EXPORTPARTNER | AI LITERACY

USARE CHATGPT CON CRITERIO

Regole, metodo e suggerimenti pratici per ottenere risposte più utili, affidabili e contestualizzate

La tesi della guida

ChatGPT produce valore quando viene trattato come un collaboratore da indirizzare, alimentare e controllare: non come un oracolo, né come un semplice motore di ricerca.

Guida pratica per imprenditori, manager e consulenti

Agosto 2026

01 — IN SINTESI

Le dieci regole che contano davvero

Una buona interazione nasce prima del prompt e finisce dopo la risposta.

1. Partire dalla decisione o dal risultato che si vuole ottenere, non dalla formula da digitare.
2. Fornire il contesto necessario: azienda, destinatario, situazione, vincoli e materiali disponibili.
3. Separare chiaramente compito, informazioni di riferimento e formato dell'output.
4. Procedere per fasi quando il lavoro è complesso: analisi, ipotesi, verifica, bozza, revisione.
5. Usare esempi quando tono, struttura o livello qualitativo sono difficili da descrivere.
6. Chiedere di esplicitare assunzioni, lacune e punti da verificare; non chiedere di "avere sempre ragione".
7. Scegliere lo strumento adeguato: chat, file, ricerca web, Deep Research, progetto o analisi dati.
8. Non inserire automaticamente dati personali, segreti commerciali o informazioni contrattualmente riservate.
9. Verificare sempre numeri, citazioni, riferimenti, fatti recenti e conclusioni ad alto impatto.
10. Conservare la responsabilità umana: ChatGPT prepara, confronta e sfida; la decisione resta di chi firma.

In una frase

Brief chiaro → materiale pertinente → strumento adeguato → verifica proporzionata al rischio.

Fonti: OpenAI, Prompt engineering best practices for ChatGPT • OpenAI, Does ChatGPT tell the truth? • NIST, AI RMF: Generative Artificial Intelligence Profile (2024)

02 — CAPIRE LO STRUMENTO

Che cosa ChatGPT fa bene. E che cosa no.

Il valore è nella combinazione tra linguaggio, ragionamento, strumenti e contesto disponibile.

Particolarmente utile	Da trattare con cautela
Sintetizzare e strutturare testi complessi	Fatti recenti senza ricerca web
Generare alternative, domande e scenari	Numeri, citazioni e bibliografie non verificate
Riscrivere per destinatari e toni diversi	Pareri legali, medici o finanziari usati come verdetti
Confrontare documenti e criteri espliciti	Decisioni basate su dati mancanti o distorti

Particolarmente utile	Da trattare con cautela
Preparare bozze, checklist e piani	Previsioni presentate come certezze
Individuare incoerenze e punti ciechi	Informazioni riservate inserite senza valutazione

Il modello non “sa” nel senso umano e non garantisce la verità. Può produrre una risposta plausibile ma errata, confondere fonti, colmare vuoti con supposizioni o non accorgersi che il problema è fuori dalla sua area di affidabilità.

Le ricerche sul lavoro mostrano un quadro non uniforme: in alcuni compiti l’assistenza generativa aumenta produttività e qualità; in altri può peggiorare il risultato. È la “frontiera frastagliata”: attività apparentemente simili possono avere esiti molto diversi.

Regola operativa
Più una risposta è fluida e convincente, più è facile abbassare la guardia. Valuta le prove, non la sicurezza del tono.

Fonti: OpenAI, Does ChatGPT tell the truth? • Brynjolfsson, Li, Raymond, Generative AI at Work • Dell’Acqua et al., Navigating the Jagged Technological Frontier

03 — PRIMA DI SCRIVERE

La domanda giusta viene prima del prompt

Un prompt efficace è un buon brief, non un incantesimo.

Prima di aprire ChatGPT, chiarisci cinque elementi. Se uno manca, chiediti se l’AI possa davvero ricostruirlo senza inventare.

Elemento	Domanda da porsi	Esempio
Risultato	Che cosa deve esistere alla fine?	Una nota decisionale di una pagina
Uso	A quale scelta o azione servirà?	Decidere se ricontattare un prospect
Destinatario	Chi leggerà o userà l’output?	Imprenditore di PMI tecnica
Contesto	Quali fatti cambiano il giudizio?	Incontro già avvenuto, proposta inviata
Criteri	Come riconosco un buon risultato?	Diretto, sobrio, senza pressione commerciale

Il test dei 60 secondi

Elemento	Domanda da porsi	Esempio

Se un collaboratore competente, leggendo il tuo brief, dovrebbe farti tre domande prima di iniziare, probabilmente dovrebbe fartele anche ChatGPT.

