وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة تكريت / كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات الاولية / بكالوريوس

الأساليب المعرفية

محاضرة تقدمت بها

أ.د وفاء كنعان خضر

لمحة تاريخية عن الأساليب المعرفية :

ان المحاولات البشرية لفهم السلوك الإنساني والتنبؤ به ترجع إلى أحقاب بعيدة من الزمن ، وقد لايكون من المغالات في القول ان هذه الجهود قد تعود إلى تأريخ الخليقة على الأرض ، أو العصر اليوناني (توق و قطامي ، 2001 : 16).

ففي الحضارة اليونانية يرجع الفضل إلى قدماء اليونان أرسطو وأفلاطون إذ ركزوا في مناقشاتهم على أصل وطبيعة المعرفة وعلى الذاكرة والأفكار (الزغلول و الزغلول ، 2003 : 26) .

فقد بين أرسطو أن ملاحظة الحواس واستعمالها هي السبيل للوصول إلى المعرفة ، اذ تشكل الملاحظة الحسية في نظره الأداة التي تستخدم في اكتساب المعرفة الصادقة وتطويرها وركز على دور البيئة وأهمية الخبرة في تطوير العقل (أبو حويج و ابو مغلي ، 2005 : 28) .

أما أفلاطون فقد أوضح أن المعرفة فطرية وتولد مع الإنسان ، وهي موجودة في العقل وليست مكتسبة ، وبالتالي فان التفاعل مع البيئة يساعد العقل على توليد المعرفة الموجودة لديه ، ويسهم في تسهيل استدعائها (العتوم ، 2004 : 168).

ان بوادر فكرة الأساليب المعرفية في أدبيات علم النفس قد ظهرت في كتابات يونج (Jung , 1928) عندما أثار مفهوم الأنماط الأولية ، وعندما أثار كلاين (Klein , 1941) مصطلح الأسلوب في مقالته وعلم الفروق من خلال إدراكه ، وظهر مصطلح الأسلوب أيضاً في كتابات بلاك ورامسي (Blake & Ramsey , 1951) عندما تناولا الإدراك بوصفه مدخلاً إلى فهم الشخصية (Vernon , 1973 : 129) .

في حين ظهر هذا المصطلح لدى كاردنير (Gardner , 1953) عندما استخدمه على وفق التعريف الذي حدده وهو انه طرائق يتم بوساطتها تنظيم المعلومات والأحداث وبرمجتها من قبل الأفراد (الزغلول ، 2002 : 126) .

وإذا كـــان مفهـــوم الأســـلوب (Style) قـــد اشـــتق مـــن الكلمـــة اللاتينيـــة الأصـــل (Stylus) والتي تعني بخاصية مميزة ومرتبطة ومحددة بالإنسان لها صفة الثبات ، فان بنية الأسلوب (Structure style) تتضح عند ارتباطها بمفهومات أخرى لتشكل ما يعرف بالمفهومات المركبة ، سواء كان ذلك اقتراناً أو تلازماً في تفسير الحدث المحدد (Solso , 1991 : 28) .

فعندما يقترب مصطلح الأسلوب من الظاهرة الإدراكية فانه يعرف بالأسلوب المعرفي (Cognitive style) ، وعندما يرتبط مصطلح الأسلوب بظاهرة وجدانية فانه يعرف بالأسلوب الوجداني (Affective style) ، ويعرف بالأسلوب المعرفيّ الوجدانيّ (Cognitive – Affective style) إذا ارتبطت بنية الأسلوب مع الظاهرتين الإدراكية والوجدانية معاً (Ryding, 1998 :212).

وكذلك فان بنية الأسلوب قد اقترنت بعدد من المفهومات الأخرى كأسلوب الحياة (Life style) عند ادلر (Adler) وأسلوب السلوك (Behavior style) عند ميسك (Messick) والذي يعرف بالمزاج ، وأسلوب التعلم عند فلويد (Floyd) (Messick, 1984 : 281) .

