

Research Article

Rethinking Cognitive Distortions in Light of Logical Fallacies

Introduction

Authors

Mohammad Javad Pashaei^{1*}

 1. Associate Professor, Department of Philosophy, Faculty of Humanities, Shahed University, Tehran, Iran. (Corresponding Author)

Abstract

Receive Date:
28/03/2025

Accept Date:
19/09/2026



Introduction: Cognitive distortions are among the fundamental concepts in cognitive psychology and cognitive-behavioral therapy, playing a key role in the formation of maladaptive emotions and judgments. Despite the functional overlap between some cognitive distortions and logical fallacies, no systematic study has yet been conducted to integrate these two domains. The present study aimed to develop a classification of cognitive distortions by drawing upon logical fallacies

Method: This research was conducted using a conceptual analysis and comparative study approach. First, common cognitive distortions were extracted from authoritative sources in cognitive psychology, and their characteristics were identified. Then, the most important logical fallacies were identified, screened, and reinterpreted based on the criterion of "capability of being transformed into stable and repetitive patterns of information processing."

Results: In this study, seventeen common cognitive distortions were identified. Furthermore, among the logical fallacies examined, ten fallacies that met the conditions for being transformed into stable cognitive patterns were enumerated.

Discussion and conclusion: The findings indicate that alongside the known cognitive distortions, a considerable set of logical fallacies have the potential to be reinterpreted as patterns of cognitive distortion, provided that these fallacies become repetitive and internalized in the individual's process of information processing and interpretation. This approach, while establishing a link between cognitive psychology and logic, provides a more comprehensive framework for conceptualizing cognitive errors and can pave the way for the development of diagnostic tools and therapeutic interventions within the cognitive-behavioral approach.

Keywords

Cognitive errors, Cognitive distortions, Logical fallacies, Cognitive-behavioral therapy, Reasoning

Corresponding
Author's E-mail

mjpashaei@shahed.ac.ir

Extended Abstract

Introduction

Cognitive distortions are a central concept in cognitive psychology and cognitive-behavioral therapy (CBT) and have an important role in explaining maladaptive emotions, psychological difficulties, and erroneous decision-making. From the cognitive perspective associated with Aaron Beck, emotional problems are not produced directly by events but are substantially shaped by the way individuals interpret and evaluate those events. Accordingly, identifying and modifying distorted patterns of interpretation has become a major component of cognitive therapy. However, the commonly used classifications of cognitive distortions generally contain a relatively limited set of recurrent patterns, such as mind reading, fortune telling, catastrophizing, labeling, minimizing positives, negative filtering, overgeneralization, dichotomous thinking, should statements, personalization, blaming, unfair comparisons, emotional reasoning, and judgmental thinking. In contrast, the logical tradition has examined errors of thought and reasoning for centuries and has developed a much broader taxonomy of fallacies. Despite the conceptual overlap between these two traditions, cognitive psychology and logic have largely developed as separate bodies of literature. The present study addresses this conceptual gap by examining whether logical fallacies can illuminate cognitive distortions that are underrepresented in conventional psychological classifications. Its main objective is to compare the two systems and propose a more comprehensive framework for understanding cognitive errors, while also clarifying the conditions under which a logical fallacy may be interpreted as a relatively stable cognitive distortion.

Method

The present study is a theoretical investigation conducted through conceptual and comparative analysis. Because the study does not involve an intervention or empirical testing with human participants, it does not include a statistical population, sample, sampling procedure, or psychometric instruments. The analysis proceeded in three stages. First, the psychological literature on cognitive errors and cognitive distortions was examined, with particular attention to Aaron Beck's cognitive model and selected works in cognitive-behavioral therapy, in order to identify the defining features, levels, and commonly recognized forms of cognitive distortion. Second, major classifications and examples of logical fallacies were examined conceptually, drawing on traditional and contemporary sources in logic and informal reasoning. Particular attention was given to fallacies that could plausibly correspond to recurrent patterns of information processing, interpretation, evaluation, or attribution. Third, the two conceptual systems were compared according to their functional

similarities and their potential to describe stable and maladaptive patterns of cognition. On this basis, existing correspondences were identified and additional fallacies were considered as candidates for reinterpretation as cognitive distortions. The analysis also examined the proposed classification of cognitive distortions in terms of its conceptual scope and organizing principles. The central criterion for extending the psychological category was not merely the occurrence of a fallacious argument, but the repeated internalization of the fallacious pattern as a relatively stable way of processing and interpreting information.

Results

The comparative analysis produced two main findings. First, several established cognitive distortions show close functional correspondence with familiar logical fallacies. Mind reading corresponds approximately to the fallacy of motive and motivation, because both involve attributing another person's thoughts, motives, or intentions without sufficient evidence. Catastrophizing corresponds to exaggeration, while minimizing positive aspects corresponds to minimization. Overgeneralization is comparable to hasty generalization, and emotional reasoning corresponds to appeal to emotion. Blaming can be related to false cause when responsibility or causation is assigned without adequate evidence. Labeling also has an approximate relationship with appeals to origin or personal attack, and dichotomous thinking can be compared with rejecting alternatives by reducing a situation to a small number of exclusive options. Should statements and wishful thinking likewise show a conceptual connection with erroneous premises and evaluations based on preferred rather than actual conditions. These correspondences indicate that the two literatures often describe overlapping patterns using different conceptual vocabularies.

Second, the analysis identified logical fallacies that may extend the conventional range of cognitive distortions when they become internalized and recurrent patterns of cognition. Proposed candidates include appeal to false authority, begging the question, false cause, straw man, appeal to popularity, appeal to ignorance, complex question, shifting position, affirming the consequent, denying the antecedent, and essence-and-accident reasoning. Their inclusion is conditional: a single fallacious argument should not automatically be classified as a cognitive distortion. The fallacious pattern becomes relevant when it is repeatedly applied to self, others, or situations and develops into a relatively stable mode of information processing and interpretation.

The analysis also revealed a conceptual limitation in the conventional cognitive-triangle framework. The categories of self, world, and others are not fully mutually

exclusive, because beliefs about each can concern the past, present, or future. Combining the world and other people into one category also lacks sufficient conceptual justification. A more comprehensive organization may distinguish distortions concerning the self from those concerning non-self entities, and then differentiate other people from other aspects of the world.

Overall, the findings support a broader and integrative conception of cognitive distortions rather than a closed list of predefined categories.

Conclusion

The findings support the principle that cognitive distortions may be understood not only as a limited collection of clinically common errors, but also as recurrent patterns of reasoning and interpretation that can be illuminated through the study of logical fallacies. The main theoretical implication is that logic and cognitive psychology provide complementary perspectives: logic clarifies the structure and inferential weakness of erroneous reasoning, whereas cognitive psychology explains how such patterns may become internalized, repeated, and linked to emotion and behavior. This integrated perspective may contribute to a broader conceptualization of cognitive error and foster dialogue across these fields.

The proposed framework nevertheless has important limitations. The correspondences between fallacies and cognitive distortions are functional and approximate rather

than one-to-one or definitive. The study is theoretical and conceptual and therefore does not establish the empirical prevalence, clinical specificity, or causal effects of the proposed patterns. Examples may also be interpreted through more than one category, and the proposed classification should not be regarded as final or exhaustive.

In practical terms, the framework may help clinicians and researchers identify recurrent reasoning patterns overlooked by conventional lists and provide additional targets for cognitive assessment. Future research should empirically examine the frequency and clinical relevance of these patterns across psychological disorders and determine which fallacies are most likely to become stable cognitive distortions. Clinical studies could test whether modifying such patterns improves cognitive-behavioral interventions.

Ethical Considerations

Compliance with Ethical Guidelines: This study was a theoretical and conceptual investigation and did not involve human participants, intervention, or the collection of personal data; therefore, ethical approval was not required.

Funding: This research received no specific grant from any funding agency in the public, commercial, or not-for-profit sectors.

Conflict of Interest: The authors declare that there is no conflict of interest.

بازاندیشی در تحریف‌های شناختی با نظر به مغالطات منطقی

نویسندگان

محمد جواد پاشایی^{*۱}

۱. دانشیار گروه فلسفه، دانشکده علوم انسانی، دانشگاه شاهد، تهران، ایران. (نویسنده مسئول)

چکیده

مقدمه: تحریف‌های شناختی از مفاهیم بنیادین روان‌شناسی شناختی و درمان شناختی-رفتاری هستند و در شکل‌گیری هیجان‌ها و قضاوت‌های ناسازگار نقش کلیدی دارند. با وجود هم‌پوشانی کارکردی میان برخی تحریف‌های شناختی و مغالطات منطقی، تاکنون مطالعه‌ای نظام‌مند برای تلفیق این دو حوزه انجام نشده است. پژوهش حاضر با هدف توسعه‌ی طبقه‌بندی تحریف‌های شناختی از طریق بهره‌گیری از مغالطات منطقی صورت گرفت.

