ARTICOLO DI ELEARNINGNEWS

Anno 10 - numero 372 di Mercoledì 25 marzo 2026

Il mito degli stili di apprendimento

Scopriamo perché il concetto di stili di apprendimento non è supportato dalle evidenze scientifiche e quali strategie risultano davvero efficaci.

Per decenni il concetto di **"stili di apprendimento"** ha influenzato dibattiti su temi di formazione, i programmi di formazione stessi e le abitudini di studio quotidiane. Molte persone si definiscono con sicurezza "studenti visivi", "studenti uditivi" o "studenti cinestetici", convinte di apprendere meglio quando le informazioni vengono presentate in un modo specifico. Questa convinzione è diventata così diffusa da essere spesso considerata un dato di fatto piuttosto che un'ipotesi che richiede prove a sostegno.

Eppure, nonostante la sua popolarità, la teoria degli stili di apprendimento è stata ampiamente esaminata, e alla fine **respinta**, dalle scienze cognitive. Un numero crescente di **ricerche** dimostra che non solo la teoria è priva di fondamento, ma può anche distrarre da approcci più efficaci all'apprendimento. Ciò che emerge invece è una comprensione più chiara della formazione: l'apprendimento è **flessibile**, dipende dal **contesto** ed è rafforzato dalla **diversità** piuttosto che limitato da categorie fisse.

Cosa sono gli stili di apprendimento?

La teoria degli stili di apprendimento sostiene che ogni individuo ha una modalità preferita di elaborazione delle informazioni e che l'insegnamento debba essere adattato a tale preferenza. La classificazione più diffusa divide gli studenti in tre categorie:

- **Studenti visivi**: preferiscono diagrammi, grafici e materiale scritto
- **Studenti uditivi**: traggono beneficio dall'ascolto delle spiegazioni
- **Studenti cinestetici**: apprendono meglio attraverso la messa in pratica delle nozioni

Questo modello suggerisce che, se l'insegnamento è in linea con lo stile preferito dallo studente, l'apprendimento risulterà più efficace. Si tratta di un'idea allettante: semplice, intuitiva e apparentemente rispettosa delle differenze individuali.

Tuttavia, l'affermazione chiave non è semplicemente che le persone abbiano delle preferenze nell'imparare, ma che **adattare l'insegnamento a tali preferenze migliori i risultati dell'apprendimento**. È qui che la teoria crolla.

Una tesi diffusa a livello globale

Uno degli aspetti più notevoli della teoria degli stili di apprendimento è quanto sia ampiamente diffusa, anche tra i professionisti.

Uno studio dell'American Psychological Association ha rilevato che il 90% dei partecipanti, tra cui insegnanti, crede negli stili di apprendimento. Questo lo renderebbe uno dei più diffusi "neuromiti", ovvero idee errate su come funziona il cervello che persistono nonostante le prove scientifiche. Questo crea una potente illusione di legittimità scientifica. Gli educatori che si imbattono in questa letteratura potrebbero ragionevolmente supporre che la teoria sia ben supportata, quando in realtà rigorose prove sperimentali raccontano una storia diversa.

Verifica della teoria: cosa dice la scienza

Per confermare l'ipotesi degli stili di apprendimento, i ricercatori devono dimostrare che gli studenti classificati in base allo stile dovrebbero ottenere risultati migliori quando l'insegnamento è in linea con il loro stile, rispetto a quando non lo è.

Questo significa che uno "studente visivo" dovrebbe apprendere in modo più efficace dai diagrammi piuttosto che dalle spiegazioni verbali, e ottenere risultati peggiori se costretto a fare affidamento su input uditivi.

Tuttavia, gli studi dimostrano che i risultati attesi non si verificano. Le **revisioni** della letteratura concludono in modo coerente che:

- Non esistono prove affidabili che l'adattamento dell'insegnamento agli stili di apprendimento migliori i risultati
- Molti studi condotti per testare la tesi del mito degli stili di apprendimento non soddisfano gli standard metodologici di base
- I risultati sono incoerenti e raramente replicabili

Approfondimenti dalla ricerca: il contenuto conta più dello stile

Le ricerche messe in evidenza da istituzioni accademiche, compresa l' **analisi** dell'Università di Trento, sottolineano un punto cruciale: l'efficacia di un metodo di apprendimento dipende dal materiale da apprendere, non dal presunto stile dello studente.

Ad esempio:

- L'apprendimento della geometria spesso trae beneficio dalle rappresentazioni visive, indipendentemente dalle preferenze dello studente
- Comprendere la pronuncia in una nuova lingua richiede esposizione uditiva
- Padroneggiare un'abilità pratica, come suonare uno strumento, richiede esercitazione sul campo

In ogni caso, è la **natura del contenuto** a determinare l'approccio migliore, non l'**identità dell'individuo** in quanto "tipo" di discente.

Questo principio riflette una concezione scientifica più ampia: il cervello non è organizzato in canali fissi per l'apprendimento, ma funziona come un sistema integrato che si adatta ai compiti e agli obiettivi.

Perché il mito persiste

Nonostante decenni di prove contraddittorie, il mito degli stili di apprendimento continua a prosperare. Diversi fattori spiegano la sua resilienza.

1. Semplicità intuitiva

La teoria è in linea con l'esperienza quotidiana. Le persone notano che apprezzano alcune forme di informazione più di altre, e sembra naturale supporre che il piacere porti a un apprendimento migliore.