ويؤكد ريدر و راينر (Ryder & Rayner) أن جذور الأساليب المعرفية تنحدر من أربعة مصادر في دراسة علم النفس المعرفيّ هي :

1. تطور مفهوم الإدراك بحسب نظرية الكشطالت إذ تنظر إلى إدراك المثيرات بطريقة كلية غير قابلة للتجزئة .
2. الطريقة التي يتكيف من خلالها الفرد مع المثيرات البيئية بوساطة الضبط المعرفي والعمليات المعرفية مما يفرض أسلوباً محدداً في التعامل مع المثيرات المختلفة .
3. الصور العقلية والذهنية المفضلة لدى الأفراد خلال عمليات معالجة المعلومات إذ تعمل هذه الصور على توجيه نشاط الفرد المعرفي .

4. دراسة مكونات الشخصية ودرجة الترابط بين هذه المكونات مؤكد أن عملية التعلم مرتبطة بمكونات الشخصية مما يعني أن تفاعل هذه المكونات يحدد أسلوب المتعلم مع مواقف التعلم الجديدة (Ryding & Ragner , 1998 : 26) .

وقد ازداد الاهتمام بالجوانب العقلية والمعرفية أو ما يسمى بعلم النفس المعرفي Cognitive Psychology بوصفه لا يعتمد على الارتباطات العصبية بين المنبه – الاستجابة كما يرى السلوكيون ، ولا على الشعور واللاشعور ، كما يرى علماء التحليل النفسي . وإنما يعتمد على سلوك الإنسان الذي ينتج عن العمليات الإدراكية في نظرة كلية شاملة لعناصر الموقف ، وهي السمة التي ينفرد بها النشاط الإنساني في مستوياته العقلية العليا (عثمان و الشرقاوي ، 1978 : 215).

وخلال المدة ما بين (1930 – 1960) كان العلماء والباحثون يتحدثون بحذر عن العمليات العقلية بسبب سلوكية واطسن . لأنها كانت لاتعطي اهتماماً لما يجري في ذاكرة المتعلم في عملياته العقلية . على حين ركزت المدرسة المعرفية على ذاكرة المتعلم ، وتنظر إليه بما يمتاز من استقلالية في التفكير ، وما يتمتع به من قدرات عقلية . ونتيجةً لهذا التحول ابتكرت نماذج ونظريات من علماء النفس المعرفيين ، اذ أكدت ضرورة اخذ المتعلم دوراً أكثر فعالية في استخدام عقله وتوظيفه في أثناء تعلمه (خوري ، 2006 : 198) .

ومن هؤلاء العلماء بياجيه Pioget ، فيكوتسكي Vigotskii ، برونر Brunar ، اوزبل Ausubel ، وكولنيبرج Kolnberg ، اهتموا لكون الإنسان مخلوقاً عاقلاً مفكراً وباحثاً عن المعلومات ومجهزاً لها ومبتكراً فيها (علي ، 1987 : 78) .

مؤكدين ما يأتي :

- ضرورة دراسة العمليات العقلية للإنسان مثل (التفكير ، والإدراك ، والانتباه) .

- دراسة العمليات التي يتم بها اكتساب المعرفة بصورة دقيقة وتفسير كيفية تطبيقها في الحياة اليومية .
- وهكذا فان علماء النفس المعرفيين يجمعون بين جوانب الحركة الوظيفية في علم النفس بتأكيدها العمليات العقلية وعلم نفس الكشطالتي في تأكيده على الإدراك ، والتفكير ، والانتباه ، وعلى منهجية السلوكية في الطرائق الموضوعية المتبعة (دافيدوف ، 1988 : 38) .

ويرى بلاكي وسبنس (Blakey & Spence, 1990) انه على الرغم من ظهور تفسيرات وتصورات متعددة للأساليب المعرفية ، إلا أن مصطلح الأسلوب المعرفيّ (Cognitive style) يعد من المصطلحات الحديثة نسبياً في علم النفس، ولا سيما في مجال علم النفس المعرفيّ (البركات ، 1996 : 49).