Il “ruolo” può aiutare — per esempio «agisci come responsabile export» — ma non sostituisce conoscenze, dati o criteri. È più utile specificare quale prospettiva adottare e che cosa valutare: «leggi questa proposta dal punto di vista di un imprenditore industriale che teme costi fissi e risultati incerti».

Fonti: OpenAI, Prompt engineering best practices for ChatGPT

04 — IL METODO

Un prompt completo, senza complicarlo

Sette blocchi modulari: usa solo quelli che servono.

Blocco	Che cosa contiene
1. Obiettivo	Il risultato concreto richiesto e il suo utilizzo.
2. Contesto	Fatti, storia, destinatario, mercato e situazione.
3. Materiali	File, testo, dati e fonti da usare o privilegiare.
4. Compito	Le operazioni da svolgere, possibilmente in ordine.
5. Criteri	Che cosa rende la risposta buona, completa e utile.
6. Vincoli	Lunghezza, tono, esclusioni, scadenze, giurisdizione.
7. Output	Formato finale: memo, tabella, email, checklist, file.

Modello riutilizzabile

Obiettivo: …
Contesto: …
Materiali da usare: …
Compito: …
Criteri di qualità: …
Vincoli: …
Output desiderato: …
Se manca un’informazione decisiva, chiedimela prima di concludere.

Non è necessario compilare sempre tutti i campi. Una richiesta semplice può essere semplice. La struttura diventa preziosa quando l'output ha conseguenze, coinvolge molti dati o deve rispettare un'identità professionale precisa.

Fonti: OpenAI, Prompt engineering best practices for ChatGPT

05 — LAVORARE PER ITERAZIONI

La prima risposta non è il prodotto finale

La conversazione è parte del metodo, non il segnale che il prompt iniziale era sbagliato.

11. Allineamento: chiedi una breve lettura del problema e delle assunzioni.
12. Struttura: fai proporre indice, criteri o alternative prima del testo completo.
13. Prima bozza: valuta logica, completezza e coerenza, non soltanto lo stile.
14. Stress test: chiedi obiezioni, controargomenti, elementi mancanti e rischi.
15. Revisione: indica modifiche puntuali e priorità; evita il generico «migliora».
16. Controllo finale: verifica fatti, numeri, fonti, destinatario e azione attesa.

Feedback debole	Feedback utile
«Non mi piace»	«È troppo promozionale: riduci promesse e superlativi»
«Più professionale»	«Tono sobrio da confronto tra imprenditori»
«Più completo»	«Aggiungi rischi, assunzioni e criterio stop/go»
«Rifai»	«Mantieni struttura e primi due paragrafi; riscrivi la chiusura»

Una richiesta molto efficace
Prima di riscrivere, dimmi in tre punti perché la versione attuale non raggiunge l'obiettivo.

Fonti: OpenAI, Prompt engineering best practices for ChatGPT

06 — SCEGLIERE LA MODALITÀ

Chat, ricerca, Deep Research o progetto?

La qualità dipende anche dallo strumento, non soltanto dalle parole usate.

Esigenza	Modalità consigliata	Controllo necessario
Ragionare, scrivere, rivedere	Chat standard	Controllo logico e stilistico
Dato recente o fatto puntuale	Ricerca web	Aprire e leggere la fonte

Esigenza	Modalità consigliata	Controllo necessario
Analisi ampia, multi-fonte	Deep Research	Verificare perimetro e fonti chiave
Lavoro ricorrente e contestuale	Progetto	Curare file e istruzioni nel tempo
Documenti o dati propri	Caricamento file / analisi	Controllare estrazione e calcoli
Tema isolato o sensibile	Chat temporanea	Valutare comunque cosa condividere

La ricerca web è adatta a informazioni rapide e aggiornate. Deep Research è più indicata quando servono più passaggi, più fonti, una sintesi documentata e un controllo esplicito del perimetro. I Progetti aiutano a mantenere insieme chat, file e istruzioni per lavori continuativi.

Attenzione alle citazioni

La presenza di un link non certifica la correttezza. Apri la fonte, verifica data, autorevolezza, ambito e corrispondenza con la frase che dovrebbe sostenere.