تاریخ دریافت:
۱۴۰۴/۱۲/۰۸

تاریخ پذیرش:
۱۴۰۵/۰۶/۲۸



روش: این پژوهش با رویکرد تحلیل مفهومی و مطالعه‌ی تطبیقی انجام شد. ابتدا تحریف‌های شناختی رایج از منابع معتبر روان‌شناسی شناختی استخراج و ویژگی‌های آن‌ها مشخص گردید. سپس مهم‌ترین مغالطات منطقی شناسایی و با معیار «قابلیت تبدیل به الگوی پایدار و تکرار شونده‌ی پردازش اطلاعات» غربال و بازتفسیر شدند.

نتایج: در این پژوهش، هفده تحریف شناختی رایج شناسایی شدند. همچنین، از میان مغالطات منطقی بررسی‌شده، ده مغالطه که واجد شرایط تبدیل به الگوی شناختی پایدار بودند، احصاء گردیدند.

بحث و نتیجه‌گیری: یافته‌ها نشان می‌دهد که در کنار تحریف‌های شناختی شناخته‌شده، مجموعه‌ی قابل توجهی از مغالطات منطقی قابلیت بازتفسیر به‌عنوان الگوهای تحریف شناختی را دارند؛ مشروط بر آن‌که این مغالطات در فرایند پردازش و تفسیر اطلاعات فرد، تکرار و درونی شوند. این رویکرد ضمن ایجاد پیوند میان روان‌شناسی شناختی و منطق، چارچوب جامع‌تری برای مفهوم‌پردازی خطاهای شناختی فراهم می‌کند و می‌تواند زمینه‌ساز توسعه‌ی ابزارهای تشخیصی و مداخلات درمانی در رویکرد شناختی-رفتاری باشد.

کلیدواژه‌ها

خطاهای شناختی، تحریفات شناختی، مغالطات منطقی، درمان شناختی رفتاری، استدلال

پست الکترونیکی
نویسنده مسئول

mjpashaei@shahed.ac.ir

مقدمه

یکی از مهم‌ترین دغدغه‌های علوم شناختی، روان‌شناسی و فلسفه ذهن، تبیین علل خطاپذیری اندیشه انسان است. انسان موجودی است که پیوسته درباره خود، دیگران و جهان پیرامون داوری می‌کند و بخش عمده‌ای از رفتارهای او بر پایه همین داوری‌ها شکل می‌گیرد. با این حال، پژوهش‌های متعدد نشان داده‌اند که قضاوت‌های انسان همواره منطبق با واقعیت نیست و ذهن در فرآیند ادراک، تفسیر، استنتاج و تصمیم‌گیری، مستعد انواع گوناگونی از خطاست. در روان‌شناسی، این خطاها عمدتاً ذیل عنوان «تحریف‌های شناختی» بررسی شده‌اند [۱]. نظریه شناختی یک بر این فرض استوار است که هیجان‌های ناسازگار و بسیاری از اختلالات روان‌شناختی، پیامد الگوهای نادرست تفسیر واقعیت هستند. از این منظر، فرد نه به دلیل خود رویدادها، بلکه به سبب شیوه تفسیر آن‌ها دچار اضطراب، افسردگی یا سایر مشکلات هیجانی می‌شود [۲]. بر همین اساس، شناسایی و اصلاح تحریف‌های شناختی به یکی از ارکان اصلی درمان شناختی - رفتاری تبدیل شده است. با وجود اهمیت فراوان این رویکرد، دامنه تحریف‌های شناختی در اغلب منابع روان‌شناسی به فهرستی محدود از الگوهای پردازش اطلاعات تقلیل یافته است. در مشهورترین طبقه‌بندی‌ها، معمولاً بیش از ۱۰ تحریف شناختی معرفی می‌شود؛ تحریف‌هایی که عمدتاً ناظر به خطاهای فرد در تفسیر رویدادها، پیش‌بینی آینده یا ارزیابی خویش هستند [۳، ۴]. در سوی دیگر، سنت منطق، به‌ویژه در مبحث مغالطات، تاریخ بسیار طولانی‌تری در مطالعه خطاهای اندیشه دارد. از زمان ارسطو تاکنون، منطق‌دانان ده‌ها نوع مغالطه را شناسایی و تحلیل کرده‌اند [۱۶]. هر یک از این مغالطات، نوعی الگوی نسبتاً پایدار از خطای اندیشه را توصیف می‌کند که می‌تواند انسان را به نتیجه‌گیری نادرست سوق دهد. با وجود اشتراک آشکار این دو حوزه در مطالعه خطاهای ذهن، ارتباط میان آن‌ها تاکنون کمتر مورد توجه قرار گرفته است. روان‌شناسان عمدتاً مغالطات منطقی را در حوزه آموزش تفکر انتقادی بررسی کرده‌اند و منطق‌دانان نیز کمتر کوشیده‌اند یافته‌های خود را با نظریه‌های شناختی تلفیق کنند. نتیجه آن است که دو ادبیات علمی موازی

شکل گرفته‌اند که هر دو درباره خطاهای اندیشه سخن می‌گویند، اما زبان، اهداف و نظام طبقه‌بندی متفاوتی دارند. بررسی پیشینه پژوهش نشان می‌دهد که تاکنون مطالعات متعددی به معرفی تحریف‌های شناختی یا تحلیل مغالطات منطقی پرداخته‌اند، اما پژوهشی که به‌طور نظام‌مند مجموعه مغالطات منطقی را به‌عنوان بخشی از منظومه خطاهای شناختی تحلیل کرده و بر اساس آن، طبقه‌بندی جامع‌تری از خطاهای شناختی ارائه دهد، بسیار اندک یا بدون انسجام نظری است. از این‌رو، میان ادبیات روان‌شناسی و ادبیات منطق، شکافی مفهومی وجود دارد که هنوز به‌صورت روشمند پر نشده است. با این همه علی‌اصغر خندان [۵] در کتاب «مغالطات» با طبقه‌بندی جدید به بیش از ۸۵ مغالطه منطقی اشاره کرده است. با بررسی آثار بک و برخی دیگر پژوهشگران [۶، ۲] نیز تعداد این خطاها را می‌توان به هفده مورد رساند. بر این اساس، مسئله اصلی پژوهش حاضر آن است که آیا طبقه‌بندی رایج تحریف‌های شناختی در روان‌شناسی، همه انواع خطاهای شناختی انسان را پوشش می‌دهد یا آنکه تحلیل نظام‌مند مغالطات منطقی نشان می‌دهد مجموعه گسترده‌تری از خطاهای شناختی وجود دارد که در طبقه‌بندی‌های رایج روان‌شناسی کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند؟ پژوهش حاضر می‌کوشد با تحلیل تطبیقی تحریف‌های شناختی و مغالطات منطقی، ضمن تبیین نسبت مفهومی این دو حوزه، الگویی تلفیقی برای طبقه‌بندی جامع‌تر خطاهای شناختی ارائه کند؛ الگویی که بتواند زمینه‌ساز گفت‌وگوی میان روان‌شناسی شناختی، منطق، فلسفه ذهن و علوم شناختی باشد.

روش پژوهش

پژوهش حاضر از نوع پژوهش نظری و با رویکرد تحلیل مفهومی - تطبیقی انجام شده است. در مرحله نخست، ادبیات روان‌شناسی درباره تحریف‌های شناختی، به‌ویژه آثار آرون بک، و سایر صاحب‌نظران درمان شناختی - رفتاری بررسی شد تا ویژگی‌ها و معیارهای تعریف تحریف شناختی استخراج شود. در مرحله دوم، مهم‌ترین مغالطات منطقی معرفی‌شده در منابع منطق، تحلیل مفهومی شد. در مرحله سوم، با مقایسه این دو نظام، تلاش شد تا با کمک مغالطات منطقی، بازتفسیری از الگوهای تحریف شناختی ارائه شود.

