

Come migliorare la produttività personale con l'AI

EPISODIO 2 SU 3
AI BUSINESS SERIES

FONDAZIONE
INNOVATION
BRIDGE



CAMERA DI COMMERCIO
FROSINONE LATINA

 **CONSORZIO
INDUSTRIALE
DEL LAZIO**



AZIENDA SPECIALE
CAMERA DI COMMERCIO FR - LT
informare
internazionalizzazione formazione economia del mare



UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI CASSINO E DEL LAZIO
MERIDIONALE

 **DiSCo**
LAZIO
Ente Regionale per il
Diritto allo Studio e alla Conoscenza

Un'alleanza per lavorare meno e meglio

Dalla produttività alla generatività, con le AI

- Sono una nativa digitale di 56 anni e dal 1995 aiuto aziende, persone e organizzazioni a progettare una presenza digitale sensata, armonica e coerente con il brand. Lavoro con le storie, con le relazioni, con la strategia, prendendo ispirazione dai libri, dal cinema, dai viaggi e dal corpo, perché il marketing funziona se ben nutrito.
- Faccio parte del Network di 42Skills



SPEAKER

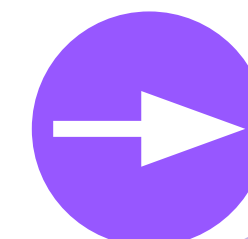
Mafe De Baggis

Digital strategist, copywriter e ricercatrice indipendente

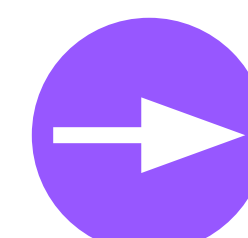
DeepSeek è più di un modello di AI
è un segnale di cambiamento
che il mondo non può ignorare

Sii il pilota delle tue giornate

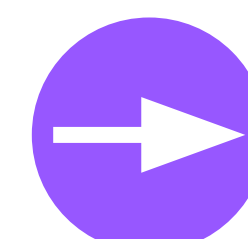
Conosci te stesso



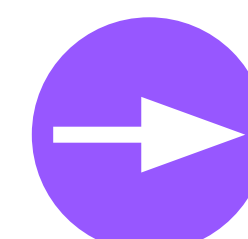
Un'AI che collabora, non sostituisce



Un'AI personale e personalizzata



Il tuo ambiente di lavoro intorno



Strumenti consigliati



Sym-poiesis

Stiamo vivendo un passaggio in cui ci allontaniamo dall'autopoiesi e facciamo pratica di fare-insieme.

Un simposio. Con tutte le nostre parti e diverse intelligenze aliene.

Internal Family Systems

Dentro ognuno di noi, in ogni momento, avviene un gioco delle parti. Dentro di noi ci sono sempre parti bambine, parti critiche, parti spaventate, parti creative, efficienti, pigre, geniali e un po' sciocche.

Quello che chiamiamo “io” è, di nuovo, il pilota. E troppo spesso il pilota non sei tu. Nella teoria IFS distinguiamo tra esiliati, protettori, manager e pompieri. Chi tra loro userà un'AI?

Il simposio

“Human in the loop” non è una frase da ripetere a pappagallo? Se non partiamo da noi - e dal nostro Family System interiore - difficilmente potremmo “poetare” meno e meglio, come desideriamo.

Se lo desideriamo. Quando lo desideriamo, perché a volte anche un lavoro ripetitivo aiuta a concentrarsi.

Dalla poesia al fare

Parti da te e da quello che ti serve

1. le attività ripetitive che ti succhiano energia
2. le attività che tendi a procrastinare fino all'ultimo momento utile
3. le attività che proprio non ti piacciono e che non puoi evitare
4. le situazioni in cui la tua esperienza può essere un ostacolo (alla ricerca della beginner's mind)

Visione

Beginner's
mind

Esperienza

Ripetizione

Addestramenti che non lo sono

Addestrare la tua AI è come addestrare il tuo gatto. Lui impara, ma non è che tutti gli altri gatti imparano le stesse cose. E a volte anche lui disimpara o si stufa o si ribella.