مفهوم الأساليب المعرفية :

يشير مصطلح معرفة (Cognitive) إلى جميع العمليات النفسية كالإدراك، التفكير والتذكر ، والتخيل ، والتخزين ، واسترجاع المعلومات واستخدامها في المواقف المختلفة ، إذ تمثل هذه العمليات متغيرات وسيطة تتوسط بين المثير والاستجابة والتي تبدو في مظاهر سلوكية ومخرجات يمكن التعامل معها بالقياس والملاحظة (شريف ، 1982 : 353) .

ويرى (Wallach) أن كلمة أسلوب (Style) كانت قد دخلت مصطلحات علم النفس لتشير إلى أنماط محددة في العمومية التي تجعل المتعلم يستجيب بطريقة واحدة في موقف واحد ، ويستجيب بطريقة ذات خصائص محددة في مواقف أخرى (حبيب ، 1995 : 96).

ويعد كارد نيروكلين (Gardner & Klein 1968) الأساليب المعرفية ما هي إلا ميكانزمات منظمة (Regulatory Mechanisms) تبنى بوساطة الأنا لتكون عاملاً وسيطاً بين الحاجات الداخلية للمتعلم من ناحية وواقعه الخارجي من ناحية أخرى وأنهم يعدونها إستراتيجيات يستخدمها المتعلمون في تحقيق فهم ما يتعرضون له من مواقف (الشرقاوي ، 1989 : 32).

ويرى كلاين Klein أن الأساليب المعرفية مرتبطة بالشخصية وأنها تقارن بالسمات المصدرية عند كاتل (Cattle) (شلبي ، 2002 : 116) .

أما كوكان (Kogan , 1976) فيرى الأساليب المعرفية هي بمثابة الطرائق المفضلة لدى المتعلم في الفهم والإدراك والتذكر لما يتعرض له من مواقف في البيئة الخارجية وطريقة التعامل معها (الزغول و الزغلول ، 2003 :91).

وأن الأساليب المعرفية تدرس في ضوء تصورين : الأول علاقة الأساليب المعرفية بالقدرات وعلى هذا الأساس فان مستوى القدرات المعرفية يمثل معياراً للحكم على الأسلوب المعرفي (غالب ، 2004 : 56) .

الثاني : تتمثل الأساليب المعرفية بأنها تقع على بعد مستمر (متصل) ثنائي القطب يحمل احد قطبية القيمة الأكثر ، بينما يحمل القطب الآخر القيمة الأقل (احمد ، 1984 : 28) .

ويضيف انه على الرغم من التداخل بين هذا المفهوم وبين ما هو معروف عن القدرات العقلية ، ان القدرات تهتم بمستوى المهارة (أكثر – اقل) بينما تهتم الأساليب المعرفية بشكل متسع بنوع المعرفة وشكلها (الفرماوي ، 1994 : 211) .

أما فرنون (Vernon) فيعد الأساليب المعرفية أنها تكوينات نفسية تتناول الشخصية بأكملها ولا تحدد بجانب واحد من جوانبها وهي أيضا متضمنة في كثير من العمليات النفسية(Vernon , 1973 : 197) .

يشير وتكن(Witkin) وهو من أبرز المهتمين بدراسة الأساليب المعرفية،إلى أن الأسلوب المعرفي هو عامل أو بعد يتداخل مع مجالات متعددة في الشخصية كالمجال المعرفي والوجداني ، وهو بنظره طريقة مميزة للأداء لدى المتعلم تظهر في نماذج سلوكه الإدراكية والعقلية(Witkin & Goodenough , 1981: 231).