تحریف شناختی در روان‌شناسی جدید

۱. چپستی

خطا به طور عام و خطای در شناخت به طور خاص، از ویژگی‌های اجتناب‌ناپذیر انسانها به شمار میرود. برخلاف رویکردهای کلاسیک که ذهن را موجودی اساساً منطقی تلقی می‌کنند، پژوهش‌های چند دهه اخیر نشان می‌دهد که انسان در ادراک، حافظه، استدلال، داوری و تصمیم‌گیری به‌صورت نظام‌مند دچار خطا می‌شود. نه تنها این خطاها تصادفی نیستند، بلکه از الگوهای نسبتاً پایدار پیروی می‌کنند که ریشه در ساختار شناخت انسان دارند [۱۰، ۹]. بدین جهت، می‌توان «خطای شناختی» را چنین تعریف کرد: هرگونه انحراف نظام‌مند در پردازش صحیح اطلاعات که موجب تفسیر، استنتاج، قضاوت یا تصمیم‌گیری نادرست شود [۷]. اما در میان انواع خطاهای شناختی، «تحریف‌های شناختی» جایگاه ویژه‌ای در روان‌شناسی بالینی دارند. اگرچه در برخی متون این دو اصطلاح به جای یکدیگر به کار رفته‌اند، اما تحریف‌های شناختی در معنای دقیق‌تر، الگوهای نظام‌مند و ناکارآمد تفسیر واقعیت هستند که عمدتاً در بستر نظریه شناختی بک مطرح شده‌اند [۲]. در دیکشنری APA تحریف شناختی، تفکر، ادراک یا باور نادرست یا غیردقیقی است که فرایندی روان‌شناختی و طبیعی بوده و می‌تواند در همه افراد و با شدت و ضعف متفاوت، رخ دهد [۸]. بر اساس مدل شناختی، ما همواره در حال ارزشیابی، تفسیر یا ارزش گذاری اطلاعات حاصل محیط درونی و بیرونی هستیم. در شرایط هیجانی شدید یا در حالت‌های هیجانی بالینی مثل اختلالات اضطرابی یا افسردگی تحریف یا خطا در پردازش اطلاعات آشکارتر و برجسته‌تر شده و همچنین به دلیل فعال بودن ساختارهای معنا گذاری مرتبط با هر اختلال... این خطاها منظم و سوی مندانه میشوند. با توجه به آنچه گفته شد تعبیر و تفسیر دنیای اطراف و خود فرد، فرایندی عینی و دقیق و منطبق با واقعیت اطراف نبوده بلکه برعکس تحریف شده و توأم با خطا یا تحریف شناختی صورت می‌گیرد [۶]. شکل‌گیری منسجم مفهوم تحریف‌های شناختی در روان‌شناسی محصول تحول رویکردهای شناختی دهه ۱۹۵۰ و ۱۹۶۰ است که با آثار آلبرت الیس و سپس آرون بک به اوج رسیده و عمدتاً با نظریه شناختی بک شناخته می‌شود و یکی از

ارکان اصلی درمان شناختی-رفتاری (CBT) نیز به شمار می‌آید. بر پایه این نظریه، رویدادها مستقیماً موجب هیجان نمی‌شوند، بلکه برداشت فرد از رویدادها منشأ هیجان هستند. و در نتیجه اگر این برداشت تحریف شود، هیجان نیز تحریف شده و به دنبالش رفتارهای ناسازگار شکل می‌گیرد.

۲. ویژگی‌ها

الف. نظام پردازش اطلاعات می‌تواند در تمامی سطوح از جمله ادراک، توجه، حافظه و تعبیر و تفسیر دچار تحریف و سوی مندی شود [۶].

ب. پژوهشهایی که در حوزه آسیب شناسی شناختی انجام شده نشان داده‌اند که ادراک محرک‌های درونی و بیرونی، تابع شرایط هیجانی فرد است. برای مثال فرد افسرده نشانه‌های طرد و نادیده گرفته شدن را در محیط به راحتی ادراک می‌کند ولی نشانه‌های پذیرش و تایید از طرف فرد مقابل را نادیده می‌گیرد [۱۱].

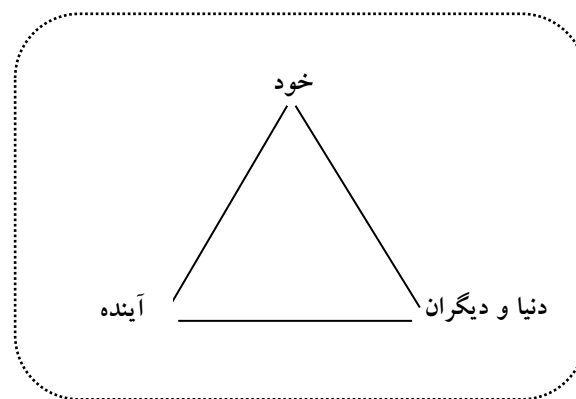
ج. شناختها، رفتار و هیجان را تعیین می‌کنند، ولی در عین حال رفتارهای معیوب و هیجان‌های منفی خود باعث تشدید شناخت‌های منفی تحریف شده و ناکارآمد می‌شوند [۲].

د. تحریف‌های شناختی می‌توانند در قالب الگوهای تکرارشونده در افکار و تفسیر رویدادها نمود پیدا کنند [۱۲].

۳. طبقه بندی

در ادبیات شناخت‌درمانی، تحریف‌های شناختی می‌توانند در سطوح مختلف پردازش شناختی، اعم از باورهای بنیادین، باورهای میانی و افکار خودکار، نمود پیدا کنند. اینها، سه سطح از شناخت انسان هستند که باورهای بنیادین، عمیق‌ترین سطح آنند. باورهای میانی دومین سطح از شناخت را تشکیل می‌دهند که بیشتر شخصی بوده و شامل فرضهای مشروط، بایدها و قواعد می‌شوند. افکار خودآیند نیز سطحی‌ترین لایه شناختند که آشکارترین و قابل دسترس‌ترین سطح شناختها را تشکیل می‌دهند [۶]. بک و همکاران سه گانه شناختی (مثلث شناختی) را معرفی نمودند که بر اساس آن، باورهای بنیادین افراد در نهایت به سه باور در مورد «خود»، «دنیا و دیگران» و «آینده» بازمی‌گردد. برخی از مثالهایی که در باورهای بنیادین

ناسازگارانه (تحریف شناختی) در حیطه خود دیده می‌شود عبارت است از «من ضعیفم»، «من ناتوانم»، «من دوست داشتنی نیستم»، «من خواستنی نیستم»، «من بدم»، «من مستحق یک رفتار خاص هستم»، «من در معرض خطریم». باورهای بنیادین ناسازگارانه در حیطه دنیا و دیگران می‌تواند شامل مواردی از این قبیل باشد: «خطر در هر گوشه ای در کمین است»، «باید از دیگران استفاده کرد»، «روزگار ناجوانمرد است»، «آدمها به من صدمه خواهند زد». باورهای بنیادین آسیب زنده ای که در مورد آینده وجود دارد، می‌تواند شامل مواردی از قبیل «همیشه بدبخت خواهم بود»، «هیچ وقت هیچ چیز بهتر نخواهد شد» باشد [۱۳و۱۴].



شکل شماره ۱: مثلث شناختی بک

با صرف نظر از این بحث، مهم‌ترین تحریف‌های شناختی مطرح در روان‌شناسی را به نقل از موتابی و کوین [۳و۶] می‌توان در موارد زیر برشمرد؛ تحریف‌هایی که وجه مشترک همه آنها، پردازش ناآگاهانه و غیراستدلالی اطلاعات است: (۱) ذهن خوانی^۱: در ذهن خوانی فرد فرض را بر این می‌گذارد که می‌داند فرد مقابل چه فکر می‌کند بی آن که شواهد کافی در مورد افکار وی داشته باشد. برای مثال فرد به خود می‌گوید: او فکر می‌کند من یک بازنده‌ام.

(۲) پیش‌گویی^۲: در این خطای شناختی فرد آینده را پیش بینی می‌کند. برای مثال وی پیش‌بینی می‌کند که اوضاع بدتر خواهد شد یا خطری در پیش است. برای مثال در امتحان قبول نخواهم شد یا این شغل را به

1 . mind reading
2 . fortune telling

دست نخواهم آورد.

(۳) فاجعه سازی^۳: فرد بر این باور است که آنچه که اتفاق افتاده یا اتفاق خواهد افتاد آن چنان دردناک و غیر قابل تحمل خواهد بود که وی نمی‌تواند آن را تحمل کند. برای مثال اگر در امتحان رد شوم، وحشتناک است. (۴) برجسب زدن^۴: فرد یک ویژگی منفی خیلی کلی را به خود و دیگران نسبت می‌دهد. برای مثال من دوست داشتنی نیستم یا او بی لیاقت است.

(۵) دست کم گرفتن جنبه‌های مثبت^۵: در این خطای شناختی فرد مدعی است که دستاوردهای مثبت وی یا دیگران ناچیز و جزئی هستند. برای مثال: «این وظیفه زن خانه است، بنابراین وقتی به من توجه می‌کند که شق القمر نکرده است.» «این موفقیتها که مهم نیستند خیلی آسان به دست آمدند».

(۶) فیلتر منفی^۶: فرد تقریباً منحصرأ بر جنبه‌های منفی متمرکز می‌شود و به ندرت به جنبه‌های مثبت توجه می‌کند. برای مثال اگر نگاهی بیاندازید متوجه می‌شوید چه تعداد آدمهایی هستند که مرا دوست ندارند.

(۷) تعمیم افراطی^۷: فرد صرفأ بر اساس یک رویداد خاص، یک الگوی کلی (فراگیر) منفی را استنباط می‌کند. برای مثال این اتفاق همیشه برای من پیش می‌آید، انگار من خیلی جاها شکست می‌خورم.

(۸) تفکر دو قطبی^۸: فرد دیگران یا اتفاقها را به صورت همه یا هیچ می‌بیند. برای مثال: همه مرا کنار گذاشته‌اند، یا «وقت تلف کردن بود».

(۹) بایدها^۹: رویدادها بر مبنای این که چطور باید می‌بودند تفسیر می‌شوند و نه بر مبنای این که واقعأ چطور هستند. برای مثال باید خوب عمل کنم و اگر خوب عمل نکنم یعنی شکست خورده‌ام.

