

Pratica riflessiva e apprendimento trasformativo nelle teorie dell'Adult Learning

1



ABSTRACT

Le teorie di Malcolm Knowles (andragogia), Jack Mezirow (apprendimento trasformativo) e David Kolb (ciclo esperienziale) collocano la riflessione al centro del processo di apprendimento dell'adulto. Questo articolo intreccia queste prospettive fondanti con l'applicazione pratica di ReflectAI, un'intelligenza artificiale generativa progettata come partner cognitivo per i coach. Si analizza come l'AI possa facilitare sistematicamente la *reflection-on-action* (la riflessione sull'azione,

post-sessione) e, di conseguenza, potenziare la *reflection-in-action* (la riflessione nel corso dell'azione, durante la sessione). In questo quadro si inserisce il connettivismo di George Siemens, che amplia l'orizzonte concettuale: l'apprendimento non è più un'attività puramente individuale, ma un processo che si sviluppa in reti di relazioni umane e tecnologiche.

ReflectAI emerge così come un nodo attivo di questa rete, capace di stimolare connessioni, generare insight e alimentare un ciclo di



Pratica riflessiva e apprendimento trasformativo nelle teorie dell'Adult Learning © 2025 di SCP Italy è distribuito con licenza CC BY-NC-SA 4.0. Per visualizzare una copia di questa licenza, visita <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/> - A cura di S.Dini, A. Di Rienzo, M.R. Fiasco, A. Giustiniani, R. Gilli

apprendimento continuo e trasformativo. L'articolo mette in luce il potenziale dell'AI non solo nel sostenere la riflessione critica individuale, ma anche nel collocarla in un ecosistema più ampio di conoscenza condivisa e interconnessa, ridefinendo i contorni dello sviluppo professionale del coach.

INTRODUZIONE

L'avvento dell'intelligenza artificiale (AI) generativa sta catalizzando una profonda trasformazione in numerose discipline professionali, e il coaching non fa eccezione. Storicamente fondata sulla relazione umana, sull'ascolto maieutico e sull'empatia, questa pratica si confronta oggi con la sfida e l'opportunità di dialogare con un partner non-umano. L'obiettivo di questa serie di articoli è di contribuire in modo significativo al dibattito sull'uso dell'AI generativa come partner cognitivo, una risorsa finalizzata a migliorare, approfondire e arricchire la qualità della relazione di coaching e la professionalità del coach.

La nostra riflessione intende offrire spunti teorici, pratici ed etici per un utilizzo consapevole e strategico dell'AI, allontanandosi da una visione dicotomica che la vede o come un sostituto del coach o come un mero strumento operativo. Questa iniziativa nasce dall'analisi convergente di diversi contributi emersi:

- nella discussione interna tra ricercatori e professionisti della coaching psychology, in particolare all'interno del network di SCP Italy;

- nella rielaborazione critica di fonti scientifiche e testimonianze professionali che esplorano le applicazioni, i benefici e le sfide dell'AI nel coaching;
- nel dialogo sperimentale con modelli linguistici avanzati come ChatGPT;
- nell'uso e nello sviluppo di **ReflectAI**, un chatbot conversazionale progettato specificamente per la pratica riflessiva.

2

Con questa serie di articoli, il team di SCP Italy Coaching & AI si propone di alimentare il dibattito all'interno del network italiano e internazionale, anche in vista del prossimo Simposio ISCP, e di sostenere la diffusione di ReflectAI come caso di studio emblematico di una proficua collaborazione uomo-macchina.

LA CENTRALITÀ DELLA RIFLESSIONE NELL'APPRENDIMENTO ADULTO

Per comprendere appieno il potenziale dell'AI come partner riflessivo, è essenziale ancorare la discussione alle teorie fondamentali dell'apprendimento degli adulti (*Adult Learning*), che identificano unanimemente la riflessione come il motore del cambiamento e dello sviluppo.