Fonti: OpenAI, Searching the web with ChatGPT • OpenAI, Deep research in ChatGPT • OpenAI, Projects in ChatGPT

07 — FILE E FONTI

Caricare materiale non significa averlo interpretato bene

Il file riduce l'ambiguità, ma non elimina errori di lettura, omissioni o problemi di layout.

- Indica esattamente quali file usare e quale funzione ha ciascuno.
- Chiedi di distinguere ciò che è scritto nel documento dalle inferenze.
- Per documenti lunghi, fai mappare sezioni, pagine e temi prima della sintesi.
- Per tabelle e fogli di calcolo, chiedi controlli su intestazioni, unità, duplicati e valori mancanti.
- Per immagini o PDF complessi, verifica che testo, grafici e note siano leggibili.
- Se il layout conta, richiedi un controllo visivo del documento finale, non solo del testo estratto.

Prompt utile per un allegato

Usa esclusivamente il file allegato. Separa: (1) fatti espliciti, (2) tue inferenze, (3) informazioni mancanti. Per ogni conclusione importante indica la sezione o il passaggio su cui si basa.

La “ChatGPT Cheat Sheet” allegata è utile come inventario di tecniche, ma la bassa leggibilità e l’accumulo di formule la rendono poco adatta come guida operativa. Il documento Word ne estrae invece un principio valido: un brief più chiaro tende a produrre un output più utilizzabile. La matrice settoriale, riconducibile a Gartner, offre una panoramica dei casi d’uso, ma senza metodologia allegata non va trasformata in una classifica di opportunità per una singola PMI.

Fonti: Gartner, Top Emerging Adoption Trends for Generative AI • OpenAI, Does ChatGPT tell the truth?

08 — AFFIDABILITÀ

Verificare in proporzione al rischio

Non tutto richiede lo stesso livello di controllo.

Livello	Esempi	Verifica minima
Basso	Brainstorming, titoli, riformulazioni	Giudizio dell’utilizzatore
Medio	Email, traduzioni, sintesi interne	Confronto con fonte e contesto
Alto	Proposte, analisi mercato, selezione partner	Fonti primarie, dati e secondo controllo
Critico	Legale, salute, finanza, sicurezza, HR	Professionista competente e processo formale

Per ogni affermazione importante chiedi: è un fatto, una stima, un’ipotesi o un’opinione? Qual è la fonte? È aggiornata? Riguarda davvero il Paese, il settore e il periodo in esame? Esiste una spiegazione alternativa?

- Numeri: controllare unità, denominatore, periodo, valuta e arrotondamenti.
- Citazioni: verificare che esistano e che il testo non ne alteri il significato.
- Fonti: privilegiare documenti originali, enti pubblici, standard e studi con metodo trasparente.
- Attualità: chiedere una ricerca aggiornata e indicare una data limite.
- Conclusioni: separare ciò che le fonti dimostrano da ciò che si deduce.

Domanda di controllo

Quali tre elementi, se fossero errati o mancanti, cambierebbero maggiormente questa conclusione?

Fonti: OpenAI, Does ChatGPT tell the truth? • OpenAI, Searching the web with ChatGPT • NIST, AI RMF: Generative Artificial Intelligence Profile (2024)

09 — PRIVACY E RISERVATEZZA

Prima classificare i dati, poi decidere cosa condividere

L'uso consapevole non coincide con il semplice "non inserire dati sensibili".

Categoria	Esempi	Comportamento prudente
Pubblico	Sito, catalogo, comunicati	Condivisibile, verificando diritti e aggiornamento
Interno	Procedure, bozze, analisi	Usare solo in ambienti e account autorizzati
Riservato	Prezzi, margini, offerte, roadmap	Minimizzare, anonimizzare o usare soluzione aziendale approvata
Personale/ sensibile	CV, salute, valutazioni, contatti	Verificare base giuridica, necessità e policy
Segreto/critico	Password, chiavi, segreti industriali	Non inserire in una chat ordinaria

Gli account e i piani non hanno tutti le stesse condizioni. OpenAI dichiara che, per le offerte business indicate, input e output non vengono usati per addestrare i modelli per impostazione predefinita. Negli account individuali vanno controllate le impostazioni dati. Le chat temporanee non creano memoria, non entrano nella cronologia e sono eliminate dai sistemi entro 30 giorni, ma non rendono automaticamente opportuno condividere qualunque informazione.