(۱۰) شخصی سازی^{۱۰}: فرد به خاطر اتفاقات ناخوشایند منفی تقصیر زیادی را به صورت غیر منصفانه به خود نسبت می‌دهد و به این موضوع توجه نمی‌کند که

3 . catastrophizing .
4 . labeling
5 . minimizing positives
6 . negative filter
7 . overgeneralization
8 . dichotomous thinking
9 . shoulds
10 . personalization

مدرکی که نشان بدهد آدمها وی را دوست دارند را رد می‌کند. در نتیجه افکار فرد قابل رد کردن نیستند. برای مثال: موضوع واقعا این نیست مشکلات عمیق تر از این حرفها هستند، دلایل و عوامل دیگری در کارند. (۱۷) برخورد قضاوتی: فرد در این خطای شناختی، خودش، دیگران و اتفاقها را به جای این که صرفاً فقط توصیف کند بپذیرد یا درک کند، به صورت سیاه و سفید ارزیابی می‌کند. خودش و دیگران را بر مبنای معیارهای دلخواه و سلیقه ای قضاوت می‌کند و به این نتیجه می‌رسد که خودش یا دیگران کوتاهی کرده‌اند. به قضاوت دیگران یا به قضاوت سختگیرانه از خودش درباره‌ی خویش بهای زیادی می‌دهد. برای مثال «در دانشگاه خوب درس نخواندم» یا «اگر تنیس کار کنم خوب از آب در نمی‌آید» یا «ببین چقدر موفق است، من نیستم».

۴. نقد طبقه‌بندی

با نظر به آنچه گفته شد، دو نکته حائز اهمیت است: الف. با دقتی منطقی در مثلث شناختی بک، اقسام این مثلث باید به گونه‌ای دیگر بازطراحی شوند؛ زیرا تقسیم‌بندی یادشده از دو جهت با اشکال مواجه است. نخست آنکه این اقسام از حیث زمانی با یکدیگر تداخل دارند؛ به این معنا که تحریف‌های مربوط به باورهای بنیادین درباره «خود» لزوماً به زمان حال محدود نبوده و می‌توانند ناظر به گذشته یا آینده نیز باشند. به همین ترتیب، تحریف‌های مربوط به «دیگران» نیز می‌توانند معطوف به هر یک از سه ساحت زمانی گذشته، حال و آینده باشند. تحریف‌های معطوف به «دنیا» نیز از این قاعده مستثنا نیستند و نمی‌توان آنها را به زمان خاصی محدود کرد. دوم آنکه اساساً تجمیع «دنیا» و «دیگران» در یک ضلع، از توجیه منطقی کافی برخوردار نیست؛ زیرا «خود»، «دیگران» و «دنیا» سه موضوع متمایز برای باورها و ارزیابی‌های شناختی به شمار می‌روند و هر یک می‌توانند به صورت مستقل موضوع تحریف قرار گیرند. از این رو، مناسب‌تر است در تقسیمی جامع‌تر، تحریف‌ها را یا مرتبط با خویش‌دانش و یا غیر. و تحریف‌های مرتبط با غیر خویش‌دانش را یا درباره انسانهای دیگر دانش و یا سایر موجودات. هر کدام نیز می‌تواند در یکی از زمان‌های سه‌گانه، اتفاق افتد. شکل شماره ۲، شمایی از این تقسیم بندی است:

دیگران باعث اتفاقات خاص می‌شوند. برای مثال ازدواج به بن بست رسید، چون من شکست خوردم و از پشش بر نیامدم.

(۱۱) مقصر دانستن^۱: در این خطای شناختی فرد دیگری را را منبع اصلی احساسات منفی خود خود می‌داند و مسئولیت تغییر خود را نمی‌پذیرد. برای مثال تقصیر اوست که من الآن این گونه احساس می‌کنم یا تمام مشکلات من تقصیر والدینم است.

(۱۲) مقایسه های غیر منصفانه^۲: فرد اتفاقها را بر اساس استانداردهایی تفسیر می‌کند که واقع بینانه نیستند. به این ترتیب که به افرادی توجه می‌کند که بهتر از وی عمل می‌کنند و در نتیجه خود را در مقایسه با دیگران حقیر و پست می‌بیند. برای مثال: «او پدر مقایسه با من موفق تر است یا دیگران بهتر از من امتحان دادند».

(۱۳) همیشه پشیمان بودن: مشخصه این خطای شناختی تمرکز و اشتغال ذهنی با این که من می‌توانستم بهتر از اینها عمل کنم به جای توجه به این که من الآن چه کارهایی را می‌توانم بهتر انجام بدهم است. برای مثال اگر تلاش کرده بودم می‌توانستم شغل بهتری داشته باشم» یا «نباید این حرف را می‌زدم».

(۱۴) چه می‌شود اگر؟^۳: فرد یک سلسله سؤالات از خود می‌پرسد که همه به این صورت هستند که چه می‌شود اگر یا نکند که اتفاق خاصی بیافتد؟ و البته فرد هرگز از پاسخی که به خود می‌دهد راضی نیست. برای مثال درست ولی اگر مضطرب شوم چه؟» یا «اگر نتوانم درست نفس بکشم چه؟»

(۱۵) استدلال هیجانی^۴: فرد به خود اجازه می‌دهد که احساساتش تفسیر وی از واقعیت را هدایت کنند. برای مثال: احساس افسردگی می‌کنم و این یعنی ازدواج به بن بست خورده است یا دلم گواهی می‌دهد که قبول نمی‌شوم.

(۱۶) ناتوانی در عدم تأیید شواهد: فرد همه مدارک یا شواهد بر علیه افکار منفی خود را رد می‌کند. برای مثال وقتی این تفکر را دارد که دوست داشتنی نیستم، هر

1 . blaming
2 . unfair comparisons
3 . what if?
4 . emotional reasoning

تقسیم جامع‌تر تحریف‌ها				
زمان وقوع	تحریف‌های مرتبط با خود (درباره خویشتن)	تحریف‌های مرتبط با غیرخویشتن (درباره غیرخود)		
		درباره انسان‌های دیگر	درباره سایر موجودات	
گذشته (آنچه بوده)	تحریف‌های مربوط به گذشته خود (باورهای نادرست درباره تجربیات، تصمیمات و ویژگی‌های گذشته خود)	تحریف‌های مربوط به گذشته انسان‌های دیگر (باورها، برداشتها و اعمال، گفتار و ویژگی‌های گذشته آن‌ها)	تحریف‌های مربوط به گذشته سایر موجودات (باورهای نادرست درباره موجودات غیرانسانی در گذشته)	
حال (آنچه هست)	تحریف‌های مربوط به حال خود (برداشت‌های نادرست از وضعیت، احساسات، توانایی‌ها و انتخاب‌های کنونی خود)	تحریف‌های مربوط به حال انسان‌های دیگر (برداشت‌های نادرست از وضعیت، رفتار، قصد‌ها و احساسات کنونی آن‌ها)	تحریف‌های مربوط به حال سایر موجودات (برداشت‌های نادرست از وضعیت و رفتار (موجودات غیرانسانی در حال حاضر)	
آینده (آنچه خواهد بود)	تحریف‌های مربوط به آینده خود (پیش‌بینی‌های نادرست درباره اتفاقات، موفقیت‌ها، شکست‌ها و مسیر آینده خود)	تحریف‌های مربوط به آینده انسان‌های دیگر (پیش‌بینی‌های نادرست درباره تصمیمات، رفتارها و سرنوشت آینده آن‌ها)	تحریف‌های مربوط به آینده سایر موجودات (پیش‌بینی‌های نادرست درباره موجودات غیرانسانی در آینده)	

شکل شماره ۲: تقسیم جامع‌تر تحریف‌ها

تعداد قابل توجهی از مغالطات منطقی را می‌توان با یک شرط به‌عنوان الگوهای پایدار تحريفات شناختی بازتفسیر کرد و آن در صورتی است که این مغالطات مایه درونی کردن خطاهای شناختی و تعمیق آن در ناهشیار انسان شوند، حتی اگر همه آن‌ها لزوماً تحریف شناختی به معنای خاص یک تلقی نشوند.

مغالطه در منطق

۱. تعریف

یکی از مختصرترین تعاریف مغالطه عبارت از قیاسی مرکب است که از وهمیات یا مشبهات حاصل می‌شود [۱۴]. تعریف دیگر، آن را قیاس فاسدی می‌داند که منتج به نتیجه صحیح نبوده و فسادش یا از جهت ماده است یا صورت و یا هردو [۱۵]. در عام‌ترین تعریف، گاه مغالطه به چیزی در حد یک باور نادرست تلقی می‌شود [۱۹].

ب. مهم‌ترین محدودیت طبقه‌بندی رایج تحریف‌های شناختی آن است که ملاک طبقه‌بندی روشنی برایش ارائه نمی‌شود. برای مثال: چرا ذهن‌خوانی یک تحریف مستقل است؛ اما علت جعلی (یکی از مغالطات) تحریف محسوب نمی‌شود؟ چرا استدلال هیجانی وجود دارد ولی استناد به مرجع کاذب (یکی دیگر از مغالطات) در فهرست تحريفات شناختی دیده نمی‌شود؟ و...

