

# Come parlare con l'AI senza che si perda.

---

La context window spiegata in modo pratico.  
6 regole per non perdere mai il contesto  
e 3 template pronti da copiare.

## PARTE 1

# Cos'è la context window.

---

L'AI ha un foglio di carta limitato. Quando lo riempi, le prime righe cadono. Non è stupida: ha la memoria corta. Tutto quello che le scrivi (e che ti risponde) occupa spazio su quel foglio. Quando lo spazio finisce, le cose scritte all'inizio spariscono.

### QUANTO SPAZIO HAI

ChatGPT: 128.000 token (circa 96.000 parole)

Claude: 200.000 token (circa 150.000 parole)

Sembra tanto, ma in conversazioni lunghe con documenti allegati si riempie veloce. Un PDF di 20 pagine può occupare il 30-40% dello spazio disponibile.

# I 5 segnali che la memoria è piena.

---

## 01 L'AI ripete cose che hai già detto di non fare

Le avevi detto "non usare elenchi puntati" e ricomincia a farlo.

---

## 02 Ignora istruzioni date all'inizio

Il tono, il formato, le regole che avevi dato nei primi messaggi non vengono più rispettati.

---

## 03 Dà risposte generiche quando prima era precisa

Passa da risposte su misura a risposte da manuale. Ha perso il tuo contesto.

---

## 04 Si contraddice

Dice una cosa e tre messaggi dopo dice il contrario. Non ricorda cosa ha detto.

---

## 05 Chiede informazioni che le avevi già dato

"Qual è il tuo settore?" quando gliel'avevi scritto 20 messaggi fa.

---

# Le 6 regole per non perdere il contesto.

---

## 01 Una conversazione, un argomento

Mai mischiare task diversi nella stessa chat. Email in una chat, contenuti in un'altra, analisi in un'altra.

---

## 02 Riassumi prima di continuare

Ogni 15-20 messaggi chiedi: "Riassumi tutto quello che abbiamo deciso fin qui in un elenco." Poi usa quel riassunto per continuare.

---

## 03 Ripeti le istruzioni importanti

Se una regola conta (tono, formato, cose da evitare), riscrivila ogni 10-15 messaggi. Non dare per scontato che la ricordi.

---

## 04 Usa i Progetti di Claude

Le istruzioni nel Progetto restano sempre visibili. Non cadono mai fuori dalla memoria. È il modo migliore per mantenere il contesto.

---

## 05 Allega, non incollare

Se devi dare un documento lungo, allegalo come file. Occupa meno spazio nella context window rispetto a incollare il testo nel messaggio.

---

## 06 Inizia una chat nuova quando il tono cambia

Se l'AI inizia a dare risposte strane, non insistere. Apri una chat nuova e riparti dal riassunto dell'ultima sessione.

---

# 3 template pronti da copiare.

---

## Template "Riassumi"

Riassumi in un elenco puntato tutto quello che abbiamo deciso fin qui. Includi: decisioni prese, vincoli, formato richiesto, cose da evitare.

## Template "Ricorda"

Prima di rispondere, tieni a mente queste regole: [lista regole]. Sono le stesse che ti ho dato all'inizio.

## Template "Nuovo capitolo"

Iniziamo un nuovo argomento. Le regole generali restano. Ecco il nuovo contesto: [contesto].

---

**L'AI non è stupida.**  
**Ha la memoria corta.**

Se sai come funziona, sai come usarla.