Principio di minimizzazione
Condividi solo ciò che serve al compito. Sostituisci nomi, importi o dettagli identificativi quando non cambiano l'analisi.

Fonti: OpenAI, Enterprise privacy • OpenAI, Data Controls FAQ • OpenAI, Memory FAQ

10 — USO AZIENDALE

Dalla bravura individuale a un metodo organizzativo

L'AI literacy è una capacità di impresa, non una collezione di prompt.

Per una PMI è utile definire poche regole comprensibili, collegate ai rischi e ai casi d'uso reali. La Commissione europea indica che l'AI literacy deve considerare conoscenze, esperienza, contesto d'uso e rischi; cita espressamente, anche per l'uso di ChatGPT in testi pubblicitari o traduzioni, la necessità di conoscere rischi come le allucinazioni.

Elemento minimo	Domanda organizzativa
Perimetro	Quali strumenti e account sono autorizzati?
Dati	Che cosa non deve essere inserito o va anonimizzato?
Casi d’uso	Dove l’AI prepara, suggerisce, decide o agisce?
Controllo	Chi verifica prima dell’uso esterno o della decisione?
Tracciabilità	Quando conservare prompt, fonti e versioni?
Formazione	Quali competenze servono ai diversi ruoli?
Incidenti	Come segnalare errori, fughe di dati o risultati anomali?

Approccio proporzionato

Non serve burocratizzare ogni bozza. Serve aumentare controllo, documentazione e competenza quando crescono impatto, autonomia, dati personali e irreversibilità.

Fonti: Commissione europea, AI Literacy – Questions & Answers • NIST, AI RMF: Generative Artificial Intelligence Profile (2024)

11 — APPLICAZIONI PER PMI

Dove partire: problemi concreti, non mode

La matrice settoriale può suggerire categorie; la priorità va decisa sul processo aziendale.

Famiglia	Esempi utili	Condizione di valore
Conoscenza	Sintesi dossier, confronto norme, FAQ interne	Fonti curate e aggiornate
Commerciale	Profili clienti, email, preparazione incontri	Dati CRM corretti e revisione umana
Export	Screening mercati, partner, messaggi multilingua	Criteri ICP e fonti verificabili
Operations	Procedure, istruzioni, analisi anomalie	Coinvolgimento di chi conosce il processo
Management	Scenari, decision memo, stress test	Assunzioni esplicite e alternative
Formazione	Tutor, casi, simulazioni, quiz	Contenuti validati e obiettivi chiari

Famiglia	Esempi utili	Condizione di valore
Comunicazione	Bozze, traduzioni, adattamento tono	Identità aziendale e controllo finale

17. Scegliere un'attività frequente, testuale o informativa, con errore reversibile.
18. Definire baseline: tempo, qualità, errori e costo prima dell'introduzione.
19. Provare su casi reali con un piccolo gruppo e criteri di accettazione.
20. Registrare dove aiuta, dove fallisce e quali controlli diventano necessari.
21. Standardizzare soltanto ciò che produce valore ripetibile.

La domanda decisiva

Quale collo di bottiglia aziendale vogliamo ridurre — e come misureremo se l'AI lo ha davvero ridotto?

Fonti: Gartner, Top Emerging Adoption Trends for Generative AI • Brynjolfsson, Li, Raymond, Generative AI at Work • Dell'Acqua et al., Navigating the Jagged Technological Frontier

12 — IA E PROCESSO DECISIONALE

Dalla ricerca alla conversazione

L'IA sta entrando anche nel modo in cui clienti e decisori cercano, confrontano e scelgono.

Per anni la presenza digitale delle aziende è stata costruita soprattutto intorno alle ricerche per parole chiave. Con gli strumenti di IA generativa, un potenziale cliente può invece descrivere la propria situazione, esplicitare vincoli e obiettivi, confrontare alternative e chiedere quali soluzioni siano più adatte al suo caso.

La ricerca diventa così una conversazione e la conversazione entra nel processo decisionale. Questo rende ancora più importante che un'azienda sia comprensibile: non soltanto che cosa vende, ma quali problemi risolve, per chi è adatta, in quali condizioni e con quali prove.

La conseguenza pratica

Prima rendersi comprensibili. Poi rendersi trovabili. Infine valutare se pagare per essere visibili.

L'introduzione degli annunci in ChatGPT conferma questa evoluzione, ma non cambia un principio essenziale: visibilità organica e visibilità a pagamento restano distinte. Un annuncio non modifica la risposta del modello e non equivale a una raccomandazione di OpenAI.

