

زخم زبان

یا

آزار کلامی

چطور آن را تشخیص دهیم؟ و چطور با آن برخورد کنیم؟

نویسنده

پاتریشیا الونز

مترجم

مرجان فرجی

ویراستاری: گروه علمی رشد



انتشارات رشد

تهران - ۱۳۹۱

ایونز، پاتریشیا ماری (Evans, Patricia Marie)، ۱۹۴۴ - م.
زخم زبان یا آزار کلامی: چطور آن را تشخیص دهیم؟ و چطور با آن برخورد کنیم؟ / ترجمه پاتریشیا ایونز؛
مترجم مرجان فرجی؛ ویراستاری گروه علمی رشد. مشخصات نشر: تهران: انتشارات رشد، ۱۳۹۱.
مشخصات ظاهری: ۲۴۰ ص. شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۸۰۲-۸۹-۰ وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
یادداشت: عنوان اصلی: relationship: how to recognize it The verbally abusive and how to
respond, 2nd ed., 1996.

یادداشت: کتابنامه. موضوع: دفاع کلامی از خود. موضوع: اختلاف بین اشخاص
موضوع: ارتباط بین اشخاص. شناسه افزوده: فرجی، مرجان. مترجم. شناسه افزوده: انتشارات رشد
رده‌بندی کنگره: BF۶۳۷.۵۱ الف ۱۳۹۱۸ رده‌بندی دیویی: ۵۳۱/۶ شماره کتابشناسی ملی: ۲۸۷۱۶۸۱

زخم زبان یا آزار کلامی

چطور آن را تشخیص دهیم؟ و چطور با آن برخورد کنیم؟

نویسنده: پاتریشیا لیونز

ترجمه‌ی: مرجان فرجی

ویراستاری: گروه علمی رشد

نوبت چاپ: اول، زمستان ۱۳۹۱ - شمارگان: ۲۰۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: آراین



انتشارات رشد

مرکز نشر و پخش کتب‌های روان‌شناسی و تربیتی

ساختمان مرکزی: خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، خیابان شهدای ژاندارمری، شماره ۴۱ - تلفن: ۶۶۴۰۴۴۰۶

فروشگاه: خیابان انقلاب، روبروی در اصلی دانشگاه تهران، شماره ۱۲۳۲ - تلفن: ۶۶۴۹۸۳۸۶ - دورنگار: ۶۶۴۹۷۱۸۱

تهران - ۱۳۹۱

قیمت: ۸۸۰۰ تومان

فهرست مطالب

پیشگفتار مترجم.....	۹
پیشگفتار نویسنده.....	۱۱
پیش درآمد.....	۱۵
مقدمه.....	۱۷
یک پیام احتیاطی بسیار مهم.....	۱۹
بخش یک.....	۲۱
فصل اول: تجربه‌های خود را ارزیابی کنید.....	۲۳
فصل دوم: دو نوع قدرت: دورنمای وسیع.....	۲۹
فصل سوم: قدرت شخصی: نگاهی به واقعیت دو.....	۳۷
فصل چهارم: فرد آزارگر و رابطه‌آزارنده، نگاهی به واقعیت یک.....	۴۱
نابرابری در برابر برابری.....	۴۵
رقابت در برابر مشارکت.....	۴۸
فریبکاری در برابر همیاری.....	۴۹
خصومت در برابر حسن نیت.....	۴۹
کنترل در برابر صمیمیت.....	۵۰
ضدیت در برابر تأیید.....	۵۱