L'andragogia di Knowles: l'esperienza come risorsa

Malcolm Knowles (1980) distingue l'andragogia (l'apprendimento degli adulti) dalla pedagogia, postulando che gli adulti apprendono in modo diverso dai bambini. Secondo i suoi principi, gli adulti sono più **auto-diretti**, attingono al loro vasto serbatoio di esperienze come risorsa primaria per l'apprendimento e sono orientati a



un apprendimento che risolva problemi reali e concreti. Per un coach, ogni sessione è un'esperienza, e la pratica riflessiva diventa quindi il processo attraverso cui questa esperienza grezza viene trasformata in conoscenza consolidata, permettendo al professionista di apprendere e migliorare costantemente la propria efficacia.

L'apprendimento trasformativo di Mezirow: mettere in discussione gli schemi mentali

Jack Mezirow (1990, 1997) introduce il concetto di **apprendimento trasformativo**, un cambiamento profondo nei nostri "schemi di riferimento" (*frames of reference*), ovvero le assunzioni e le credenze attraverso cui interpretiamo il mondo. Tale trasformazione è spesso innescata da un "dilemma disorientante", un'esperienza che sfida le nostre certezze. Il momento cruciale del processo è la **riflessione critica** sulle assunzioni che sostengono i nostri schemi mentali. Una sessione di coaching complessa, un errore percepito o un feedback inaspettato possono rappresentare per il coach un dilemma disorientante. La pratica riflessiva diventa lo spazio sicuro per esaminare criticamente le proprie reazioni, i propri modelli operativi e le proprie convinzioni, aprendo la porta a un cambiamento profondo e duraturo nella propria identità professionale.

Il ciclo esperienziale di Kolb: dalla pratica alla teoria e ritorno

David Kolb (1984) formalizza il processo di apprendimento dall'esperienza attraverso un ciclo a quattro fasi:

1. **Esperienza Concreta**, attraverso la quale possiamo vivere un'esperienza (es. condurre una sessione di coaching) in modo diretto
2. **Osservazione Riflessiva**, utile per rivedere e riflettere sull'esperienza da diverse prospettive
3. **Concettualizzazione Astratta**, finalizzata a trarre conclusioni, formulare nuove idee o modificare concetti esistenti
4. **Sperimentazione Attiva**, nella quale tendiamo ad applicare le nuove idee in situazioni future per verificarne l'efficacia.

La pratica riflessiva è il cuore di questo ciclo, in particolare nella transizione dall'esperienza concreta all'osservazione e alla concettualizzazione. Senza una riflessione strutturata, l'esperienza rimane un evento isolato e l'apprendimento non si consolida.

REFLECTAI: UN PARTNER COGNITIVO PER LA PRATICA RIFLESSIVA

È proprio per inserirsi in questo snodo cruciale dell'apprendimento adulto che nasce il progetto **ReflectAI**, sviluppato dall'ISCP Italy Research Hub. Si tratta di un chatbot conversazionale basato su AI generativa, addestrato su principi di Coaching Psychology, progettato per agire come un partner metacognitivo per il coach.

Facilitare la reflection-on-action

ReflectAI è primariamente uno strumento di *reflection-on-action*, la riflessione che avviene dopo l'evento. Al termine di una sessione, il coach interagisce con il bot attraverso una conversazione scritta; durante questa

conversazione l'AI non fornisce giudizi, ma pone domande mirate e strutturate che guidano il professionista attraverso le fasi del ciclo di Kolb. Aiuta a:

- **ricostruire l'esperienza:** "Qual è stato il momento più significativo della sessione?"
- **analizzare le proprie azioni e reazioni:** "Quale approccio hai utilizzato e perché? Quali emozioni hai provato in quel momento?"
- **identificare pattern e apprendimenti:** "Cosa ha funzionato particolarmente bene? Cosa faresti diversamente la prossima volta?"
- **formulare nuove strategie:** "Quale insight porterai con te nelle prossime sessioni?"

Questo dialogo strutturato trasforma la riflessione da un'attività mentale spesso vaga e disorganizzata a un processo rigoroso e formalizzato, aiutando il coach a esaminare criticamente le proprie assunzioni, come postula Mezirow.

Potenziare la reflection-in-action

Sebbene progettato per l'analisi post-sessione, l'uso costante di ReflectAI ha un impatto diretto sulla *reflection-in-action*, ossia la capacità di pensare e agire riflessivamente nel "qui e ora" della sessione. Come evidenziato da Donald Schön (1983) e ripreso da Grant (2022), questa è una competenza distintiva dei professionisti esperti. Allenando regolarmente il "muscolo riflessivo" con ReflectAI, il coach sviluppa una maggiore auto-consapevolezza e una più acuta sensibilità ai processi interni ed esterni, diventa più abile nel notare le proprie reazioni emotive

in tempo reale, impara a riconoscere le dinamiche relazionali mentre si manifestano e riesce ad adattare il proprio approccio con maggiore flessibilità e consapevolezza.