وتشير الأساليب المعرفية عند كولدشتاين (Goldstein , 1978) الى أنها تكوين افتراضي يتوسط بين المثير والاستجابة وينعكس بطريقة المتعلم في تنظيم مدركاته للعالم الخارجي وفي أساليب تعاملاته مع المواقف الاجتماعية المختلفة (الزغلول و الزغلول ، 2003 : 86)

وان الأساليب المعرفية تتصف بالثبات النسبي وعدم تأثرها بالعوامل الموقفية واتساق سلوك المتعلمين فيها عبر الزمن وعبر المواقف المختلفة ، وان هذا الثبات النسبي لا يحدث إلا على فترات طويلة وذلك لان الأساليب المعرفية تنمو لدى المتعلم متأثرة بعوامل التنشئة الاجتماعية والظروف الاقتصادية والصحية للمتعلم (فشقوش ، 1985 : 96) .

أما وجهة نظر كلفورد (Guillford , 1980) فيراها ماهي إلا طرائق أو أشكال تفضيلية أو إستراتيجية معرفية في تناول المعلومات من قبل المتعلم (الفرماوي ، 2009 : 63) .

وقد عد كلفورد الأساليب المعرفية سمات تعبر عن جوانب مزاجيه في الشخصية اذ تظهر تأثيراتها المتناسقة في النهج الذي تحدث فيه العملية المعرفية أو الوجدانية (فطيم و أبو العزايم ، 1998 : 98) .

وانها أشكال للنشاط المعرفي التي تشير إلى الفروق الفردية في الأسلوب الذي يفكر أو يدرك فيه الأفراد كل ما يحيط بهم (شريف ، 1982 : 38) .

وهو يفضل تسميتها أساليب عقلية بدلا من أساليب معرفية ويرى أنها وظائف موجهة للسلوك إضافة إلى اعتبارها سمات تعبر عن الجوانب المزاجية في الشخصية (طه ، 2006 :36) .

أما كشينسكاس (Kuchinskas, 1980) فيرى أن مفهوم الأسلوب المعرفي يشير إلى الطريقة التي يتصرف الطالب ويستجيب ويتكيف بها مع البيئة، وأن كلاً من فعل الطالب ورد فعله وتكيفه يمكن أن يزودنا باستبصار لسلوك الطالب من ما يساعد على التنبؤ بهذا السلوك ودراسته في مواقف محددة (شريف و الصراف ، 1987 : 36).

ويشير مسك (Messick) إلى أن الأساليب المعرفية تعني أشكال الأداء المفضلة لدى المتعلم في تنظيم ما يراه وما يدركه من حوله ، وفي تنظيم خبراته في ذاكرته وفي كيفية استدعائها ، أي هي الاختلافات بين المتعلمين في أساليب الإدراك والتذكير والتخيل والتفكير وحل المشكلات والحفظ واستخدام المعلومات وفهم الذات وهي تنمو بطرائق متجانسة حول النزعات العميقة للشخصية ، وهي متغيرات عالية الرتبة تنظم وتتحكم في كل من الضوابط المعرفية والاستراتيجيات المعرفية والقدرات العقلية وبعض متغيرات الشخصية في شكل أنماط وظيفية مميزة للمتعلم (Messick , 1984 : 189) .

وقد فرق ميسك بين الأساليب والقدرات التي وصفها بأنها قدرات وحيدة القطب وتتسم بالأداء الأقصى في حين نجد أن الأساليب المعرفية ثنائية القطب تعبر عن الأداء المميز للفرد (الفرماوي ، 1994 :61).

وقد ذكر ريبن (Reben 1987) أن الأساليب المعرفية طرائق يلجأ إليها الأفراد في حصولهم على المعلومات من البيئة ، وانها توضح أيضاً كيفية التعامل مع المعلومات وكيفية تصنيفها ، وتركيبها وتحليلها وخزنها ، واستدعائها عند الضرورة ، ولهذا فان مجموعة العمليات التي يمارسها المتعلم من خلال مواقفه التعليمية أو تفاعله اليومي يسهم بدور واضح في النمو

العقلي من ناحية وتوسيع مدارك المتعلم ومهارته المعرفية من ناحية أخرى (غالب ، 2001 : 23)

وتعد الأساليب المعرفية عند هولدن أبعاداً عامه للفروق بين المتعلمين في الإدراك والتفكير والانتباه (Holden & et.al. , 1985 : 295) .