فصل شانزدهم: نکاتی درباره درمان و یادآوری نکاتی برای درمان گر.....	۱۹۱
حمایت درمانی.....	۱۹۱
درمان.....	۱۹۲
تأثیرات پدرسالاری.....	۱۹۴
تشخیص و نام گذاری «مشکل».....	۱۹۶
مصاحبه درمانی.....	۱۹۹
انکار.....	۲۰۲
یک برخورد غیردرمانی.....	۲۰۳
یافتن درمان گر.....	۲۰۵
فصل هفدهم: کودکان و آزار کلامی.....	۲۰۷
تشویق احساس خودارزشمندی در کودک.....	۲۰۸
بالا بردن اعتماد به نفس.....	۲۰۸
ابراز تحسین و قدردانی.....	۲۰۹
بیان محدودیت ها.....	۲۰۹
دادن حق انتخاب.....	۲۰۹
وقتی کودکان حرف زور می شنوند.....	۲۱۰
وقتی کودک دیگران را مورد آزار کلامی قرار می دهد.....	۲۱۲
وقتی پدر و مادر از هم جدا می شوند.....	۲۱۲
عدم دیدار مجدد پس از طلاق.....	۲۱۵
زاغ سیاه چوب زدن از طریق فرزند.....	۲۱۵
وقتی پدر و مادر تان جدا از یکدیگر زندگی می کنند.....	۲۱۷
فصل هجدهم: سؤال هایی که مردم به گرات می پرسند.....	۲۱۹
کتابنامه.....	۲۲۵
کتاب های پیشنهادی برای مطالعه تکمیلی در این زمینه.....	۲۲۷
بررسی.....	۲۳۱
مشخصه های کلی.....	۲۳۲
فهرست موضوعی.....	۲۳۵

پیشگفتار مترجم

مقوله زخم زبان یا آزار کلامی چیزی نیست که با آن نا آشنا باشید. کافی است در مناسبات اجتماعی خود تأمل کنید تا دست کم نمونه‌ای از آن را در روابط خود با همجنسان و غیر همجنسان، آشنایان، غریبه‌ها، خویشاوندان، همکاران، زیر دست‌ها، بالادست‌ها، دوستان، دشمنان، عابران پیاده و سواره و... افراد حاضر در محیط‌های آموزشی، تفریحی، کاری و هنری ببینید.

اما نویسنده این کتاب، خانم پاتریشیا ایونز، از بین همه روابط انسانی، مهم‌ترین آن‌ها، یعنی روابط آزارگرانه شوهر با زن را در حکم نمونه انتخاب کرده تا تأثیرات مخرب شناسایی مغزی را بر واحد اجتماع، یعنی خانواده، بر ملا کند. وی پس از بحث درباره نشانه‌شناسی، علت‌شناسی و آسیب‌شناسی این معضل، راه‌حل‌های مناسبی پیشنهاد کرده است.

وقتی به دنبال علت آزار کلامی می‌گردیم، در نهایت به عجز و زبونی فرد آزارگر پی می‌بریم. بنابراین، می‌توانید حدس بزنید که در جوامعی که مردم آن ضعف و زبونی بیشتری احساس می‌کنند، طبعاً این پدیده به شکل شدیدتری رخ می‌نماید. اما نسبت دادن این احساس عجز به عقده‌های روانی دوران کودکی و تربیت نامناسب در آن دوران فقط فرع قضیه است. اصل قضیه،

پیوند ایمان با مقوله آزارگری است، تا آنجا که بنا به تعریف، مؤمن به فردی می‌گویند که دیگران از دست و زبان او آسوده باشند. بنابراین احساس عجز ناشی از کمبود ایمان است و اگر یکایک افراد به تقویت ایمان خود پردازند، طبعاً نیازی نیست که برای مخفی ساختن احساس درماندگی و ناامنی درونی خویش یکدیگر را آزار دهند.

امیدوارم که ما رانندگان از بهشت، با پرهیز از آزارگری و آزارپذیری، دیگر بار به بهشتی که با دست خویش از آن بیرون شدیم، بازگردیم.

