
Il tuo lavoro esiste ancora tra 3 anni?

La guida concreta per rendere il tuo profilo professionale impossibile da automatizzare entro il 2030.

Non è una guida per imparare l'AI. È una guida per sopravvivere a chi non la impara.

L'AI eliminerà il 50% delle posizioni entry-level nell'amministrazione e nel marketing entro il 2030. Non sono previsioni catastrofiste — sono i piani dichiarati di Meta, Atlassian, Salesforce e di decine di altre aziende. Questa guida non ti dice di avere paura. Ti dice cosa fare adesso, concretamente, per essere ancora indispensabile quando succederà.

PARTE 1

Quali lavori sono davvero a rischio

La regola è semplice: più il tuo lavoro è fatto di task ripetitivi e prevedibili, più è automatizzabile. Non è una questione di intelligenza o esperienza — è una questione di struttura.

■ Ad alto rischio — da trasformare subito

Inserimento dati, compilazione report standard, risposta email generiche, creazione presentazioni da template, trascrizione riunioni, ricerca informazioni online, testi standard e comunicati.

■ A rischio medio — da rafforzare

Gestione social media, customer service di primo livello, analisi dati con report fissi, coordinamento agenda e meeting, first draft di contenuti, traduzione e localizzazione.

■ A basso rischio — da sviluppare

Gestione relazioni complesse, negoziazione, decisioni con variabili ambigue, creatività originale, leadership di team, strategia e visione, gestione crisi, empatia e intelligenza emotiva applicata al business.

PARTE 2

5 azioni concrete da fare nei prossimi 30 giorni

AZIONE 01

Mappa i tuoi task e classifica il rischio

Non puoi proteggere quello che non conosci. Scrivi tutti i task che fai in una settimana tipo e classifica ognuno: alta, media, bassa automatizzabilità.

Fallo adesso:

Apri un foglio vuoto. Scrivi ogni cosa che hai fatto questa settimana. Per ognuna chiediti: 'Un'AI potrebbe fare questo seguendo istruzioni scritte?' Se la risposta è sì — è ad alto rischio. Se serve giudizio, relazione o creatività — è al sicuro.

AZIONE 02

Impara a usare l'AI per i task ad alto rischio

La paradossale verità: i task più a rischio di automatizzazione sono quelli da delegare tu stesso all'AI adesso. Chi lo fa guadagna tempo per fare cose che l'AI non può fare. Chi non lo fa viene sostituito da chi lo fa.

Fallo adesso:

Prendi il task ad alto rischio che ti porta via più tempo ogni settimana. Vai su ChatGPT, Claude o Gemini gratuitamente. Descrivi il task e chiedi all'AI di farlo. Usa il tempo risparmiato per fare qualcosa che richiede giudizio umano.

AZIONE 03

Costruisci competenze impossibili da automatizzare

Le competenze più preziose nel 2026-2030 non sono tecniche — sono umane. Comunicazione persuasiva, gestione dei conflitti, pensiero critico applicato, capacità di fare domande giuste, costruzione di fiducia. Queste non si automatizzano.

Fallo adesso:

Scegli UNA competenza dalla lista sopra. Dedica 30 minuti a settimana a svilupparla deliberatamente: un libro, un podcast, una conversazione difficile che evitavi, un progetto che richiede quella competenza.

AZIONE 04

Diventa il punto di contatto umano nella tua azienda

Le aziende stanno automatizzando processi ma hanno ancora bisogno di persone che capiscano il contesto, gestiscano le eccezioni e si assumano la responsabilità. Posizionati come quella persona.

Fallo adesso:

Identifica 3 situazioni nella tua azienda dove l'AI fallisce o dove serve qualcuno che capisca davvero il contesto. Diventa l'esperto di quelle situazioni. Renditi indispensabile nei casi che nessun tool può gestire da solo.

AZIONE 05

Aggiorna il tuo profilo professionale in chiave AI

Non basta sapere usare l'AI — devi comunicare che la sai usare. Il mercato del lavoro del 2026 premia chi dimostra di aver già integrato l'AI nel proprio modo di lavorare.

Fallo adesso:

Aggiorna il tuo LinkedIn con almeno una riga su come usi l'AI nel tuo lavoro. Es: 'Uso strumenti AI per [X] — questo mi permette di dedicare più tempo a [Y].' Non serve essere esperti. Serve dimostrare che ci stai lavorando.

CHECKLIST

Dove sei adesso — spuntalo ogni settimana

- Ho mappato i miei task e classificato il rischio di ognuno
- Ho usato un tool AI almeno una volta per un task ad alto rischio
- Ho identificato la competenza umana che voglio sviluppare
- So nominare 3 situazioni in azienda dove sono indispensabile
- Ho aggiornato il mio profilo professionale con un riferimento all'AI
- Sto dedicando almeno 30 minuti a settimana a imparare qualcosa di nuovo

Non puoi fermare l'automazione. Puoi decidere da che parte stare. Seguimi su @lamarketer.ai per rimanere aggiornato ogni giorno.