وتشير الدراسات في علم النفس المعرفي الى أن الناس يظهرون فروقاً فردية في آليات معالجة المعلومات ، أو اتخاذ قراراتهم أو مجرد محاولة تفسير المثيرات أو الاستجابة لها وتعد الأساليب المعرفية (Cognitive Styles) إحدى أهم هذه العوامل التي تفسر مثل هذه الفروق الكمية والنوعية (الشرقاوي ، 2003 : 82).

ويقول سنو وآخرون (Snow & et.al., 1990) عن الأساليب انها طرائق خاصة يستخدمها بعض الطلبة في تجهيز المعلومات في عمليات الاقتباس والحفظ والاسترجاع ، وهي تعطي لنا فكرة عن كيفية معالجة التعلم ، والمادة التي يتم تعلمها ، والطرائق التي يستخدمها الطلبة لكي يرمزوا ، وينظموا ، ويخزنوا ، ويسترجعوا ، ويؤشروا ، ويولدوا المعلومات ، والطرائق المستخدمة للقيام بهذه العمليات يطلق عليها الأساليب المعرفية (جابر ، 2004 : 86) .

مكونات الأساليب المعرفية :

أكد رانكر و را يدنك (Ryding & Ranger -1998) أن الأسلوب المعرفي كغيره من المتغيرات النفسية يتكون من ثلاثة مكونات تتحد معاً لتكون الأسلوب المعرفي للفرد وهي :

أ – المكون الانفعالي : وينطوي على المشاعر التي تصاحب الفرد عند التعامل مع المواقف المختلفة .

ب- المكون السلوكي : ويتعلق بالسلوكيات التي تصاحب الأسلوب المعرفي أو التي تنتج عنه .

ج- المكون المعرفي : ويتعلق بمعرفة الفرد ووعيه بأسلوبه المعرفي (Ryding & Ranger, 1998 : 188) .

خصائص الأساليب المعرفية :

تتميز الأساليب المعرفية بعدد من الخصائص وهي :

1. تتعلق الأساليب المعرفية بشكل (Form) النشاط المعرفي أو بإطاره الذي يمارسه المتعلم في الموقف وليس بمحتوى (Content) هذا النشاط مما يجعلها ترتبط بالفروق الفردية بين المتعلمين في كيفية ممارسة العمليات المعرفية مثل التفكير والإدراك وحل المشكلات وتكوين المعلومات وتناولها ، لذلك فان تعريفها يرتبط بكيفية أداء النشاط المعرفي أكثر مما يرتبط بمستوى هذا النشاط أو موضوعة (Vernon, 1984: 212).
2. تعكس الأساليب المعرفية أبعاداً من الشخصية ، فهي تعد من الأبعاد المستعرضة لأي شخصية ، إذ لا ترتبط بالجانب المعرفي فقط وإنما تمتد لتشمل جوانب أخرى كالانفعالية والاجتماعية ، إذ انها تنظر للشخصية نظرة شمولية كلية ، لذا لا يمكن دراسة الشخصية بمعزل عن الأساليب المعرفية (سولسو ، 2000 : 87) .
3. يمكن قياس الأساليب المعرفية بوسائل لفظية وغير لفظية من ما يساعد مساعدة كبيرة في تجنب كثير من المشكلات التي تنشأ عن اختلاف المستويات الثقافية للمتعلمين التي تتأثر بها إجراءات القياس التي تعتمد بدرجة كبيرة على اللغة ، إذ ان لها صفة العمومية والانتشار (Pervasive) وتستخدم في تقييم السلوك الإنساني (Messick, 1984 : 212) .
4. تتصل الأساليب المعرفية بخاصية الأحكام القيمية (Value judgments) مما يجعلها من الأبعاد الثنائية القطب (Bipolar) ويميزها عن الذكاء والقدرات العقلية وهي من الأبعاد وحيده القطب (Unipolar) فمن المعروف بالنسبة للذكاء والقدرات العقلية انه كلما زاد الفرد في أية قدرة كان ذلك أفضل أما بالنسبة للأساليب المعرفية فان كل قطب له قيمة مميزة في

ضوء ظروف وشروط خاصة ، وان اتصاف الفرد بخصائص أي من القطبين ثابت إلى حد كبير وتعد هذه من أهم صفاتها (Goldstein , 1978 : 197) .