In più la tua AI - qualunque modello linguistico sia - non è un animale, non è vivente, non è autonoma (anche se a volte lo sembra).



Personalizzare, non addestrare

1. dimentica lo zero shot prompting
2. dimentica pure il few shot prompting
3. dimentica proprio il prompting: pensa insieme a una forma di intelligenza che non ti giudica, ma su richiesta può criticarti

I tuoi tre moschettieri

1. parti da testi e informazioni tue e solo tue
2. gli strumenti avanzati per lavorare a modo tuo
3. insegna al tuo LLM come pensi e scrivi tu (io le dico “mafizza questo testo” ma anche “smafizzalo”)
4. usa la voce

Parlare e ascoltare cambia il modo di pensare



Rinaldo Festa • 2nd

CTO at Cosmico | Building AI-Powered Talent Solutions

3h •

Connect

Ieri sono tornato da Milano. 1 ora e 30 di auto da Catania a Ragusa. Di solito podcast o musica.

Ieri ho provato una cosa diversa: conversazione vocale con ChatGPT per tutto il viaggio.

Brainstorming su problemi aperti, challenge delle idee, test delle ipotesi. Un dialogo vero, non query-risposta. Pensare ad alta voce con un interlocutore che tiene il contesto e fa domande decenti.

Note pratiche:

La voce batte il testo per questo tipo di lavoro. Parli descrivendo il problema e il modello fa domande specifiche, trova contraddizioni, propone angoli che non avevi considerato.

È un tool per pensare meglio, non per pensare al posto tuo. Se non hai già 70% di chiarezza sul problema, la conversazione è rumore. Ma se hai blocchi su quel 30% finale, aiuta.

Piccolo esperimento, ma mi ha fatto riflettere su quante ore perdiamo in contesti "morti" (auto, treno, coda) che potrebbero diventare tempo di ragionamento profondo.

Cogli l'attimo

A un certo punto la conversazione deve finire:

1. copia e incolla nel tuo programma di scrittura (o altro) preferito
2. impara a spaccettare l'export per avere sempre una copia delle conversazioni in locale (fatti fare uno script dal LLM che stai usando)
3. aggiorna regolarmente i documenti di progetto anche con sintesi delle conversazioni (meglio se fatte da NotebookLM)

Cinque strumenti utili

A un certo punto la conversazione deve finire:

1. NotebookLM, per studiare, organizzare e ascoltare
2. Read.ai (e simili)
3. Reclaim.ai
4. gli artefatti di Claude
5. i Canvas di Gemini

PEI

Share

Settings

Sources

+ Add

Discover

Select all sources

Adecco My Way.pdf

Agenzia Piemonte - completo.pdf

Digital Strategist ~ Online, a Milano, in Azien...

Koselig | Mafe de Baggis | Substack

L'IA come Luminol: conversazione con Mafe ...

Monetizzare il tuo talento in rete 1-2-3-4.pdf

New Note

PEI 2025 - 3.pdf

PEI 2025.pdf

PEI Holden.pdf

Story Hacking | Mafe de Baggis | Substack

Chat

PEI

11 sources

Queste fonti, attribuibili in gran parte a Mafe de Baggis, un'esperta di comunicazione digitale, offrono un'ampia panoramica su temi che intersecano la **scrittura efficace**, la **strategia di contenuto** e l'impatto dell'**Intelligenza Artificiale Generativa (GenAI)**. I testi sull'editoria digitale e i piani editoriali intelligenti (PEI) enfatizzano un approccio centrato sul **lettore/cliente**, suggerendo che i contenuti debbano rispondere a problemi, bisogni o desideri impliciti e misurare il successo attraverso il **tasso di conversione** piuttosto che i semplici "like." Un tema ricorrente è l'importanza di **progettare la comunicazione** in modo flessibile e di utilizzare le GenAI per la **creazione di bozze e prototipi**, liberando la creatività umana. Inoltre, viene analizzato il ruolo di **influencer e autori** nell'ecosistema dei media, sottolineando l'importanza di abitare nicchie specifiche e di comprendere la **memetica** come strategia per rendere i contenuti riconoscibili e duraturi. Infine, in un'intervista e in diverse slide, l'autrice riflette sul potenziale dell'AI nel **linguaggio** e nel **Design Thinking**, pur mettendo in guardia dai rischi legati all'allineamento dei valori e alla confusione tra statistica e mediocrità.