مرجان فرجی

www.ketab.ir

بیش‌فشار نویسنده

در سال ۱۹۹۲ که این کتاب منتشر شد، این نخستین کتابی بود که در آن روابط کلامی گزنده افراد بزرگسال تعریف و تشریح شده بود. در آن زمان هرگز تصور نمی‌کردم مورد استقبال بی‌نظیر هزاران نفر از مردم قرار گیرد. بابت همه همفکری‌ها و کمک‌ها بسیار بسیار سپاسگزارم و باید اقرار کنم که به دانستن دیدگاه‌ها و تجربه‌های زنان و مردانی که به من مراجعه می‌کنند، علاقه‌مندم و همواره به آن‌ها اهمیت می‌دهم.

علاوه بر مطالب همتای این کتاب، یعنی *افشاگری‌های نجات‌یافتگان آزار کلامی*^۱، که بسط همین موضوع به انضمام پاسخ به پرسش‌های بسیاری در این زمینه است، مقولات دیگری نیز وجود دارد که احساس می‌کنم اشاره به آن‌ها لازم است و خوشوقتم که در ویرایش جدید کتاب حاضر مجال آوردن این مطالب را یافته‌ام.

تقریباً همه کسانی که به من نامه می‌نویسند (بیش از ۹۸٪) زن هستند، اما برخی مردان هم پا پیش گذاشته‌اند. این عده طرفدار تغییرند. من آن‌ها را پذیرای آموختن تجربه زنان می‌بینم.

این عده از قرار معلوم می‌دانند افراد ستم دیده - کسانی که از درد این نوع خیانت رنج برده‌اند - از همه نظر شایسته‌ترین کسانی هستند که می‌توانند مشیت این نوع ستم را باز کنند و بهتر از همه قادرند دیگران را از تأثیرات آن آگاه سازند.

اگرچه قسمت اعظم روابط کلامی زشت به خشونت مبدل نمی‌شود، به هر حال تعداد زیادی از آن‌ها چنین است. بدرفتاری کلامی، نخستین گام در برخورد خشونت‌آمیز و از ملازمان همیشگی کتک‌کاری است. هیچ شکی در این باره وجود ندارد. برای مثال، وقتی مرد با زن کنار نمی‌آید، امکان ندارد پیش از ناسزاگویی، تحقیر و دریغ‌کردن احساسش از او، یکراست او را به باد کتک بگیرد. شناخت محرک پنهان در این روابط و ارائه راه حل درمانی به فرد بدزبان، نخستین قدم به سوی کاهش خشونت در دنیا است.

این حقیقتی است که مردان کمتر از زنان به افشای تجربه‌های خود رغبت‌نشان می‌دهند، اما به نظر می‌رسد که بدرفتاری کلامی - مثل کتک‌کاری - مقوله‌ای وابسته به جنس در روابط زوج‌های بالغ است.

این اختلافات جنسی در طول قرن‌های متمادی به شیوه‌های گوناگونی افزایش یافته است. از عوامل مؤثر و بسیار فراگیر در این اختلاف آن است که مردان، در مقایسه با زنان، به‌روش‌های گوناگون به سمت این عقیده سوق داده شده‌اند که رفتار پذیرفتنی در رابطه دو فرد بزرگسال غلبه یکی بر دیگری است. «حق» تفوق بر دیگری از مخرب‌ترین مفروضات است. به طور حتم، چنین پیش‌فرضی باعث رشد آزار کلامی و جسمانی بوده است.

از طرف دیگر، در پیام‌های فرهنگی، زنان به‌ندرت به سلطه بر مردان خود دعوت شده‌اند. در هر دو حال، مجازبودن سلطه‌گری، نگرشی نامعقول و بی‌معنایست از مردم انتظار می‌رود مسئولیت کارهای خود را بپذیرند (خودمسئولیت‌پذیری) و از کودکی تا بزرگسالی توانایی خودگردانی و خودرهبری را در خویش تقویت کنند و به عبارتی، به خود وفادار باشند و زیر انقیاد و سلطه دیگری نروند.