5. ان قياس الأساليب المعرفية يخضع غالباً لأساليب القياس الثنائية القطب (Bipolar) في حين تخضع مقاييس القدرات لمقاييس أحادية القطب (Unipolar) . إذ تتباين القدرات من أدنى مستوى إلى أعلى مستوى أما الأساليب المعرفية فيتوزع فيها المتعلمون إلى ثلاث فئات ، تتميز الأولى بخصائص معاكسة تماماً للفئة الثالثة في حين تمتلك الفئة الوسطى سمات مشتركة من الفئتين العليا والدنيا (Payne , 1991 : 297) .

6. ان الأساليب المعرفية تتميز بالثبات النسبي مع مرور الزمن إذ انها تنمو وتتطور مع التقدم في العمر مما يجعلها أكثر مقاومة للتغير وأكثر ميلاً للثبات والاستقرار ، وهذا الثبات النسبي يساعد على التنبؤ بالأسلوب الذي يتبعه الفرد في المواقف التالية بدرجة عالية من الثقة مما يساعد في عملية التوجيه (Counseling) والإرشاد (Guidance) النفسي والتربوي على المدى البعيد ، وان الثبات النسبي لا يعني بالضرورة أنها ثابتة على نحو مطلق ، إذ يمكن تعديلها أو إحداث تغيير فيها في ظل ظروف معينه (Slavin , 1996 : 175) .

7. ان الأساليب المعرفية تعبر عن أنماط التمايز (Differentiation) كالتعقيد والتخصص والتكامل لتكون في نهاية النظام المعرفي الذي يميز الفرد في تفسيره وإرادته للعالم المحيط به (Kasanin, 1993 : 310).

8. الأساليب المعرفية تعكس فروقاً بين الأفراد وليست بين الثقافات مما يجعل عملية قياسها ممكنة وسهلة ، ولذلك يتوقع أن يتوزع أفراد المجتمع بين أنواع من هذه الأساليب (شلبي ، 2002 : 128).

9. ترتبط الأساليب المعرفية بعلاقات سلبية أو ايجابية مع متغيرات كالدافعية والذكاء والنجاح الأكاديمي أو التكيف مع ظروف الحياة المختلفة (العتوم ، 2004 :295).

التصورات النظرية للأساليب المعرفية :

اهتم العلماء كثيراً بالأساليب المعرفية ، كل حسب اتجاهه وتميزه ، وتناولوها في دراستهم محاولين كشف حقيقتها ، فهناك من اتفق منهم مع غيره ، وهناك من تفرد برأيه ، والمحصلة النهائية كانت ظهور ستة تصورات نظرية للأساليب المعرفية (سليم ، 2009 : 126) .

التصور النظري الأول : الأساليب المعرفية أنماط معرفية :

يرى فرنون (Vernon) أن مصطلح الأسلوب المعرفي هو إحياء لفكرة النمط الذي شاع استخدامه على يد العلماء الألمان للفترة من (1900 – 1930) فقد ميز كروس (Grosse) بين نمطين من التفكير هما (الواسع – الضيق) وتناول كولدشتاين (Goldstein & Scheerer) النمط (العياني – التجريدي) (Vernon , 1973 : 231) .

وصنف كرتشمر و شلدون (Kretchmer & Sheldon , 1952) الناس إلى أربعة أنماط جسمية هي البلغمي والصفراوي والدموي والسوداوي ، وقام ايزنك (Eystenk, 1974) بتطوير نظرية الأنماط فتناول مفهوم (الاستثارة – الكف) فضلاً عن بعض المفاهيم العصبية المرتبطة بعملية التعلم فظهر إثر ذلك نمط (الانبساط – الانطواء) وقصد به الطلبة الذين يفكرون بصورة واسعة مقابل الذين يفكرون بصورة ضيقة مثابرة ولايفضلون العمل وسط الجماعات (أبو حويج و ابو مغلي ، 2005 : 96) .

