

Η ΑΞΙΑ ΤΗΣ ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑΣ ΣΤΗΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑ

*Ξέρουμε κι οι δυο, μπορούμε
να μάθουμε στους άλλους:
ν' αγωνίζονται για τους ανθρώπους
και κάθε μέρα λίγο πιο βαθιά,
λίγο πιο ωραία,
ν' αγαπάνε
Ναζίμ Χικμέτ*

Όλοι μας είμαστε κάπου ενήμεροι ότι η επικοινωνία είναι σημαντικό στοιχείο των σχέσεών μας, είτε αυτές είναι αισθηματικές, είτε επαγγελματικές. Δε συνειδητοποιούμε, όμως το πόσο η έλλειψη επικοινωνίας μπορεί να βλάψει την συναισθηματική και σωματική υγεία μας. Και αυτό το λέμε γιατί ήδη θεωρείται ότι η αδυναμία επικοινωνίας μπορεί να συμβάλει σε γρήγορες αλλαγές της αρτηριακής πίεσης, που μπορεί να βλάψουν το καρδιαγγειακό σύστημα. Έτσι, λοιπόν, και τα μέλη μίας οικογένειας πρέπει να μπορούν να εκφράζουν τα αισθήματά τους, ώστε να αποφεύγεται η συναισθηματική ένταση. Όταν το σώμα μας νιώθει ένα συναίσθημα, αλλά το συναίσθημα αυτό δεν απελευθερώνεται μέσα από αποτελεσματικούς τρόπους επίλυσης της διαφοράς, τότε, η παραμονή αυτού του συναίσθηματος μέσα στο σώμα κάνει τον άνθρωπο να είναι παγιδευμένος στο σώμα του χωρίς να μπορεί να εκφραστεί.

Βέβαια, αυτή η δυσκολία στην επικοινωνία μπορεί και να κληρονομηθεί. Όταν ένα παιδί μεγαλώσει σε οικογένειες, που δεν έχουν καλά ανεπτυγμένες δυνατότητες επικοινωνίας, αυτό το παιδί μπορεί να μάθει την ανεπαρκή επικοινωνία και να την εφαρμόσει στην οικογένειά του. Το μικρό παιδί πρέπει για να αυξήσει την αυτοεκτίμησή του, να ξέρει ότι οι γονείς του το αγαπούν. Και για να καταλάβει ότι το αγαπούν, σημαίνει ότι θα πρέπει και αυτό να γίνεται κατανοητό όταν προσπαθεί να επικοινωνήσει μαζί τους. Παρ' ολ' αυτά, σε ορισμένες οικογένειες, η έκφραση των συναισθημάτων του παιδιού από τη δική του πλευρά, μπορεί να γίνεται από τους γονείς δύσκολη, πράγμα που το αφήνει ευάλωτο στη δυσκολία έκφρασης των συναισθημάτων του στην ενηλικίωση.

Σε όλη την ενηλικίωσή μας η αίσθηση της αξίας του εαυτού μας είναι συνδεδεμένη με την ανάγκη μας να επικοινωνούμε με άλλους και να γινόμαστε κατανοητοί. Η σωστή επαρκής και πλήρης επικοινωνία με κάποιον άλλον είναι κάτι σαν πνευματική σεξουαλική επαφή. Η αποτελεσματική επικοινωνία με τα άλλα μέλη της οικογένειας δεν είναι πολυτέλεια, αλλά μία βασική συναισθηματική

ανάγκη. Εάν τα μέλη της οικογένειας δεν επικοινωνούν μεταξύ τους, τότε αρχίζει να αναπτύσσεται ένταση, που προέρχεται από παρεξηγήσεις. Όταν καταλαβαίνουμε τα αισθήματά μας και τα αισθήματα των άλλων, μπορούμε τότε να επικοινωνήσουμε και να μεταφέρουμε την έννοια των αναγκών, που έχουμε και εμείς μέσα στην οικογένεια, και να λύσουμε τα προβλήματά μας.