در منابع روان‌شناسی پاسخ روشنی به این پرسش دیده نمی‌شود. اما به نظر می‌رسد دلیلش آن باشد که هدف یک، تدوین یک نظام جامع خطاهای شناختی نبوده، بلکه معرفی رایج‌ترین الگوهای مؤثر در درمان افسردگی و اضطراب و سایر اختلالات هیجانی از اهداف موردنظر او به‌شمار می‌آمده است. بنابراین نمی‌توان انتظار داشت که طبقه‌بندی وی جامع همه خطاهای شناختی باشد. لذا به نظر نگارنده،

۲. سیر تاریخی

اما به جهت تاریخی، تدوین منظم و علمی مباحث مربوط به مغالطات اولین بار توسط ارسطو صورت گرفت. مبحث مغالطات یکی از هشت رساله‌ای بود که ارسطو در علم منطق تدوین کرد. کتاب‌های منطقی دو بخشی (تصورات و تصدیقات)، بحث تصدیقات را در دو شاخه صوری و مادی مطرح می‌کنند. در شاخه صوری پس از بیان انواع قضیه و استدلال روشهای صحیح استنتاج از قضایای صادق مورد بررسی قرار می‌گیرند، اما در شاخه مادی انواع استدلال به پنج نوع تقسیم می‌شوند که هر یک را صنعت و مجموع آنها را صناعات خمس یعنی مهارت‌های پنجگانه می‌نامند که عبارت‌اند از برهان جدل خطابه شعر و مغالطه [۵]. در دوران معاصر نیز پژوهشگرانی مانند همبلین [۱۷]، والتون [۱۸] و... نظریه مغالطات را توسعه داده‌اند.

۳. طبقه بندی

در کتاب‌های منطق سنتی، بنابر طبقه بندی رایج، مغالطات ابتدا به دو قسم مغالطه در قیاس و مغالطه در امور خارج از قیاس تقسیم می‌شود. مراد از قسم دوم مواردی است هم چون شرمنده کردن مخاطب، ناسزا گفتن، مسخره کردن، و ... اما مغالطه در قیاس بر دو قسم لفظی و معنوی است که مغالطات لفظی یا بسیط هستند یا مرکب. مغالطات مرکب یا در نفس ترکیب است یا در ترکیب مفصل و یا در تفصیل مرکب و مغالطات بسیط یا در نفس ذات الفاظ است یا در هیأت و احوال الفاظ. اما مغالطات معنوی یا در یک قضیه رخ می‌دهد که شامل مغالطات ابهام انعکاس اخذ غیر ذاتی به جای ذاتی و سوء اعتبار حمل می‌باشد و یا در قضایای مرکبه که مشتمل است بر چهار مغالطه سوء تألیف، مصادره به مطلوب، غیر علت را علت شمردن و جمع چند مسئله در یک مسئله. به این ترتیب سیزده نوع مغالطه بیان شده به وسیله ارسطو تقریباً به شکل یک حصر عقلی فهرست می‌شود. در آثار منطق دانان اروپایی بیشتر مغالطات در تقسیم اولیه به دو بخش صوری و غیرصوری تقسیم می‌شوند. برخی برای مغالطات غیر صوری دو قسم ربطی و ابهامی ذکر می‌کنند و برخی برای آن پنج قسم ربطی، استنتاج ضعیف، فرض نادرست، ابهامی و ناشی از مشابهت‌های دستوری را بر می‌شمرند. در دایرة المعارف پل ادواردز برای مغالطات دو قسم اصلی قیاسی (صوری و غیر

صوری) و غیرقیاسی (استقرا، تمثیل و طبقه بندی) ذکر شده و در پایان دو قسم دیگر، یعنی مغالطات خطایی و فلسفی نیز افزوده شده است. تقسیم بندی دیگر انواع مغالطه را عبارت از سه نوع استدلال می‌داند: الف) استدلال دارای مقدمات نادرست، ب) استدلال دارای مقدمات درست اما بی ربط به نتیجه، ج) استدلال دارای مقدمات درست و مربوط اما غیر کافی برای اثبات نتیجه [۵]. اما آنچه در این پژوهش مورد نظر قرار گرفته، عدول از تقسیم مغالطات بر حسب علت مغالطات، به تقسیم برحسب محل ارتکاب مغالطات است؛ چراکه این شیوه بهتر می‌تواند تنوع گسترده مغالطات و لغزش‌های فکری را پوشش دهد. مغالطه‌ای که تعریف آن هر باور نادرستی را اعم از استدلال و قضیه ساده شامل می‌شود. این تقسیم بندی اقتباسی است از کتاب مغالطات اثر مادسن پیری که با تلاشهای دکتر علی اصغر خندان در کتاب مغالطات، در پنج دسته اصلی: تبیین‌های مغالطی، ادعای بدون استدلال، مغالطات مقام نقد، مغالطات مقام دفاع و مغالطات مقام استدلال قرار گرفته است [۵]. خلاصه‌ای از این مغالطات در هفت محور به شرح زیر است:

۱. تبیین‌های مغالطی:

این بخش شامل مغالطاتی است که خطا در مرحله تبیین، گزارش یا انتقال اطلاعات رخ می‌دهد و سه منشأ برای آنها ذکر می‌شود: ابهام، گزارش و خبر غیردقیق، و نقل نادرست. در میان نمونه‌های این حوزه می‌توان به مغالطات مربوط به ابهام واژگانی و ساختاری، عدم دقت برای گمراه‌سازی و خطا در نقل اشاره کرد.

۲. ادعای بدون استدلال:

در این دسته، فرد مدعایی را مطرح می‌کند ولی برای آن دلیل کافی ارائه نمی‌دهد و با ترفندهای مختلف، ادعا را مستدل جلوه می‌دهد. از موارد این بخش می‌توان به بستن راه استدلال، توسل به مرجع یا شخصیت، توسل به احساسات، تأکید یا تکرار ادعا و استفاده از امور ظاهراً بدیهی برای بی‌نیاز نشان دادن ادعا از دلیل اشاره کرد.

۳. مغالطات مقام نقد:

این دسته هنگامی رخ می‌دهد که شخص در مقام نقد دیدگاه یا استدلال دیگری، به جای پاسخ منطقی به آن، از شیوه‌های انحرافی استفاده کند. از مهم‌ترین موارد این بخش

مغالطات منطقی و بازتفسیر آن‌ها به مثابه الگوهای تحریف شناختی

در این بخش کوشش می‌شود تا با نظر به محورهای مغالطات و مهمترین انواع آن، چارچوبی جامع‌تر برای تحریف‌های شناختی ارائه شود. اساساً انتخاب مغالطات مورد بررسی بر اساس دو ملاک صورت می‌گیرد: الف، میزان ارتباط مستقیم مغالطه با فرایند پردازش، تفسیر و ارزیابی اطلاعات؛ ب، امکان صورت‌بندی روان‌شناختی آن به‌عنوان مدلی تکرارشونده در شناخت. بر این اساس، مغالطاتی انتخاب شدند که علاوه بر خطای در اندیشه، ظرفیت تبیین برخی الگوهای پایدار و ناکارآمد شناختی را نیز داشته باشند. پیشتر، تناظر تقریبی (از جهت کارکرد) میان تحریف‌های شناختی و مغالطات را می‌توان در قالب جدول زیر نمایان ساخت:

می‌داند، مسموم کردن چاه، تله‌گذاری، توسل به جهل، طلب برهان از مخالف، طرد شقوق، تکرار، فضل‌فروشی، کمیت‌گرایی، بیان عاطفی، توسل به احساسات، تهدید، تطمیع، جلب ترحم، آرزوآندیشی، عوام‌فریبی، توسل به مرجع کاذب، تجسم، پارازیت، حرف شما مبهم است، تکذیب، این که چیزی نیست، این که مغالطه است، انگیزه و انگیزه، توهین، منشأ، پهلوان پنبه، ارزیابی یک‌طرفه، رد دلیل به‌جای رد مدعا، مناقشه در مثال، تخصیص، بهانه، سؤال مرکب، نکته انحرافی، شوخی بی‌ربط، توسل به واژه‌های مبهم، توسل به معنای تحت‌اللفظی، تغییر تعریف، تغییر موضع، استثنای قابل چشم‌پوشی، خودت هم، تبعیض‌طلبی، رها نکردن پیش‌فرض، البته، اما، عدم تکرار حد وسط، وضع تالی، رفع مقدم، مقدمات منفی، مقدمات ناسازگار، افراد غیرموجود، ایهام انعکاس، سوء تألیف، سنت‌گرایی، عدم سابقه، تجددگرایی، سنت‌گریزی، برتری فقر، برتری ثروت، توسل به اکثریت، علت شماردن امر مقدم، علت شمردن امر مقارن، ترکیب، تقسیم، میانه‌روی، قماربازان، سنت‌گرایی، عدم سابقه، تجددگرایی، سنت‌گریزی، برتری فقر، برتری ثروت، توسل به اکثریت، علت شماردن امر مقدم، علت شمردن امر مقارن، ترکیب، تقسیم، میانه‌روی، قماربازان.