2. Desiderio di personalizzazione

Nell'istruzione, c'è un forte desiderio di trattare ogni studente come unico. Gli stili di apprendimento offrono un modo apparentemente scientifico per raggiungere questo obiettivo.

3. Uso improprio delle neuroscienze

La teoria è spesso supportata da riferimenti eccessivamente semplificati alle funzioni cerebrali. In realtà, i processi cognitivi come la memoria, l'attenzione e la comprensione coinvolgono reti distribuite piuttosto che sistemi isolati "basati sullo stile".

4. Slancio istituzionale

Una volta adottate nei programmi di formazione degli insegnanti, nei libri di testo e nei programmi scolastici, le idee possono persistere anche dopo essere state smentite. Gli stili di apprendimento sono diventati parte integrante della cultura educativa.

I costi nascosti del credere negli stili di apprendimento

A prima vista, l'approccio basato sugli stili di apprendimento può sembrare innocuo. Tuttavia, le ricerche suggeriscono che possa avere conseguenze negative indesiderate.

1. Limitare gli studenti

Quando gli studenti vengono etichettati come appartenenti a un determinato tipo, potrebbero evitare di cimentarsi con altre forme di apprendimento. Uno studente che ritiene di non essere un discente uditivo potrebbe disinteressarsi alle lezioni frontali, anche quando l'ascolto sarebbe la strategia più efficace.

2. Riduzione della flessibilità cognitiva

L'apprendimento richiede la capacità di adattare le strategie a compiti diversi. Categorie rigide scoraggiano questa flessibilità.

3. Indirizzamento errato dello sforzo educativo

Gli insegnanti potrebbero dedicare tempo prezioso a riprogettare le lezioni per adattarle agli stili, invece di concentrarsi su metodi che hanno dimostrato di migliorare l'apprendimento.

4. Creazione di false aspettative

Gli studenti potrebbero aspettarsi che l'apprendimento risulti facile quando presentato nel loro stile preferito. Quando ciò non accade, potrebbero attribuire la difficoltà a una mancata corrispondenza piuttosto che riconoscere che lo sforzo è una parte normale dell'apprendimento.

Cosa raccomanda la scienza

Se gli stili di apprendimento fossero inefficaci, su cosa dovrebbero concentrarsi educatori e discenti? La scienza cognitiva offre una serie di strategie consolidate e basate su prove scientifiche:

Esercitazione di recupero

Richiamare alla mente le informazioni apprese attraverso quiz, autovalutazioni o insegnando agli altri, rafforza la memoria e migliora la ritenzione a lungo termine.

La pratica distribuita

Distribuire le sessioni di studio nel tempo permette al cervello di consolidare le informazioni in modo più efficace rispetto alla pratica concentrata.

Elaborazione

Collegare le nuove informazioni alle conoscenze già acquisite e spiegarle con parole proprie approfondisce la comprensione.

Codifica duale

Combinare spiegazioni verbali con rappresentazioni visive e la messa in pratica delle nozioni acquisite migliora la comprensione, non in base agli stili di apprendimento, ma perché coinvolge più sistemi cognitivi.

Il potere dell'apprendimento multimodale

Mentre adattare l'insegnamento a un unico stile è inefficace, presentare le informazioni in modi diversi è altamente vantaggioso.

Questa distinzione è fondamentale.

L'insegnamento multimodale (o diversificato) non si basa sulla convinzione che ogni studente ha uno stile preferito, ma parte dai seguenti presupposti:

- Rappresentazioni diverse delle informazioni mettono in evidenza aspetti diversi di un concetto
- La combinazione di formati di apprendimento diverso rafforza la memoria attraverso percorsi multipli
- Gli studenti costruiscono modelli mentali più ricchi e interconnessi

Ad esempio, un concetto scientifico può essere introdotto tramite un testo, chiarito con un diagramma, discusso verbalmente e rafforzato attraverso la pratica. Ogni modalità contribuisce in modo unico alla comprensione.

Differenze individuali senza etichette

Rifiutare il mito degli stili di apprendimento non significa ignorare le **differenze individuali**. Gli studenti variano in molti modi importanti:

- Conoscenze pregresse
- Motivazione
- Capacità di attenzione e memoria di lavoro
- Contesto culturale e linguistico

Un'istruzione efficace tiene conto di questi fattori, ma lo fa senza ridurre gli studenti a categorie semplicistiche.

Anziché chiedersi: «Qual è lo stile di apprendimento di questo studente?», una domanda più costruttiva è: «Di cosa ha bisogno questo studente per comprendere questa materia?»

Verso un approccio più scientifico all'apprendimento

Il persistere del mito degli stili di apprendimento mette in luce una sfida più ampia, ovvero che le pratiche educative non sempre tengono il passo con le evidenze scientifiche. Colmare questo divario richiede:

- Una maggiore consapevolezza della ricerca nel campo delle scienze cognitive
- Una valutazione critica di convinzioni accettate senza metodo scientifico
- La disponibilità ad adattare le pratiche didattiche sulla base di prove scientifiche

È incoraggiante constatare che vi sia un crescente riconoscimento della necessità di un'istruzione basata su prove e dati scientifici solidi. Man mano che questo cambiamento prosegue, concetti obsoleti come gli stili di apprendimento vengono gradualmente sostituiti da approcci più efficaci. Tuttavia, con il diffondersi di tecnologie molto potenti come l'IA nel settore della formazione, è importante fare sempre più attenzione a questi falsi miti.