این نگرش‌ها در حال دگرگونی است، و این به دلیل تلاش‌های مردان و زنانی است که درک می‌کنند بدرفتاری کلامی نه تنها باعث آزار شریک زندگی می‌شود، بلکه به خانواده و در نتیجه، کل اجتماع صدمه می‌زند.

شواهد حاکی از آن است که فرهنگ ما هر روز بیش از پیش در برابر آزار کلامی نابردبارتر می‌شود. تا همین یک نسل پیش، ایجاد مزاحمت و کتک‌زدن همسر قابل پیگرد قانونی نبود. چرا؟ چون این اعمال توهین به زنان محسوب می‌شد.

هر گاه می‌بینم که برخی‌ها حتی درس مظلومیت و ستم‌دیدی به مردم می‌دهند - که در رابطه دو فرد بزرگسال یکی باید از دیگری اطاعت کند - جا می‌خورم. جهل و بی‌خبری بر اذهان بسیاری از مردم حاکم است؛ مردمی که بی‌اعتنا به کرده خود دائماً به آزارگری ادامه می‌دهند. البته ما هر یک مشکل را از دید متفاوتی می‌بینیم و به آن نام متفاوتی می‌دهیم. یکی از این نام‌ها مردسالاری است.

علاوه بر بیان این افکار، سه فصل جدید در ویراست جدید به این کتاب اضافه کرده‌ام، که فکر می‌کنم سودمند واقع شود.

در فصل «درباره درمان و نکاتی برای درمان‌گر» به بحث درباره نحوه درمان و مردسالاری پرداخته‌ایم. این فصل به منظور حمایت از درمان‌گران و همه خوانندگانی طراحی شده، که با مقولات آزار کلامی سروکار دارند.

فصل «کودکان و آزار کلامی» به نگرانی‌های والدین نیمه‌وقتی اختصاص یافته که زندگی و فعالیت‌هایشان را جدا از همسر سابق خود ادامه می‌دهند و در عین حال می‌خواهند فرزند (یا فرزندان) خود را در محیطی تربیتی بار بیاورند.

در فصل آخر، یعنی «پرسش‌هایی که مردم به نرات مطرح می‌سازند»، به پرسش‌هایی پاسخ داده‌ایم که عملاً در کتاب افشاگری‌های نجات‌یافتگان آزار کلامی به آن‌ها اشاره‌ای نشده است. من دنیا را پُر از عشق و صفا می‌بینم و معتقدم که بیشتر رنجی که در این دنیا متحمل می‌شویم، تنها برای یادآوری این نکته است که اشتباهی در کار است. وقت آن رسیده که ببینیم اشتباه در کجاست، امیدوارم ویرایش جدید این کتاب برایتان مفید باشد.

www.ketab.ir

پیش درآمد

معتقدم که در میانه راه یک تحول - یعنی، تحولی در خودآگاهی - به سر می‌بریم. این تحول با بالابردن ارزشی که برای فرد فرد انسان‌ها قائلیم و علاقه روزافزون ما به توان و استعداد انسان آشکار می‌شود.

به همان اندازه که به حقوق خویش پی می‌بریم، احترام بیشتری برای زندگی و منزلت انسان قائل می‌شویم و ساختارهای قدرت و باورهای پوسیده گذشته، در پرتو خودآگاهی امروز ما از هم می‌پاشد. ما دیگر نمی‌توانیم مفاهیمی مانند بردگی، بیگاری کشیدن از کودکان و بدرفتاری با آن‌ها یا کتک زدن زنان را بپذیریم. ما به لحاظ اعتقادی در حال گذر از سلطه جویی به قدرت شخصی (همیاری و هم‌آفرینی)^۱ هستیم.