OLTRE L'INDIVIDUO: L'APPRENDIMENTO CONNETTIVISTA NELL'ERA DIGITALE

Le teorie classiche dell'apprendimento adulto, pur fondamentali, si concentrano sull'individuo. La teoria del **connettivismo** di George Siemens (2005) offre una lente più adatta a comprendere l'apprendimento nell'era digitale, in quanto sostiene che l'apprendimento non è solo un'attività puramente interna, ma un processo di creazione e navigazione di reti. La conoscenza risiede nelle connessioni tra entità, che possono essere persone, idee o anche fonti non-umane.

In questa prospettiva, ReflectAI cessa di essere un semplice strumento e diventa un **nodo attivo** nell'ecosistema di apprendimento del coach, in quanto:

- **la conoscenza risiede fuori dall'individuo:** l'AI agisce come un "appliance non-umano" in cui risiede parte della conoscenza; è un interlocutore che, grazie al suo addestramento, può offrire prospettive, porre domande e suggerire connessioni che il coach, da solo, potrebbe non vedere;
- **l'apprendimento è un processo di connessione:** interagendo con ReflectAI, il coach non solo riflette sulla propria esperienza, ma la connette a un framework più ampio di principi e competenze della



Coaching Psychology. Il bot aiuta a "vedere connessioni tra campi, idee e concetti", una competenza chiave secondo il connettivismo;

- **mantenere le connessioni è cruciale:** l'uso regolare di ReflectAI nutre e mantiene una connessione fondamentale per l'apprendimento continuo, creando un ciclo virtuoso in cui ogni esperienza, debitamente riflessa, rafforza la rete di conoscenza del professionista.

CONCLUSIONI: VERSO UN ECOSISTEMA DI APPRENDIMENTO IBRIDO

L'integrazione di un'intelligenza artificiale come ReflectAI nella pratica del coaching, se letta attraverso le lenti delle teorie dell'apprendimento adulto, si rivela molto più di un'innovazione tecnologica. Rappresenta un passo evolutivo verso un modello di sviluppo professionale più sistematico, continuo e interconnesso.

L'AI non sostituisce la supervisione umana o il confronto tra pari, ma offre uno spazio di riflessione privato, sempre accessibile e non giudicante, che democratizza e potenzia la pratica riflessiva. Strumenti come ReflectAI agiscono da catalizzatori per l'apprendimento, facilitando sia il profondo lavoro trasformativo individuale descritto da Mezirow, sia la navigazione in un ecosistema di conoscenza distribuita come teorizzato da Siemens.

La domanda cruciale per il futuro non è più "se" l'AI ci sostituirà, ma "come" possiamo integrarla per diventare professionisti più consapevoli, efficaci e trasformativi. Progetti come ReflectAI dimostrano che la risposta risiede in una partnership cognitiva, dove la tecnologia non si limita a ottimizzare i processi, ma potenzia la capacità più unicamente umana: quella di apprendere dall'esperienza.

5

BIBLIOGRAFIA

- Grant, A. M. (2022). *Reflection, note-taking and coaching: If it ain't written, it ain't coaching!* Coaching Practiced, 71–83.
- Knowles, M. S. (1980). *The Modern Practice of Adult Education: From Pedagogy to Andragogy* (2nd edition). Cambridge Books.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience as the source of learning and development*. Prentice Hall.
- Mezirow, J. (1997). *Transformative learning: Theory to practice*. In P. Cranton (Ed.), *Transformative Learning in Action: Insights from Practice – New Directions for Adult and Continuing Education*, No. 74 (pp. 5–12). Jossey-Bass.
- Schön, D. A. (1983). *The Reflective Practitioner: How Professionals Think in Action*. Basic Books.
- Siemens, G. (2005). *Connectivism: A Learning Theory for the Digital Age*. *International Journal of Instructional Technology and Distance Learning*, 2(1).