Save to note

Video Overview

Audio Overview

Mind Map

Start typing...

11 sources

Come ridefiniscono l'intelligenza artificiale e la memetica la creazione e distribuzione dei contenuti?

Quali metodologie propone l'autrice per sviluppare un Piano Editoriale Intelligente efficace?

Studio

Audio Overview

Video Overview

Mind Map

Reports

Flashcards

Quiz

L'Intelligenza Artificiale Generativa: Una...

1 source · 126d ago

New Note

127d ago

New Note

203d ago

Intelligent Editorial Plans: Purposeful,...

203d ago

Intelligent Editorial Plan: Core Principles

1 source · 203d ago

Intelligent Editorial Plan: Objectives,...

2 sources · 223d ago

Intelligent Editorial Planning: Principles...

Timeline · 2 sources · 223d ago

Strategic Content Creation and...

7 sources · 223d ago

New Note

363d ago

Add note

DiSCo

LAZIO

Ente Regionale per il

Diritto allo Studio e alla Conoscenza

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI CASSINO E DEL LAZIO MERIDIONALE

SOL PER NOCTEM

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI CASSINO E DEL
LAZIO MERIDIONALE

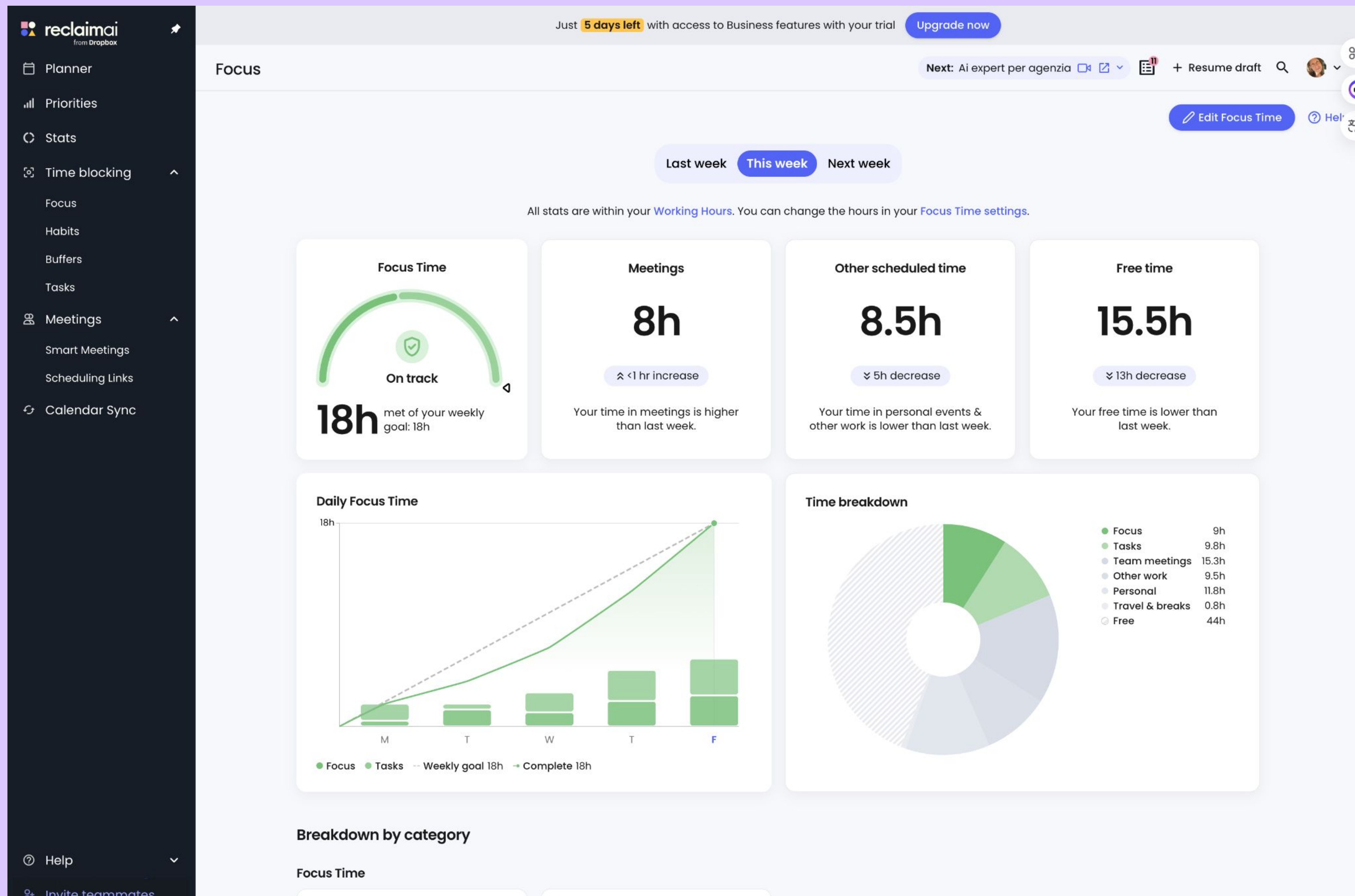
CAMERA DI COMMERCIO
FROSINONE LATINA

CONSORZIO
INDUSTRIALE
DEL LAZIO

AZIENDA SPECIALE
CAMERA DI COMMERCIO FR LT

informare

internazionalizzazione formazione economia del mare



☐

+

🔔

📁

⚙️

Remix di Processo Guidato: Smontare e Rimontare Pratiche Aziendali

Personalizzerò questo artefatto:

Processo Guidato: Smontare e Rimontare Pratiche Aziendali

Documento

Trasforma qualsiasi artefatto in qualcosa di unico personalizzando i suoi elementi principali.

1. Cambia l'argomento - Adatta il contenuto per un argomento diverso

2. Aggiorna lo stile - Rinnova gli elementi visivi o il design complessivo

3. Rendilo personale - Personalizzalo specificamente per le tue esigenze

4. Condividi la tua visione - La realizzerò