عبور از این گذرگاه طولانی و طاقت فرسا است و با توجه به گرفتاری‌ها و مشکلاتی که هنوز هم با آن‌ها دست به گریبانیم، به نظر می‌رسد که پیشرفتی بسیار جزئی خواهیم داشت. هنگام عبور از این آستانه، اعمال قدرت و زورگویی را کنار می‌گذاریم و نسبت به قدرت شخصی خویش آگاهی

هوشمندانه‌ای پیدا می‌کنیم. نمونه‌ای از این عبور «آزادی اخیر مردم روسیه» است، که نقطه عطفی در تاریخ دنیا به شمار می‌رود.

ما از نظام‌های سرکوب‌گر سیاسی و اقتصادی، که با کمک نیروی فیزیکی حفظ می‌شود، آگاهیم، اما کمتر به سرکوب‌گری روانی توجه می‌کنیم. این سرکوب‌گری از طریق آزار کلامی و زورگویی حفظ و حراست می‌شود. از این رو، معتقدم به همان نسبت که در سطوح و عرصه‌های متعدد به قصد پیشبرد آرمان آزادی فیزیکی خود قدم بر می‌داریم، باید برای شناخت و رهایی روح خود از این مشکل مودی و در عین حال بسیار فراگیر، یعنی «کنترل» اقدام کنیم. نظام‌های سرکوب‌گر تا وقتی دوام می‌یابند، که ناشناخته باقی بمانند.

این کتاب برای همه نوشته شده، اما همه نمونه‌ها، تجربه‌ها و داستان‌های آن را زنان برایم نقل کرده‌اند. در نتیجه - و انشاءالله بدون پیشداوری - هدف من بیان تجربه آشفتگی و رنج زنان از آزار کلامی است. من برای حفظ اسرار زنانی که تجربه‌های خود را با من در میان گذاشته‌اند، اسامی و مشخصات این عده را تغییر داده‌ام. زنانی که به شرح حال آن‌ها پرداخته‌ام، آمیزه‌ای ساختگی از این مواردند که یا فعلاً یا قبلاً همسر فردی بدزبان و سوءاستفاده‌گر از نظر کلامی بوده‌اند.

آزار کلامی نوعی کتک‌کاری است، که در مقایسه با کبودشدگی‌های ناشی از ضربه‌های فیزیکی هیچ مدرکی به جا نمی‌گذارد، اما احتمالاً به همان اندازه دردناک است و بهبود آن نیز مدت بیشتری به طول می‌انجامد^۱. قربانی این رفتار سوء در محیطی زندگی می‌کند که به تدریج گیج‌کننده‌تر و ضد و نقیض‌تر می‌شود. در انظار عمومی، چهره این شکل از بدرفتاری از چهره‌ای که در خلوت نشان می‌دهد، متفاوت است. تحقیرها و دست‌کم‌گرفتن‌های زیرکانه یا شلیک‌های خشم، محل نگذاشتن‌ها، قُمپز در کردن‌ها، چشم و هم‌چشمی‌ها، گوشه و کنایه‌های مسخره یا

۱. ضرب المثل «زخم شمشیر خوب می‌شود، زخم زبان خوب نمی‌شود» گویای همین واقعیت است - م.

بی‌اعتنائی‌های عمدی و خاموش، تحت فشار گذاشتن‌های فریبکارانه یا تقاضاهای بی‌دلیل و غیرمعقول اتفاقاتی شایع‌اند. به هر حال، این‌ها همه در لفافه‌ای از نگرش «چرا از کاه، کوه می‌سازی؟»... و سایر شکل‌های بسیار متنوع دیگر آن پیچیده می‌شود. اغلب هیچ شاهد دیگری هم نیست که حرف زنی را که مورد آزار کلامی قرار گرفته تأیید یا تجربه او را درک کند. دوستان و اقوام ممکن است شخص بدرفتار را به واقع آدم نازنین و خوبی بدانند و به طور حتم او نیز خود را این‌طور می‌بیند.

