giorno" struttura la risposta.

Personalizza ancora di più

Aggiungi: "Amiamo l'arte e il cibo locale, non ci interessano i tour turistici" per una risposta ancora più mirata.

Creare una lista della spesa

1

Menu settimanale

Crea il menu, poi chiedi la lista spesa con ingredienti e quantità

2

Dieta personalizzata

Specifica esigenze alimentari, poi chiedi gli ingredienti necessari

3

Festa di compleanno

Definisci numero ospiti e budget, ottieni la lista provviste completa

Gestire il budget familiare

Prompt di esempio

"Sei un consulente finanziario. Reddito mensile netto: 2500 euro. Affitto: 800 euro. Spese fisse: 400 euro. Crea un piano di spesa mensile con categorie e percentuali. Formato: tabella con categorie, importi e percentuali."

Il risultato

Tabella dettagliata con: categoria (alimentari, trasporti, svago...), importo consigliato, percentuale sul reddito, consigli di risparmio per ogni categoria.



Analizzare e riassumere con l'AI

Trasforma documenti lunghi in informazioni utili.

Riassumere un documento

Come chiedere un riassunto efficace

"Sei un analista esperto. Riassumi il seguente documento in massimo 5 punti chiave. Per ogni punto, indica l'informazione principale. Alla fine, aggiungi una frase di sintesi generale. Formato: elenco numerato."

Il segreto: sii specifico sulla lunghezza

"Riassumi in 100 parole" è molto meglio di "riassumi brevemente". Un numero preciso guida l'AI verso il risultato desiderato.

Chiedi azioni, non solo informazioni

"Quali sono le 3 azioni principali da intraprendere dopo aver letto questo documento?" - L'AI estrapola non solo contenuti, ma anche implicazioni pratiche.

Estrarre informazioni chiave

Prompt base

"Riassumi questo testo"

Risposta generica, senza struttura, difficile da usare per agire

Prompt avanzato

"Estrai le 3 decisioni principali, i responsabili e le scadenze dal seguente verbale. Formato: tabella"

Risposta strutturata, con azioni chiare e responsabilità definite

Tradurre e adattare testi

Non solo traduzione, ma adattamento

"Traduci questa email dal tedesco all'italiano, mantenendo un tono formale. Adatta anche le formule di cortesia alle convenzioni italiane. Se ci sono espressioni idiomatiche tedesche, spiegale in una nota."

La differenza con Google Translate

Un LLM non traduce parola per parola: comprende il contesto, adatta il registro linguistico e può spiegare differenze culturali. È come avere un traduttore umano, non un dizionario.

Analizzare dati e tabelle

Incolla dati e chiedi analisi

"Analizza questi dati di vendita mensili. Identifica il trend generale, il mese migliore e il peggiore. Suggerisci 3 azioni per migliorare. Formato: paragrafi brevi + elenco azioni."

Attenzione: verifica i numeri!

L'AI può commettere errori nei calcoli. Usa l'analisi come punto di partenza, ma verifica sempre i risultati numerici importanti con strumenti dedicati.

Il prompt perfetto per il riassunto

1

Specifica la lunghezza desiderata

"Riassumi in max 5 punti" oppure "in 100 parole"

2

Indica il livello di dettaglio

"Sintesi esecutiva" vs "dettaglio tecnico"

3

Chiedi punti chiave + sintesi

Struttura la risposta per essere subito utilizzabile



Imparare qualcosa di nuovo

Il tuo tutor personale

"Sei un insegnante paziente. Spiegami la fotosintesi clorofilliana come se avessi 10 anni. Usa esempi della vita quotidiana. Poi fammi 3 domande per verificare se ho capito. Formato: spiegazione + domande"

Adatta il livello

Puoi chiedere spiegazioni a qualsiasi livello: "come se avessi 10 anni", "per un liceale", "per un professionista". L'AI adatta automaticamente il linguaggio e la profondità.

Preparare un discorso o presentazione

Matrimonio

R: "Sei un wedding speaker" -
Discorso emozionante per gli
sposi

Lavoro

R: "Sei un public speaker" -
Presentazione persuasiva per
clienti

Compleanno

R: "Sei un amico affettuoso" -
Toast divertente e sentito

Risolvere problemi tecnici

Il prompt ideale

"Sei un tecnico informatico paziente. Il mio computer è lento e si blocca spesso. Ho Windows 11 e 8GB di RAM. Guidami passo passo per diagnosticare e risolvere il problema. Formato: elenco numerato di passaggi semplici."

Fornisci sempre i dettagli tecnici

Sistema operativo, versione, messaggi di errore, cosa hai già provato. Più informazioni dai, più precisa sarà la diagnosi.

Brainstorming creativo

Idee per un regalo

R: "Sei un esperto di regali" - C: "Per mia madre, 60 anni, ama il giardinaggio" - F: "10 idee con budget e dove trovarle"

Menu per una cena speciale

R: "Sei uno chef stellato" - C: "Cena di anniversario, 2 persone, no pesce" - F: "Menu 3 portate + abbinamento vini"

Nomi per un'attività

R: "Sei un brand strategist" - C: "Pasticceria artigianale, target giovani" - F: "15 nomi creativi con spiegazione"

Idee per hobby nuovi

R: "Sei un life coach" - C: "Ho 1 ora a settimana, budget 50 euro/mese" - F: "5 hobby con costo e tempo necessari"

Workshop: scriviamo insieme

Scegli uno scenario

1) Scrivere un'email al comune per segnalare un problema 2) Organizzare la settimana con l'AI 3) Riassumere un articolo fornito dal docente

Applica il metodo a 4 passi

Definisci Ruolo, Contesto, Compito e Formato prima di scrivere il prompt. Non saltare nessun passaggio!

Confronta i risultati

Dopo aver ottenuto la risposta, confrontatela con quella dei colleghi. Discutete cosa ha funzionato e cosa si può migliorare.

Esercitazione in classe

1. Email professionale

Scrivi un'email professionale con l'AI usando il metodo a 4 passi. Scegli tu il contesto.

2. Piano giornaliero

Crea un piano giornaliero personalizzato con le tue reali attività di oggi.

3. Riassumi un testo

Riassumi un testo lungo in 5 punti chiave usando un prompt strutturato.

4. Genera idee creative

Genera idee creative per un progetto a tua scelta usando l'AI come brainstormer.

Esercizi a casa

3 task quotidiani con l'AI

Scegli 3 task quotidiani e usa l'AI per completarli col metodo a 4 passi.

Confronta tempo e qualità

Confronta il risultato con e senza AI: quanto tempo hai risparmiato? La qualità è migliorata?

Trova sorprese positive e negative

Nota almeno un caso in cui l'AI ti ha sorpreso positivamente e uno in cui ti ha deluso.

Prepara un resoconto

Porta un breve resoconto alla prossima lezione: cosa funziona, cosa no, cosa vorresti imparare ancora.



Grazie per l'attenzione

Per maggiori informazioni
segreteria@fourwin.it | www.fourwin.it

