

GUIDA PRATICA
GRATUITA

10 prompt AI pronti all'uso per orientatori

Come usare ChatGPT nel tuo lavoro quotidiano
di orientamento professionale

Leonardo Evangelista
orientamento.it

AI

Perché questa guida

L'intelligenza artificiale sta cambiando il modo in cui lavoriamo come orientatori. Non sostituisce le nostre competenze relazionali e metodologiche, ma ci offre strumenti potenti per velocizzare attività ripetitive, generare contenuti di qualità e offrire un servizio migliore ai nostri utenti.

In questa guida trovi **10 prompt pronti da copiare e incollare** in ChatGPT (o in qualsiasi altro sito AI). Ogni prompt è pensato per un'attività concreta del lavoro di orientamento e include il contesto d'uso e un suggerimento per ottenere risultati migliori.

Non servono competenze tecniche: basta copiare il prompt, adattare le parti tra [parentesi quadre] alla tua situazione specifica, e incollarlo nella chat di ChatGPT.

Come usare i prompt

1. Copia il testo nel riquadro grigio
2. Sostituisci le parti tra [parentesi quadre] con i tuoi dati
3. Incolla in ChatGPT e premi invio
4. Rivedi e adatta il risultato con il tuo giudizio professionale

Nota importante: L'AI è uno strumento di supporto, non un sostituto del professionista. Ogni output va sempre verificato, adattato al contesto e integrato con la tua esperienza e sensibilità professionale. I prompt funzionano con ChatGPT (versione gratuita e Plus), ma anche con Claude, Gemini e altri assistenti AI.

Quando usi i siti di IA, fai attenzione alla privacy, leggi il mio articolo [Soluzioni per rispettare la normativa privacy quando usiamo l'IA nell'orientamento](#) e alla normativa relativa all'uso dell'IA nella consulenza: [Legge 132/2025 sull'intelligenza artificiale: implicazioni per gli operatori di orientamento](#).

1 Preparare un colloquio di orientamento

Quando devi prepararti per un primo colloquio con un nuovo utente e vuoi avere una traccia strutturata.

Sei un esperto di orientamento professionale. Prepara una traccia per un primo colloquio di orientamento con un utente adulto con queste caratteristiche:

- Et : [es. 42 anni]
- Situazione attuale: [es. disoccupato da 6 mesi, ex impiegato amministrativo]
- Obiettivo dichiarato: [es. trovare un nuovo lavoro nel settore pubblico]

La traccia deve includere:

1. Domande per esplorare il percorso professionale
2. Domande per far emergere competenze trasferibili
3. Domande per verificare la fattibilit  dell'obiettivo
4. Possibili aree critiche da approfondire

Usa un tono professionale ma empatico.

Suggerimento: Pi  dettagli inserisci nella descrizione dell'utente, pi  la traccia sar  pertinente e personalizzata. Aggiungi anche il contesto territoriale se rilevante.

2 Analisi del profilo di un utente

Quando hai raccolto le informazioni su un utente e vuoi identificare rapidamente competenze e possibili direzioni.

Analizza il seguente profilo professionale e identifica:

1. Le competenze chiave (tecniche e trasversali)
2. I punti di forza spendibili sul mercato del lavoro
3. Le aree di miglioramento
4. 3 possibili percorsi professionali coerenti con il profilo

Profilo:

- Ruolo attuale/ultimo: [es. responsabile magazzino]
- Anni di esperienza: [es. 15 anni]
- Formazione: [es. diploma di ragioneria]
- Competenze dichiarate: [es. gestione team di 5 persone, uso di SAP, organizzazione logistica]
- Interessi: [es. vorrebbe lavorare in ambito qualità]

Per ogni percorso suggerito, indica le competenze già presenti e quelle da sviluppare.

Suggerimento: Usa questo prompt come punto di partenza per la riflessione con l'utente, non come output da consegnare direttamente. Il valore sta nel confronto tra l'analisi AI e la tua lettura professionale.

3 Creare un bilancio di competenze sintetico

Quando devi produrre un documento di sintesi delle competenze di un utente a partire dalle informazioni raccolte.

Sulla base delle informazioni seguenti, redigi un bilancio di competenze sintetico in formato professionale.

Informazioni sull'utente:

- Nome: [nome]
- Esperienze lavorative principali: [elenco sintetico]
- Formazione: [titoli e corsi rilevanti]
- Competenze tecniche emerse: [elenco]
- Competenze trasversali emerse: [elenco]
- Obiettivo professionale: [descrizione]

Il bilancio deve includere:

1. Sintesi del profilo professionale (5-6 righe)
2. Tabella delle competenze con livello (base/intermedio/avanzato)
3. Punti di forza principali
4. Aree di sviluppo
5. Raccomandazioni operative (formazione, ricerca lavoro, networking)

Tono professionale, adatto a essere condiviso con l'utente.