اگرچه این کتاب تجربه‌های زنان را شرح می‌دهد، اما این هم واقعیتی است که برخی مردان از آزار کلامی زنان خود رنج می‌برند. اما در مجموع مردها فاقد آن نگرانی یا ترسی هستند که زنان در برابر مردی عصبانی و تندخو به آن دچار می‌شوند.

در صورتی که مورد آزار کلامی قرار گرفته باشید، شاید با شیوه‌های زیرکانه یا نه چندان زیرکانه به شما القا شده باشد که احساس‌ها و برداشت‌هایتان از واقعیت اشتباه است. در نتیجه، ممکن است در مورد تجربه خود شک کنید و در عین حال به شک خود پی نبرید. پیشنهاد من این است که همان‌طور که دارید در مورد تجربه بدرفتاری کلامی مطالعه می‌کنید، توجه کنید آیا این نوع تجربه به نظرتان آشنا می‌آید یا نه.

منظور از طراحی این کتاب کمک به شما برای تشخیص آزارها و بدرفتاری‌های کلامی است. قصد من این است، که تفاوت‌های ظریف و واقعیت آزارهای کلامی را از زبان همسران افراد سوءاستفاده‌گر نشان دهم. این باعث خوشحالی تمام این عده خواهد بود که گذشته را فراموش کرده، هرگز وقایع دردناکی را که منجر به تألیف کتابی مثل این شده در خاطر خود زنده نکنند. ما همه علاقه‌مندیم مشکلات گذشته جمعی^۱ خود را فراموش کنیم. با وجود این، می‌توانیم از گذشته درس بگیریم و آگاهانه دست به انتخاب‌هایی بزنیم که متضمن آینده‌ای بهتر باشد. حقارت هر یک از ما، تحقیر همگی ماست.

این کتاب بر اساس مصاحبه شخصی من با ۴۰ زن ۲۱ تا ۶۶ ساله نوشته شده که همگی مورد آزار کلامی شوهرشان قرار گرفته‌اند و میانگین مدت رابطه آن‌ها با شوهرشان کمی بیشتر از ۱۶ سال بوده است. بدین ترتیب، من در مجموع ۶۴۰ سال تجربه زخم زبان را به تحریر درآورده‌ام. اکثر زنانی که با آن‌ها مصاحبه کرده‌ام، از ادامه این رابطه دست کشیده بودند. این عده هنوز به شناخت و جمع‌بندی آنچه بر آن‌ها گذشته بود، نرسیده بودند! حتی تا پنج، ده، و پانزده سال پس

از جدایی از همسرشان بسیاری از آنان برای بهبودبخشیدن به رابطه خود به هر دری زده و هر راهی را امتحان کرده بودند: توضیح، گذشت، پرسش، استدعا، مشاوره انفرادی یا دوفره، زندگی مستقل، برآوردن نیازهای شخصی، عدم تقاضای بیش از حد، به کمتر و کمتر بسنده کردن، کم‌توقعی،... و همدردی. در ظاهر هیچ یک از این ترفندها مؤثر واقع نشده بود و اغلب عوامل ایجادکننده چنین رابطه‌ای در پرده ابهام باقی می‌ماند.

چنانچه پس از مطالعه این کتاب به این مسئله شک کردید که تحت آزار کلامی بوده‌اید یا نه، امیدوارم مشاوره حرفه‌ای را فراوش نکنید و این کتاب را نیز همراه خود ببرید. شما به حمایت و تأیید صحت نظر خود احتیاج دارید. اگر هر دو طرف رابطه خواهان تغییر باشند، امکانات متعددی برای برقراری رابطه‌ای سعادتمندانه و شاد وجود دارد.