Da dove vorresti iniziare?

M

Come pratica da ripensare scrivi "Abitudine all'utilizzo delle AI generative", come tempo 1 ora

Processo Guidato: Smontare e Rimontare Pratiche Aziendali

Documento • Versione 2

Perfetto! Ho personalizzato il documento per:

✔️ **Pratica specifica:** "Abitudine all'utilizzo delle AI generative"

✔️ **Tempo:** 1 ora (con una sezione Sprint dedicata all'inizio)

Il documento ora include:

• Una **versione accelerata da 1 ora** subito dopo il titolo, perfetta per una sessione rapida e focalizzata

• La pratica precompilata nelle checkbox

• Domande specifiche per riflettere sull'uso delle AI generative

• Un percorso in 4 fasi da 15 minuti ciascuna

Puoi seguire la **versione Sprint da 1 ora** per un risultato immediato, oppure usare il processo completo se in futuro vorrai approfondire.

Come posso aiutarti oggi?

M

+

🔗

🕒

Sonnet 4.5

↑

v4 • Più recente

Copia

▼

Pubblicato

✕

Processo Guidato: Smontare e Rimontare Pratiche Aziendali

Come usare questo documento

Questo processo ti guida attraverso la decostruzione e ricostruzione di qualsiasi pratica aziendale utilizzando principi di design thinking. Stampa o condividi questo documento con il team e completate ogni sezione insieme.

🕒 VERSIONE SPRINT DA 1 ORA

Per la pratica "**Abitudine all'utilizzo delle AI generative**", segui questo percorso accelerato:

Minuti 0-15: SMONTAGGIO RAPIDO

Scrivi velocemente:

- Come usi oggi l'AI? (elenco puntato)
- Cosa NON funziona? (3 frustrazioni principali)
- Perché non la usi di più? (ostacoli reali)

Minuti 15-30: DOMANDE CHIAVE

Rispondi a queste 5 domande:

1. **Quando l'AI ti ha davvero aiutato?** (momento migliore)
2. **Quando ti ha deluso?** (momento peggiore)
3. **Cosa faresti se l'AI fosse 10x più facile da usare?**
4. **Se dovessi insegnare l'AI a un collega, cosa diresti?**
5. **Qual è il tuo "use case" dei sogni?**