Suggerimento: Il documento generato è una bozza da rivedere con cura. Verifica che le competenze e i livelli corrispondano a quanto emerso nei colloqui. Il bilancio di competenze richiede sempre la validazione del professionista.

4 Esplorare un settore professionale

Quando un utente vuole cambiare settore e hai bisogno di informazioni rapide su un ambito che non conosci in dettaglio.

Fornisci un'analisi sintetica del settore [es. logistica e-commerce / energie rinnovabili / servizi alla persona] in Italia, con focus su:

1. Figure professionali più richieste in questo momento
2. Competenze chiave per entrare nel settore
3. Livelli retributivi indicativi (junior/senior)
4. Tendenze di crescita o contrazione del settore
5. Canali di ingresso più efficaci (agenzie, portali, contatto diretto, ecc.)
6. Certificazioni o formazione particolarmente apprezzata

Concentrati sulla situazione attuale del mercato del lavoro italiano.

Suggerimento: Chiedi sempre a ChatGPT di citare le fonti. Le informazioni sul mercato del lavoro cambiano rapidamente: verifica i dati con fonti istituzionali (ISTAT, Excelsior, ANPAL) prima di condividerli con l'utente.

5 Riscrivere un CV in chiave competenze

Quando un utente ha un CV cronologico piatto e vuoi aiutarlo a valorizzare le competenze.

Riscrivi il seguente CV in formato funzionale/per competenze, evidenziando le competenze trasferibili e i risultati ottenuti.

CV attuale:

[incolla qui il testo del CV dell'utente]

Il CV riscritto deve:

- Avere un profilo professionale sintetico in apertura (4-5 righe)
- Raggruppare le esperienze per aree di competenza, non per ordine cronologico
- Trasformare le mansioni in risultati misurabili dove possibile
- Essere ottimizzato per la posizione di: [es. addetto customer care / project manager / educatore]
- Lunghezza massima: 2 pagine

Suggerimento: Il CV generato dall'AI tende a essere generico e a usare espressioni inflazionate. Rivedi sempre il risultato con l'utente, verificando che ogni competenza dichiarata sia supportata da evidenze concrete.

6 Simulare un colloquio di selezione

Quando un utente deve prepararsi per un colloquio e vuoi fargli fare pratica con domande realistiche.

Agisci come un selezionatore esperto che sta conducendo un colloquio per la posizione di [es. addetto alle vendite in un'azienda di abbigliamento sportivo].

Il candidato ha questo profilo:

- Esperienza: [sintesi]
- Formazione: [titolo di studio]
- Punto di forza: [es. ottime capacità relazionali]
- Punto debole: [es. poca esperienza nel settore specifico]

Fammi 8 domande, una alla volta. Dopo ogni mia risposta:

1. Valuta la risposta (punti di forza e debolezza)
2. Suggestisci come migliorarla
3. Passa alla domanda successiva

Includi almeno 2 domande comportamentali (metodo STAR) e 1 domanda su una situazione difficile.

Suggerimento: Questo prompt funziona particolarmente bene con ChatGPT in modalità conversazione. Puoi usarlo in sessione con l'utente come esercitazione pratica, oppure assegnarlo come "compito a casa".

7 Creare un piano d'azione per la ricerca di lavoro

Quando vuoi aiutare l'utente a strutturare concretamente le prossime settimane di ricerca attiva.

Crea un piano d'azione settimanale (4 settimane) per la ricerca di lavoro di una persona con questo profilo:

- Obiettivo: [es. trovare lavoro come impiegato/a contabile entro 2 mesi]
- Situazione: [es. disoccupato/a, disponibilità immediata, automunito/a]
- Zona geografica: [es. provincia di Bologna]
- Risorse disponibili: [es. computer, connessione internet, profilo LinkedIn da aggiornare]
- Vincoli: [es. no lavoro su turni, necessità di part-time]

Il piano deve includere per ogni settimana:

- Attività concrete con tempistiche
- Canali da utilizzare (portali, agenzie, rete di contatti, candidature spontanee)
- Obiettivi misurabili (es. numero di candidature, contatti attivati)
- Un'attività di autovalutazione o riflessione

Suggerimento: Il piano generato è un ottimo punto di partenza, ma va calibrato sulla motivazione reale e sulle capacità organizzative dell'utente. Un piano troppo ambizioso rischia di essere abbandonato dopo la prima settimana.