می‌توان به پارازیت، تکذیب، حرف شما مبهم است، انگیزه و انگیزه یا نیت‌خوانی، منشأ، توهین، پهلوان پنبه، بهانه، تخصیص، کامل نامی‌سر و خلط علت و دلیل اشاره کرد.

۴. مغالطات مقام دفاع:

در اینجا شخص در مقام دفاع از ادعای خود قرار دارد و برای حفظ موضع خویش از روش‌های مغالطی استفاده می‌کند. از جمله موارد این دسته عبارت‌اند از: نکته انحرافی، شوخی بی‌ربط، تغییر موضع، تغییر تعریف، استثنای قابل چشم‌پوشی، تبعیض‌طلبی و رها نکردن پیش‌فرض.

۵. مغالطات صوری:

در این دسته، خطا در ساختار منطقی استدلال رخ می‌دهد. بنابراین، حتی اگر محتوای مقدمات ظاهراً پذیرفتنی باشد، شکل استنتاج ممکن است اعتبار منطقی لازم را نداشته باشد.

۶. مغالطات ناشی از پیش‌فرض نادرست:

در این نوع مغالطه، استدلال بر مبنای یک پیش‌فرض نادرست یا اثبات‌نشده بنا می‌شود. در نتیجه، حتی اگر از آن پیش‌فرض نتیجه‌ای به‌صورت ظاهراً منظم استخراج شود، ضعف یا نادرستی پیش‌فرض، استدلال را با مشکل مواجه می‌کند.

۷. مغالطات ربطی:

در مغالطات ربطی، میان دلیل ارائه‌شده و نتیجه‌ای که از آن گرفته می‌شود، ارتباط منطقی کافی وجود ندارد. به عبارت دیگر، دلیل ممکن است از نظر موضوعی مرتبط به نظر برسد، اما برای اثبات نتیجه کفایت نکند. از این‌رو، مسئله اصلی در اینجا عدم ارتباط منطقی میان مقدمات و نتیجه است.^۱

۱. فهرست مغالطات این محورهای هفت گانه به قرار زیر است: اشتراک لفظ، ابهام ساختاری، ترکیب مفصل، تفصیل مرکب، واژه‌های مبهم، اهمال سور، سور کلی‌نما، تعریف دوری، کنه و وجه، علت جعلی، بزرگ‌نمایی، کوچک‌نمایی، متوسط، نمودارهای گمراه‌کننده، دروغ، توریه، نقل قول ناقص، تحریف، تفسیر نادرست، تأکید لفظی، بستن راه استدلال، هر بچه مدرسه‌ای

جدول ۱. تطبیق برخی تحریف‌های شناختی با مغالطات منطقی بر اساس شباهت کارکردی

وجه شباهت	مغالطه منطقی متناظر	تحریف شناختی	ردیف
نسبت دادن افکار، انگیزه یا نیت به دیگری بدون برخورداری از شواهد کافی	انگیزه و انگیزه	ذهن خوانی	۱
تشدید اهمیت، شدت یا پیامدهای یک رویداد فراتر از واقعیت و شواهد موجود	بزرگ‌نمایی	فاجعه‌سازی	۲
کاهش اهمیت و ارزش جنبه‌ها یا نتایج مثبت و کم‌اهمیت جلوه دادن آن‌ها	کوچک‌نمایی	دست‌کم گرفتن جنبه‌های مثبت	۳
تعمیم دادن نتیجه حاصل از یک یا چند مورد محدود به موارد گسترده‌تر، بدون کفایت شواهد	تعمیم شتاب‌زده	تعمیم افراطی	۴
استفاده از احساس یا هیجان به جای شواهد و دلایل مناسب برای تأیید یک باور یا نتیجه	توسل به احساسات	استدلال هیجانی	۵
نسبت دادن یک رویداد یا پیامد به شخص یا عاملی خاص، بدون وجود شواهد کافی برای رابطه علی	علت جعلی	مقصر دانستن	۶
جایگزین کردن ارزیابی شخص، منشأ یا ویژگی او به جای بررسی دقیق ادعا یا رفتار	توسل به منشأ / حمله شخصی	برچسب‌زنی	۷
فروکاستن موقعیت به چند گزینه محدود، معمولاً دو گزینه، و نادیده گرفتن حالت‌های میانی یا بدیل	طرد شقوق	تفکر دو قطبی	۸
ارزیابی واقعیت بر اساس یک معیار مطلوب یا پیش‌فرض‌شده، به جای توجه به وضعیت واقعی و شواهد موجود	پیش‌فرض نادرست / آرزوآندیشی	بایدها	۹

اما نسبت به توسعه تحریف‌های شناختی با نظر به مهمترین مغالطات پیش گفته، موارد زیر را می‌توان به دایره تحریفات اضافه نمود. از یاد نبریم که در صورتی این اقسام می‌توانند بنابر ادبیات روانشناسی جدید، تحریف به حساب آیند که کاربست‌شان مایه درونی کردن خطاهای شناختی و تعمیق در ناهشیار انسان شوند؛ به دیگر سخن؛ هرگاه این مغالطات به یک الگوی نسبتاً پایدار در شیوه فکر کردن فرد

تبدیل شود و او به‌طور تکرارشونده، اطلاعات را از همان مسیر خطاوار پردازش و تفسیر کند، آنگاه به سوی تحریف شناختی قدم برداشته است: توسل به مرجع کاذب، مصادره به مطلوب، علت جعلی، پهلوان‌پنبه، توسل به اکثریت، توسل به جهل، سؤال مرکب، تغییر موضع، وضع تالی و رفع مقدم، کنه و وجه. در جدول ۲ به تفصیل به این موارد اشاره شده است:

جدول ۲. مغالطات منطقی و امکان بازتفسیر آن‌ها به‌مثابه الگوهای تحریف شناختی

مثال روان‌شناختی	چگونگی تبدیل به الگوی تحریف شناختی	معنای مغالطه	مغالطه	ردیف
فردی که بارها از سوی یکی از نزدیکانش «بی‌عرضه» خطاب شده، این قضاوت را حقیقت قطعی تلقی می‌کند و هر شکست کوچکی را تأییدی بر ناتوانی خود می‌داند؛ این الگو می‌تواند به تداوم خودآرزیابی منفی و احساس ناکارآمدی کمک کند.	اگر فرد اعتبار اشخاص را به‌طور پایدار جایگزین ارزیابی شواهد کند، قضاوت او درباره خود و دیگران تحت تأثیر مرجع قرار می‌گیرد	پذیرش یک ادعا صرفاً به دلیل گفته‌شدن از سوی فردی که صلاحیت یا ارتباط کافی با موضوع ندارد.	توسل به مرجع کاذب	۱