یک پیام احتیاطی بسیار مهم
اگر قربانی آزار کلامی بوده‌اید، اگر در پی یافتن پاسخ به پرسش‌هایی از این قبیل بوده‌اید که چطور منظورتان را مطرح کنید تا او به همدر چطور حرفی را از زبان وی می‌شنوید که هرگز به زبان نیاورده، یا چطور چیزی احساس می‌کنید که به گفته او نباید احساس کنید، به این باور رسیده‌اید که این شماست که احتمالاً از نظر توانایی برقراری ارتباط، برداشت‌ها یا احساس‌هایتان دچار اشکال هستید؛ در این صورت مدام از خود بپرسید: «چگونه می‌توانم ماهیت اصلی خود را تغییر دهم؟ تازه مگر همین الآن نخواندم که «اگر هر دو طرف رابطه خواستار تغییر باشند، امکانات زیادی برای برقراری رابطه سعادتمندانه وجود دارد؟»

مأیوس نشوید! ابتدا توصیه نمی‌کنم برای اینکه رابطه خوش و خرمی با همسرتان داشته باشید، ماهیت خود را تغییر دهید. در عوض، پیشنهاد می‌کنم وقتی مشکل را تشخیص دادید، به شیوه خاصی با آن برخورد کنید - شیوه‌ای که به تغییر نیاز دارد. با این کار شاید بترسید که عشق خود را از دست بدهید، ولی اگر این کار را نکنید، احتمالاً با ترس از دست دادن خود مواجه خواهید شد.

فرض اصلی این کتاب آن است که آزار کلامی نوعی کنترل و وسیله‌ای برای اعمال قدرت بر دیگری است. این بدرفتاری ممکن است علنی یا مخفی، دائمی، محدودکننده، و به قول باخ و دویج^۱ (۱۹۸۰)، دیوانه‌کننده باشد.

اثر آزار کلامی عمدتاً کیفی است. هیچ نشانه فیزیکی از صدمه، کبودشدگی، سیاه شدن پای چشم یا شکستگی استخوان وجود ندارد. شدت دلهره و عذابی که قربانی متحمل می‌شود، تعیین‌کننده وسعت آسیب است و کیفیت تجربه قربانی، درجهٔ بدرفتاری را مشخص می‌کند. هدف اصلی من آن است که شما خوانندهٔ عزیز بتوانید بدرفتاری کلامی را تشخیص دهید. از آنجا که بدرفتاری کلامی از نظر ماهیت مقوله‌ای تجربی است، این کتاب، در مجموع، دربارهٔ تجربه است.

حقایق مهمی که بر ژرف‌نمایی مفاد این کتاب می‌افزاید:

۱. به‌طور کلی، در یک رابطهٔ سوء از نظر کلامی، شخص آزارگر رفتار سوء خود را انکار می‌کند.

۲. آزار کلامی غالباً در پشت درهای بسته اتفاق می‌افتد.

۳. همواره آزار کلامی مقدم بر آزار فیزیکی است.

کتاب به دو بخش تقسیم شده است. بخش اول با پرسش‌نامهٔ خودارزیابی آغاز می‌شود. سپس قدرت غلبه، از دیدگاهی وسیع در حکم نوعی قدرت شرح داده می‌شود که خود را با سلطه و کنترل نشان می‌دهد؛ و این بر خلاف قدرت شخصی است، که در قالب تعاون و هم‌آفرینی رخ می‌نماید. سپس تجربه، احساسات و طرز فکر همسر شخص آزارگر بررسی می‌گردد و در آخر، الگوهای اصلی آزار کلامی شرح داده می‌شود. ♦

در بخش دوم انواع آزار کلامی، از جمله خودداری، مقابله به مثل، بی‌اعتنایی و لوژ کردن بافت فرهنگی‌ای که در آن همسر به ارزشیابی تجربه‌اش می‌پردازد، تشریح می‌شود، روش‌های مناسب ارتباط و تغییر توضیح داده می‌شود و سپس به تفصیل به عوامل محرک زیربنایی روابط سوء از نظر کلامی، درمان، و آزار کلامی کودکان می‌پردازد. در فصل آخر، دینامیک (یا عوامل محرک) رابطهٔ سوء از نظر کلامی بررسی گردیده است.