8 Scrivere un messaggio di presentazione mirato

Quando un utente ha trovato un annuncio interessante e ha bisogno di un messaggio efficace.

Scrivi un messaggio di presentazione per questa candidatura:

Annuncio: [incolla il testo dell'annuncio o descrivi la posizione]

Profilo del candidato:

- Nome: [nome]
- Esperienza rilevante: [sintesi delle esperienze più pertinenti]
- Competenze chiave: [3-4 competenze in linea con l'annuncio]
- Motivazione: [perché è interessato/a a questa posizione]

Il messaggio deve:

- Essere lungo massimo 250 parole
- Collegare esplicitamente le competenze del candidato ai requisiti dell'annuncio
- Avere un tono professionale ma personale (no frasi fatte)
- Evitare espressioni come "il sottoscritto" o "in riferimento al Vs annuncio"
- Chiudere con una call to action (es. disponibilità per un colloquio)

Suggerimento: I messaggi generati dall'AI rischiano di sembrare tutti uguali. Chiedi all'utente un aneddoto concreto o un risultato specifico da inserire: è quello che rende il messaggio memorabile.

9 Progettare un'attività di gruppo sull'orientamento

Quando devi facilitare un laboratorio di orientamento di gruppo e hai bisogno di idee strutturate.

Progetta un'attività di orientamento di gruppo con queste caratteristiche:

- Partecipanti: [es. 12 adulti disoccupati over 40]
- Durata: [es. 3 ore]
- Tema: [es. valorizzare le proprie esperienze per il reinserimento lavorativo]
- Setting: [es. aula con sedie mobili, LIM, materiale di cancelleria]

L'attività deve includere:

1. Fase di apertura/ice-breaking (15 min)
2. Attività centrale esperienziale (non solo frontale)
3. Momento di condivisione e riflessione di gruppo
4. Strumento o scheda che i partecipanti portano a casa
5. Chiusura con impegno concreto individuale

Per ogni fase indica: obiettivo, istruzioni per il facilitatore, tempistica e materiali necessari.

Suggerimento: L'AI è molto utile per generare la struttura e le istruzioni, ma le attività esperienziali migliori nascono dalla tua esperienza diretta con i gruppi. Usa il risultato come base da personalizzare.

10 Analizzare un annuncio di lavoro per l'utente

Quando vuoi aiutare un utente a "decodificare" un annuncio per capire se è in linea con il suo profilo.

Analizza il seguente annuncio di lavoro e fornisci:

Testo dell'annuncio:

[incolla qui l'annuncio]

1. Competenze tecniche richieste (esplicite e implicite)
2. Competenze trasversali richieste (esplicite e implicite)
3. Livello di esperienza realmente richiesto (al di là di quanto dichiarato)
4. Possibili "red flag" o aspetti da chiarire in colloquio
5. Parole chiave da inserire nel CV per questa candidatura
6. Confronto con il profilo del candidato:
 - Competenze già possedute: [elenco]
 - Competenze da acquisire: [elenco]
 - Valutazione di compatibilità (alta/media/bassa) con motivazione

Suggerimento: Questo prompt è molto efficace da usare insieme all'utente durante il colloquio di orientamento. Mostra concretamente come leggere un annuncio "tra le righe" e sviluppa la capacità critica dell'utente stesso.

E adesso?

Questi 10 prompt sono solo un assaggio di quello che l'intelligenza artificiale può fare per il tuo lavoro di orientatore. Trovi oltre 100 prompt nel mio libro [Intelligenza Artificiale per Orientatori](#) (puoi leggere su pc e cellulare la versione ebook con un programma gratuito scaricabile da Amazon). Tuttavia un prompt, da solo, non basta: serve un **metodo** per integrare l'AI nel proprio approccio professionale senza perdere il rigore metodologico che il nostro lavoro richiede.

Nel [Master in Orientamento degli Adulti](#) approfondiamo l'uso dell'AI nell'orientamento all'interno di un percorso completo che copre tutte le competenze chiave del professionista dell'orientamento: dal colloquio individuale al piano d'azione passando dal bilancio di competenze e dalle tecniche espressive.

Vuoi approfondire?

Scopri il Master in Orientamento degli Adulti
e i corsi di formazione per orientatori su:

www.orientamento.it

Oppure seguimi su LinkedIn per contenuti settimanali
su orientamento, competenze e intelligenza artificiale.

Sei già un professionista dell'orientamento? Unisciti a oltre 400 colleghi nel [Registro Nazionale Orientatori \(RENO\)](#), la rete professionale gratuita degli orientatori italiani.

© Leonardo Evangelista - orientamento.it

Questa guida è gratuita. Puoi condividerla liberamente citando la fonte.