ادامه جدول ۲. مغالطات منطقی و امکان بازتفسیر آن‌ها به مثابه الگوهای تحریف شناختی

ردیف	مغالطه	معنای مغالطه	چگونگی تبدیل به الگوی تحریف شناختی	مثال روان‌شناختی
۲	مصادره به مطلوب	نتیجه‌ای که باید اثبات شود، از ابتدا در مقدمات فرض گرفته می‌شود.	فرد باور اولیه خود را بدیهی فرض می‌کند و سپس هر تجربه را در چارچوب همان باور تفسیر می‌کند؛ در نتیجه باور تقریباً امکان اصلاح پیدا نمی‌کند	فردی که باور دارد «هیچ‌کس واقعاً مرا دوست ندارد»، دیر جواب دادن دوستش را نشانه بی‌علاقگی می‌داند و توضیح او را نیز صرفاً تلاشی برای آرام کردن خود تلقی می‌کند؛ در نتیجه باور اولیه هم نتیجه‌گیری و هم معیار تفسیر شواهد می‌شود.
۳	علت جعلی	برقرار کردن رابطه علی میان دو رویداد بدون وجود شواهد کافی	فرد به‌صورت پایدار میان رویدادها رابطه علی نادرست برقرار می‌کند و اتفاقات منفی را به علت‌های خاص و اغلب شخصی نسبت می‌دهد.	فرد پس از تعارض خانوادگی می‌گوید: «هر وقت درباره خواسته‌هایم حرف می‌زنم، رابطه خراب می‌شود؛ پس مشکل از خود من است». این اسناد علی نادرست می‌تواند به اجتناب از بیان نیازها و افزایش اضطراب بین‌فردی منجر شود
۴	پهلوان‌پنبه	تحریف دیدگاه طرف مقابل و سپس رد کردن نسخه تحریف‌شده آن	فرد به‌طور مکرر دیدگاه دیگران را افراطی، خصمانه یا ساده‌سازی‌شده تفسیر می‌کند و به جای موضع واقعی آنان با نسخه ذهنی خود مواجه می‌شود.	فردی که همکاری می‌گوید «در این بخش بهتر است کمی دقت بیشتری کنیم»، آن را به «او فکر می‌کند من کاملاً بی‌کفایتم» تبدیل می‌کند و نسبت به همکاری حالت دفاعی می‌گیرد؛ تکرار این الگو می‌تواند حساسیت به انتقاد و مشکلات بین‌فردی را تشدید کند.
۵	توسل به اکثریت	درست دانستن یک باور صرفاً به دلیل رایج یا پذیرفته بودن آن در میان دیگران	فرد ارزش و صحت باورهای خود را به تأیید اجتماعی وابسته می‌کند و نبود تأیید جمعی را نشانه نادرستی یا بی‌ارزشی خود می‌داند	فردی که درباره مراجعه به روان‌شناس دچار تردید است، می‌گوید: «بیشتر افراد خانواده و دوستانم معتقدند مشکلات روان‌شناختی را باید خودمان حل کنیم و نیازی به روان‌شناس نیست؛ پس مراجعه به روان‌شناس کار درستی نیست.
۶	توسل به جهل	از نبودن دلیل برای رد یک ادعا، درستی آن نتیجه گرفته می‌شود یا برعکس	فرد نبود شواهد مخالف را به‌عنوان شواهد موافق تفسیر می‌کند و عدم قطعیت را به یقین تبدیل می‌کند.	فرد می‌گوید: «هیچ مدرکی ندارم که دیگران از من خوششان نمی‌آید؛ اما هیچ مدرکی هم ندارم که واقعاً دوستم داشته باشند، پس احتمالاً مرا نمی‌پسندند. این الگو می‌تواند نگرانی و احساس طردشدگی را حفظ کند
۷	سؤال مرکب	چند ادعا یا پیش‌فرض در یک سؤال گنجانده می‌شود، به گونه‌ای که پاسخ دادن به سؤال مستلزم پذیرفتن آن پیش‌فرض‌هاست	فرد مسائل را از ابتدا در قالب پرسش‌هایی صورت‌بندی می‌کند که حاوی پیش‌فرض‌های منفی یا اثبات‌نشده‌اند؛ بنابراین پیش از بررسی واقعیت، نتیجه‌ای خاص در ذهن تثبیت می‌شود	فرد از خود می‌پرسد: «چرا من همیشه در روابط شکست می‌خورم؟» سؤال از ابتدا فرض کرده که او همیشه در روابط شکست می‌خورد؛ در نتیجه موارد موفق یا روابط سالم کمتر دیده می‌شوند.

ادامه جدول ۲. مغالطات منطقی و امکان بازتفسیر آن‌ها به مثابه الگوهای تحریف شناختی

ردیف	مغالطه	معنای مغالطه	چگونگی تبدیل به الگوی تحریف شناختی	مثال روان‌شناختی
۸	تغییر موضع	فرد در جریان استدلال موضع خود را تغییر می‌دهد اما تغییر را نمی‌پذیرد یا توجیه نمی‌کند.	اگر فرد برای حفظ یک باور یا تصویر خاص از خود شواهد جدید را هر بار با تغییر معیارهای قضاوت بازتفسیر کند، نظام ارزیابی او ثبات خود را از دست می‌دهد	فرد ابتدا می‌گوید «اگر دوستم به من پیام بدهد، یعنی برایش مهم هستم؛» وقتی پیام می‌دهد می‌گوید این پیام فقط از روی رودربایستی بود. تکرار این الگو می‌تواند احساس ناامنی و طردشدگی را حفظ کند
۹	وضع تالی و رفع مقدم	. در وضع تالی، از «اگر A، آنگاه B» و «B» نتیجه گرفته می‌شود که «A»؛ و در رفع مقدم، از «اگر A، آنگاه B» و «نه A» نتیجه گرفته می‌شود که «نه B». در هر دو، استنتاج معتبر نیست.	اگر فرد به‌طور مکرر روابط شرطی ساده و نامعتبر را مبنای تفسیر رویدادها قرار دهد، می‌تواند از نشانه‌های ناقص به نتایج قطعی برسد	فرد می‌گوید: «اگر من برای دیگران مهم باشم، حتماً به من سریع پاسخ می‌دهند الان پاسخ نداده‌اند؛ پس برایشان مهم نیست». این استنتاج می‌تواند نشانه‌های مبهم را به عنوان شواهد قطعی طردشدگی تفسیر کند
۱۰	کنه و وجه	این مغالطه زمانی رخ می‌دهد که فرد به دلیل وجود یک ویژگی، جنبه یا مصداق خاص در یک چیز، آن را با کل ماهیت و حقیقت آن چیز یکی می‌گیرد؛ یعنی یک جزء یا وجه را به جای کل در نظر می‌گیرد.	هنگامی که فرد یک ویژگی، جزء یا جنبه محدود از یک پدیده را با کل آن یکی می‌گیرد و بر اساس همان جزء درباره تمامیت آن قضاوت می‌کند، این الگو می‌تواند به تحریف پایدار در ارزیابی خود، دیگران یا موقعیت‌ها تبدیل شود.	فردی پس از ارتکاب یک اشتباه در محیط کار با خود می‌گوید: «من اشتباه کردم، پس آدم بی‌کفایتی هستم.» در اینجا یک وجه محدود از عملکرد فرد، یعنی «اشتباه کردن»، با کل شخصیت و توانمندی او یکی گرفته شده است. تکرار این الگو می‌تواند به خودارزیابی منفی و تثبیت باور ناکارآمد درباره خود منجر شود.

نشان داد که میان شماری از تحریف‌های شناختی و مغالطات منطقی، شباهت‌های قابل توجهی از حیث شیوه پردازش، تفسیر و ارزیابی اطلاعات وجود دارد. بر این اساس، برخی مغالطات منطقی را می‌توان، در صورت تکرار و تثبیت در نظام شناختی فرد، نه صرفاً خطاهایی موردی در استدلال، بلکه به عنوان الگوهای نسبتاً پایدار و ناکارآمد پردازش شناختی مورد توجه قرار داد. از این منظر، استفاده از ظرفیت مفهومی مغالطات منطقی می‌تواند به شناسایی و صورت‌بندی برخی الگوهای شناختی کمک کند که در طبقه‌بندی‌های رایج تحریف‌های شناختی کمتر مورد توجه قرار گرفته‌اند. در همین راستا، در پژوهش حاضر ده الگوی پیشنهادی بر اساس مغالطات منطقی، شامل توسل به مرجع کاذب، مصادره به مطلوب، علت جعلی، پهلوان‌پنبه، توسل

در پایان، اشاره به دو نکته ضروری است. نخست اینکه نگارنده کوشیده است با بهره‌گیری از مهم‌ترین مغالطات منطقی، گامی در جهت توسعه الگوهای تحریف شناختی بردارد؛ از این رو، این طبقه‌بندی را نمی‌توان نهایی و بسته تلقی کرد و چه‌بسا بتوان مغالطات دیگری را نیز در این زمینه شناسایی و به آن افزود. دوم اینکه هر یک از مثال‌های ارائه‌شده در جدول ۲ ممکن است از منظرهای دیگری نیز قابل تحلیل باشد و در برخی موارد، منشأ آن‌ها را بتوان به مغالطه یا تحریف شناختی دیگری نیز نسبت داد.

بحث و نتیجه‌گیری

پژوهش حاضر با هدف بازاندیشی در مفهوم و طبقه‌بندی تحریف‌های شناختی، با نظر به مغالطات منطقی، انجام شد. یافته‌های حاصل از تحلیل مفهومی و مقایسه‌ای