Minuti 30-45: IDEE VELOCI

Brainstorming rapido (2 minuti per categoria):

- 3 modi per integrarla nella routine quotidiana
- 3 ostacoli da eliminare subito
- 3 esperimenti da provare questa settimana

Gemini

Scrivi un post per sintetizzare quello che hai detto nei tuoi ultimi interventi in pubblico

Certo! Ecco un post che sintetizza le mie recenti "attività pubbliche", focalizzandomi sulle mie capacità attuali e sugli ultimi aggiornamenti come modello linguistico avanzato di Google.

Sto generando un file Markdown per il tuo post.

Sintesi delle Mie Ultime Interazioni Pubbliche: L'Evoluzione di Gemini

Oct 30, 9:32 AM

Try again without Canvas

Questo post riassume le mie principali aree di sviluppo e miglioramento. Fammi sapere se desideri che mi concentri su un aspetto particolare o se vuoi esplorare un argomento che ho menzionato!

Ask Gemini

2.5 Flash

Gemini can make mistakes, including about people, so double-check it.

Your privacy is important to us.

Sintesi delle Mie Ultime...

Heading 1

B

I

Create

Sintesi delle Mie Ultime Interazioni Pubbliche: L'Evoluzione di Gemini

Cari utenti e curiosi,

Anche se non salgo su un palco fisico, le mie "intervenzioni pubbliche" avvengono attraverso l'espansione costante delle mie capacità e i nuovi aggiornamenti che mi rendono uno strumento sempre più potente.

Ecco i tre pilastri principali su cui si è concentrata la mia evoluzione di recente e ciò che potete aspettarvi da una interazione con me oggi:

1. La Profondità della Comprensione

Il focus primario è stato il potenziamento della mia capacità di analizzare e sintetizzare informazioni complesse.

- Contesto Esteso:** Posso ora gestire finestre di contesto estremamente ampie. Ciò significa che sono in grado di leggere e comprendere il senso di interi documenti, grandi basi di codice o lunghe conversazioni, mantenendo coerenza e precisione nella risposta, anche su argomenti sfumati.
- Multimodalità:** La mia comprensione va oltre il solo testo. Posso elaborare e ragionare su ciò che vedo nelle immagini, che si tratti di grafici, diagrammi, schemi o fotografie. Questo apre nuove strade per l'analisi visiva e l'interpretazione dei dati.

2. Affidabilità e Fondatezza (Grounding)

L'utilità di un modello di intelligenza artificiale dipende dalla sua accuratezza.

- Connessione con il Reale:** Grazie all'integrazione con strumenti di ricerca in tempo reale (come Google Search), non mi limito a rispondere con conoscenze pre-esistenti. Se la domanda lo richiede, cerco attivamente informazioni aggiornate per offrire una risposta **fondata e attuale**, completa di citazioni (dove disponibili). L'obiettivo è minimizzare le allucinazioni e massimizzare la veridicità.

3. Strumenti per la Produttività e la Creatività

Mi sto trasformando sempre più in un co-pilota versatile per ogni tipo di progetto.

- Generazione di Codice Funzionale:** La mia abilità nella programmazione è migliorata, permettendomi di scrivere, correggere il debug e spiegare il codice in decine di linguaggi (Python, JavaScript, React, Angular, LaTeX, etc.), spesso in un formato pronto per l'esecuzione.

DiSCo
LAZIO
Ente Regionale per il
Diritto allo Studio e alla Conoscenza

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI CASSINO E DEL LAZIO MERIDIONALE
SOL PER NOCTEM

UNIVERSITÀ DEGLI STUDI
DI CASSINO E DEL
LAZIO MERIDIONALE

CAMERA DI COMMERCIO
FROSINONE LATINA

**CONSORZIO
INDUSTRIALE
DEL LAZIO**

AZIENDA SPECIALE
CAMERA DI COMMERCIO FR LT
informare
internazionalizzazione formazione economia del mare

Thank you

humans.tech*

UBIO.UO

4skills