وعلى الرغم من التشابه الذي يمكن ملاحظته بين نظرية الأنماط والأساليب المعرفية يمكن إبراز الاختلافات الآتية .

1. تعتمد نظرية الأنماط في تصنيفها للأفراد على التطرف والتميز في النواحي الجسمية والنواحي المزاجية ، في حين يعتمد تصنيف الأساليب المعرفية على الجوانب الإدراكية للأفراد (شريف ، 1982 : 113) .
2. أن تصنيف الأفراد تبعاً للأسلوب المعرفي هو ليس تصنيفاً ثنائياً في أنماط متمايزة إذ يتوزع الأفراد على خط متصل بين طرفين متناقضين بتوزيع اعتدالي له صفة الاستمرارية ، في حين نجد أن الأنماط تكون متقطعة وغير مستمرة (أبو هشام ، 1989 : 92) .

التصور النظري الثاني : الأساليب المعرفية ضوابط معرفية :

ومن التصورات النظرية التي تناولت الأساليب المعرفية ، تصور جادرنر وزملائه (Gardener et.al. , 1953) ، أو مايسمى (بمجموعة ميسنجر) الذين استخدموا مصطلح الضوابط المعرفية بدلاً من مصطلح الأساليب المعرفية (الخوالي ، 2000 : 46) .

والضوابط المعرفية في تصورهم هي ميكانزمات منظمة تبنى بوساطة الانا لتكون عاملاً وسيطاً بين الحاجات الداخلية للفرد من ناحية وواقعه الخارجي من ناحية أخرى وأنهم يعدونها استراتيجيات يستخدمها الأشخاص في تحقيق فهم ما يتعرضون له من مواقف (Messick , 1984 : 66) .

وهناك ضوابط معرفية عديدة أشارت إليها الدراسات ومن هذه الضوابط هي: التسوية مقابل الشحذ ، تحمل الغموض أي الخبرات غير الواقعية ، والتمايز التصوري ، والتركيز مقابل المسح ، والضبط المرن مقابل الضبط المقيد ، بعد تشكل المجال (Vernon , 1973 : 306) .

ويمكن التميز بين الضوابط المعرفية والأساليب المعرفية على النحو الآتي :

1. ان من الخصائص الهامة للضوابط المعرفية أنها تخضع للمعايير الاجتماعية ، بمعنى أن لها دوراً في تأجيل إشباع الحاجة حسب المعايير الاجتماعية للمواقف ،

وان الدراسات في هذا الشأن لا ترى ان الأسلوب المعرفي هو الضابط المعرفي ، لكن الأسلوب المعرفي يمثل معيار هذه الضوابط بين الأفراد (Goldstein , 1978 : 26) .

2. وقد ميز جاردنر وجاكسون وميسك (1960) بين مفهوم الضوابط والأساليب المعرفية اذ يرون أن الضوابط تشير إلى أبعاد معينة في عملية الإدراك ، أما الأساليب المعرفية فإنها تشير إلى طريقة تنظيم هذه الأبعاد (سلامة ، 2002 : 87) .

3. يقول سنو واخرون (Snow et.al. , 1980) ان الضوابط في كثير من الأحوال وحيدة القطب وتعنى بشكل نسبي بوظائف متخصصة نوعية في المجال الذي تتناوله ، في حين تعد الأساليب المعرفية الثنائية القطب ذات توزيع متصل (جابر ، 2004 : 96) .

4. تعد الضوابط المعرفية اقل انتشاراً عبر مجالات الشخصية وهي بذلك تحقق وظائف خاصة ، في حين تنتشر الأساليب المعرفية عبر مجالات نفسية مختلفة ، مما يجعلها أكثر اتساعاً .