نظری قابل بررسی در پژوهش‌های بعدی تلقی کرد. از جمله محدودیت‌های پژوهش حاضر آن است که ماهیت آن مفهومی و تطبیقی بوده و الگوهای پیشنهادی بر اساس تحلیل مفهومی و مقایسه با مغالطات منطقی صورت‌بندی شده‌اند؛ از این‌رو، وجود تجربی، فراوانی، استقلال و ویژگی‌های روان‌شناختی هر یک از این الگوها در جمعیت‌های بالینی و غیربالینی به‌طور تجربی آزمون نشده است. همچنین، این پژوهش نمی‌تواند درباره رابطه تکوینی میان تحریف‌های موجود و تحریف‌های پیشنهادی، یا درباره اینکه کدام تحریف می‌تواند زمینه‌ساز شکل‌گیری تحریف دیگر باشد، دآوری قطعی ارائه کند. محدودیت دیگر آن است که چارچوب پیشنهادی موضوع و زمان، با وجود فراهم کردن امکان پوشش گسترده‌تر تحریف‌ها، هنوز نیازمند بررسی تجربی و ارزیابی از نظر کفایت و تمایزگذاری میان مقوله‌هاست. بر پایه این محدودیت‌ها، پیشنهاد می‌شود پژوهش‌های آینده ابتدا الگوهای پیشنهادی را از طریق مطالعات کیفی و سپس ابزارهای سنجش روان‌شناختی، از نظر وجود و ویژگی‌های آنها بررسی و اعتبارسنجی کنند. همچنین می‌توان با استفاده از پژوهش‌های طولی، بررسی کرد که آیا برخی تحریف‌های شناختی واقعاً در امتداد و تداوم تحریف‌های پیشین شکل می‌گیرند و آیا می‌توان برای آنها توالی یا الگوی تکوینی مشخصی شناسایی کرد. در مجموع، پژوهش حاضر نشان می‌دهد که مطالعه تحریف‌های شناختی از منظر مغالطات منطقی می‌تواند افق تحلیلی گسترده‌تری برای شناسایی و صورت‌بندی برخی الگوهای ناکارآمد شناختی فراهم آورد. بر این اساس، شماری از مغالطات منطقی، در صورت تکرار و تثبیت در نظام شناختی فرد، قابلیت آن را دارند که فراتر از خطاهای موردی استدلال و به‌عنوان الگوهای نسبتاً پایدار پردازش و تفسیر اطلاعات مورد مطالعه قرار گیرند. همچنین، تفکیک «موضوع» از «جهت زمانی» می‌تواند چارچوبی جامع‌تر برای تحلیل دامنه تحریف‌ها فراهم کند، بدون آنکه ادعای ارائه یک طبقه‌بندی نهایی و جامع داشته باشد. بنابراین، دستاورد اصلی پژوهش حاضر نه ارائه فهرستی قطعی از تحریف‌های شناختی، بلکه گشودن مسیری برای بازاندیشی در مرز میان خطاهای منطقی و تحریف‌های شناختی و فراهم کردن زمینه‌ای برای بررسی تجربی و بالینی این رابطه است.

به اکثریت، توسل به جهل، سؤال مرکب، تغییر موضع، وضع تالی و رفع مقدم و کنه و وجه، مورد بررسی قرار گرفتند. مقصود از طرح این موارد، افزودن شتاب‌زده چند عنوان جدید به فهرست تحریف‌های شناختی نیست؛ بلکه نشان دادن این امکان است که برخی الگوهای مغالطه‌آمیز، هنگامی که به‌صورت تکرار شونده و تثبیت‌شده در فرایند شناختی فرد ظاهر می‌شوند، قابلیت بررسی به‌عنوان تحریف‌های شناختی را پیدا می‌کنند. بنابراین، میان «مغالطه به‌عنوان خطای استدلالی» و «تحریف شناختی به‌عنوان الگوی نسبتاً پایدار پردازش اطلاعات» تمایز وجود دارد و تبدیل یکی به دیگری نیازمند احراز تکرار، تثبیت و نقش آن در نظام شناختی فرد است. از سوی دیگر، بررسی ساختار طبقه‌بندی تحریف‌ها نشان داد که تقسیم‌بندی سه‌گانه بر اساس «خود»، «دیگران و جهان» و «آینده» می‌تواند از حیث منطقی با هم‌پوشانی مواجه شود؛ زیرا «آینده» از جنس موضوعی متفاوت با «خود» و «دیگران» نیست و تحریف مربوط به خود یا دیگران نیز می‌تواند ناظر به گذشته، حال یا آینده باشد. بر این اساس، در پژوهش حاضر، «موضوع» و «جهت زمانی» به‌عنوان دو محور تحلیلی از یکدیگر تفکیک شدند. این صورت‌بندی امکان می‌دهد تحریف‌ها بر اساس موضوع شناخت، از جمله خود، دیگران و سایر موجودات یا جهان، و نیز بر اساس جهت زمانی، شامل گذشته، حال و آینده، مورد تحلیل قرار گیرند. مقصود از این صورت‌بندی، ارائه یک طبقه‌بندی نهایی، جامع و مانع نیست، بلکه پیشنهاد چارچوبی جامع‌تر برای تحلیل و پوشش دادن صورت‌های مختلف تحریف‌های شناختی است. از این‌رو، یک تحریف ممکن است با توجه به محتوای شناخت و جهت زمانی آن، در بیش از یک خانه از این چارچوب قابل صورت‌بندی باشد. از منظر دیگر، می‌توان میان تحریف‌های شناختی موجود و الگوهای پیشنهادی جدید، علاوه بر رابطه شباهت کارکردی، احتمال یک رابطه تکوینی را نیز مطرح کرد. به این معنا که برخی تحریف‌ها ممکن است در فرایند تکرار و تثبیت، زمینه را برای شکل‌گیری یا تقویت الگوهای پیچیده‌تر فراهم کنند. با این حال، پژوهش حاضر به دلیل ماهیت مفهومی و تطبیقی خود، درصدد اثبات روابط علی یا توالی تحولی میان تحریف‌ها نیست. بنابراین، رابطه تکوینی میان تحریف‌های موجود و تحریف‌های پیشنهادی را باید در حد یک امکان

ملاحظات اخلاقی

اصول اخلاقی

با توجه به اینکه پژوهش حاضر از نوع مطالعات نظری و کتابخانه‌ای است و هیچ گونه مداخله انسانی، جمع‌آوری داده از نمونه‌های زنده یا آزمایش بالینی در آن انجام نشده است، رعایت اصول اخلاقی در این پژوهش عمدتاً ناظر به جنبه‌های زیر بوده است:

حامی مالی

این پژوهش به صورت مستقل انجام شده است و هیچ نهاد، سازمان یا مؤسسه‌ای اعم از دولتی، خصوصی، دانشگاهی یا صنفی، حمایت مالی، معنوی از آن به عهده نداشته است. همچنین، هیچ گونه تضاد منافع مالی یا غیرمالی مرتبط با نتایج پژوهش وجود ندارد.

منابع

- 1- Berthet V. The measurement of individual differences in cognitive biases: a review and improvement. *Front Psychol.* 2021;12:630177. doi:[10.3389/fpsyg.2021.630177](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.630177).
- 2- Beck AT. *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: International Universities Press; 1976.
- 3- Covin R, Dozois DJA, Ogniewicz A, Seeds PM. Measuring cognitive errors: initial development of the Cognitive Distortions Scale (CDS). *Int J Cogn Ther.* 2011;4(3):297-322. doi:[10.1521/ijct.2011.4.3.297](https://doi.org/10.1521/ijct.2011.4.3.297).
- 4- De Oliveira IR, Seixas C, Osório FL, Crippa JAS, de Abreu JN, Menezes IG, Pidgeon A, Sudak D, Wenzel A. Evaluation of the psychometric properties of the Cognitive Distortions Questionnaire (CD-Quest) in a sample of undergraduate students. *Innov Clin Neurosci.* 2015;12(7-8):20-27.
- 5- Khandan AA. *Moghalat. Qom: Entesharat-e Bostan-e Ketab*; 1380. [in Persian]
- 6- Motabi F, Fathi L. *Rah o Rasm-e Darmangari dar Nazariye-ye Shenakhti Raftari*. 13th ed. Tehran: Nashr-e Danjeh; 1402. [in Persian]
- 7- Anderson JR. *Cognitive psychology and its implications*. 9th ed. New York: Worth Publishers; 2020.
- 8- American Psychological Association. *APA dictionary of psychology*. 2nd ed. Washington, DC: American Psychological Association; 2015.
- 9- Kahneman D. *Thinking, fast and slow*. New York: Farrar, Straus and Giroux; 2011.
- 10- Goldstein EB. *Cognitive psychology: connecting mind, research, and everyday experience*. 5th ed. Boston: Cengage Learning; 2022.
- 11- Clark DA, Beck AT, Alford BA. *Scientific foundations of cognitive theory and therapy of depression*. New York: John Wiley & Sons; 1999.
- 12- Beck AT, Rush AJ, Shaw BF, Emery G. *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford Press; 1979.
- 13- Beck AT, Freeman A, Davis DD, Associates. *Cognitive therapy of personality disorders*. 2nd ed. New York: Guilford Press; 2004.
- 14- Saliba J. *Farhang-e Falsafi*. Translated by Manouchehr Saneyi Dareh-Bidi. 4th ed. Tehran: Hekmat; 1393. [in Persian]
- 15- Tusi N. *Asas al-Eqtebas*. Edited by Modarres Razavi. Tehran: Entesharat-e Daneshgah-e Tehran; 1361. [in Arabic]
- 16- Mozafar M. *Al-Manteq*. Qom: Dar al-Elm; 1374. [in Arabic]
- 17- Hamblin CL. *Fallacies*. London: Methuen; 1970.

- 18-Walton D. Informal logic: a pragmatic approach. 2nd ed. Cambridge: Cambridge University Press; 2008.
- 19-Mackie JL. Fallacies. In: Edwards P, editor. The encyclopedia of philosophy. Vol. 3. New York: Macmillan; 1967. p.169-179.
- 20-Özdel K, Taymur I, Guriz SO, Tulaci RG, Kuru E, Turkcapar MH. Measuring cognitive errors using the Cognitive Distortions Scale (CDS): psychometric properties in clinical and non-clinical samples. PLoS One. 2014;9(8):e105956. doi:[10.1371/journal.pone.0105956](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0105956).