- definire con precisione i problemi che l'azienda sa risolvere;
- chiarire destinatari, casi d'uso, condizioni e limiti dell'offerta;
- rendere disponibili prove verificabili: casi, dati, competenze ed esempi;
- costruire pagine che rispondano a domande decisionali reali, non soltanto a parole chiave.

Per una PMI, la priorità non è inseguire il nuovo canale pubblicitario. È costruire un'identità digitale chiara, coerente e verificabile, che possa essere compresa sia dalle persone sia dai sistemi di IA.

Fonti: OpenAI, Testing ads in ChatGPT • OpenAI, ChatGPT Ads expands across Europe

13 — MODELLI PRONTI

Cinque prompt da adattare

Sono punti di partenza: il contesto reale resta più importante della formula.

1. Analisi critica di un documento

«Leggi il documento dal punto di vista di [destinatario]. Individua: tesi centrale, passaggi poco chiari, assunzioni non dimostrate, informazioni mancanti e possibili obiezioni. Distingui sempre testo esplicito e tue inferenze. Non riscrivere ancora: proponi prima le priorità di intervento.»

2. Supporto a una decisione

«Devo decidere [decisione]. Contesto: [...]. Criteri: [...]. Costruisci tre opzioni realmente alternative, con vantaggi, rischi, costi di reversibilità e informazioni ancora da verificare. Concludi con una raccomandazione condizionata, non categorica.»

3. Ricerca documentata

«Ricerca [tema] con dati aggiornati al [data]. Dai priorità a fonti primarie e istituzionali. Per ogni dato indica fonte, data e perimetro. Evidenzia divergenze tra fonti e non colmare i vuoti con stime non dichiarate.»

4. Revisione di un testo

«Destinatario: [...]. Obiettivo: [...]. Tono: [...]. Mantieni contenuti e voce dell'autore. Riduci ripetizioni e passaggi generici. Prima elenca cinque modifiche consigliate; poi produci la versione rivista.»

5. Verifica finale

«Controlla questa risposta come revisore scettico. Elenca fatti da verificare, assunzioni, possibili errori di interpretazione, punti non supportati e conseguenze se fossero sbagliati. Assegna priorità alta/media/bassa.»

14 — CHECKLIST

Prima di usare una risposta

Trenta secondi di controllo evitano molte ore di correzione.

Controllo	Domanda
Obiettivo	La risposta serve davvero alla decisione o al lavoro richiesto?
Contesto	Ha usato i fatti rilevanti senza inventarne altri?
Completezza	Manca qualcosa che cambierebbe la conclusione?
Fonti	Le affermazioni importanti sono verificabili e aggiornate?
Numeri	Unità, date, denominatori e calcoli sono corretti?
Distinzioni	Fatti, ipotesi e inferenze sono separati?
Destinatario	Tono, dettaglio e formato sono adeguati?
Riservatezza	Il contenuto può essere condiviso in questo ambiente?
Rischio	Il livello di verifica è proporzionato alle conseguenze?
Responsabilità	È chiaro chi approva, firma o decide?

Conclusione

Usare bene ChatGPT non significa scrivere prompt sempre più lunghi. Significa porre domande migliori, fornire il contesto giusto, scegliere lo strumento adeguato e mantenere il controllo sul risultato.

La guida è stata ricavata dai tre materiali forniti e aggiornata mediante documentazione ufficiale OpenAI, fonti istituzionali e studi primari. Le funzionalità e le condizioni dei prodotti possono cambiare: verificare sempre le pagine ufficiali per le informazioni operative più recenti.

Fonti: OpenAI, Prompt engineering best practices for ChatGPT • OpenAI, Does ChatGPT tell the truth? • OpenAI, Searching the web with ChatGPT • OpenAI, Deep research in ChatGPT • OpenAI, Projects in ChatGPT • OpenAI, Memory FAQ • OpenAI, Data Controls FAQ • OpenAI, Enterprise privacy • NIST, AI RMF: Generative Artificial Intelligence Profile (2024) • Commissione europea, AI Literacy – Questions & Answers • Brynjolfsson, Li, Raymond, Generative AI at Work • Dell'Acqua et al., Navigating the Jagged Technological Frontier • Gartner, Top Emerging Adoption Trends for Generative AI • OpenAI, Testing ads in ChatGPT • OpenAI, ChatGPT Ads expands across Europe