Οι ενήλικοι θα πρέπει να εκφράζουν με ακρίβεια τα συναισθήματά τους στο παιδί τους, γιατί έτσι το παιδί τους θα καταλάβει καλύτερα εκείνους και τον εαυτό του και θα αρχίσει και το ίδιο να επικοινωνεί και να λέει τι του συμβαίνει μέσα του. Η επικοινωνία χρειάζεται επίσης και για την επίλυση των εσωτερικών διαμαχών. Η επαρκής επικοινωνία βοηθά για την επίλυση των διαμαχών, μέσα στην οικογένεια, καθώς και την επίλυση των διαμαχών που υπάρχουν μέσα στον ίδιο μας τον εαυτό. Όταν τα προβλήματα δεν μπορούν να λυθούν, οι οικογένειες γίνονται δυσλειτουργικές. Όσο μεγαλύτερη ικανότητα έχουν τα μέλη της οικογένειας να επιλύουν τα προβλήματα, τόσο μεγαλώνουν οι πιθανότητες για να υπάρχει αρμονία μέσα στο σπίτι. Είναι σημαντικό να λαμβάνουμε υπόψη μας τι ατμόσφαιρα θα έχουμε στο σπίτι, επειδή υψηλά και συνεχή επίπεδα έντασης, που προέρχονται από δυσκολίες που δεν έχουν επιλυθεί, μπορεί να συνεισφέρουν στην κακή προσαρμογή των παιδιών στην οικογένεια και κατόπιν στην κοινωνία.

Κάτι που συμβαίνει συχνά και προκαλεί ένταση σε ένα γάμο είναι όταν ο ένας από τους δύο συζύγους αντιμετωπίζει τις διαμάχες και προσπαθεί να τις επιλύσει και ο άλλος αποκλείει τον εαυτό του από το εξωτερικό περιβάλλον και από την επικοινωνία με το να αποτραβιέται ή να κάνει μούτρα ή να κοιτάζει στον τοίχο ή να αλλάζει θέμα ή να μειώνει την αξία της περίπτωσης ή να χρησιμοποιεί άλλες μεθόδους με τις οποίες ο κόσμος συχνά αποφεύγει την αντιμετώπιση και την επίλυση των διαμαχών.

Μία από τις ισχυρότερες αιτίες διαζυγίου, έστω και αν το ζευγάρι το ίδιο δεν το ξέρει, είναι η αδυναμία επίλυσης προβλημάτων. Αντίθετα με το ότι πιστεύει ο πολύς κόσμος, ένας γάμος δε χαλάει ούτε από το γεγονός ότι ο ένας σύζυγος δεν είναι ικανοποιημένος από τον άλλον, ούτε όταν υπάρχουν συχνές διαφωνίες. Όμως, όταν υπάρχουν τρόποι επικοινωνίας, που δεν επιτρέπουν τη λύση των προβλημάτων, τότε ο γάμος πράγματι κινδυνεύει. Εάν το ζευγάρι επικοινωνεί με λάθος τρόπο και η επικοινωνία του στηρίζεται στο να κατηγορεί ο ένας τον άλλον, στο να σαρκάζει, να γκρινιάζει, ή να τον μειώνει, έχει μικρότερες πιθανότητες για ανεύρεση λύσεων. Η επικοινωνία μέσα στην οικογένεια θα δυναμώσει ή θα

αναστείλει τη σύνδεση και την προσαρμογή, που είναι δύο άλλες σημαντικές διαστάσεις των σχέσεων των γονέων μεταξύ τους και με το παιδί τους.

Πως όμως θα ξέρω, μπορεί να ρωτήσει κανείς, εάν η επικοινωνία στην οικογένειά μου είναι αποτελεσματική; Ένας τρόπος είναι να παρατηρήσουμε πως συζητούνται τα προβλήματα ή εάν συζητούνται ή όχι. Αν συζητούνται, πόσος χρόνος χρειάζεται για την επίλυσή τους. Επίσης, εάν τα θέματα συζήτησης φτάνουν σε κάποιο τέλος, ειδικά όταν θα πρέπει να γίνουν ορισμένα βήματα. Προσέξτε τον τρόπο με τον οποίο παίρνετε τις αποφάσεις στην οικογένειά σας και εάν νιώθετε καλά εσείς τα μέλη της οικογένειά σας με αυτή την διαδικασία.

Για να λυθεί, λοιπόν, ένα πρόβλημα, το πρώτο και πιο σημαντικό είναι να δούμε πιο είναι αυτό το αναγνωρίσουμε και να το περιγράψουμε. Το δεύτερο βήμα είναι να επικοινωνήσουμε και να συζητήσουμε αυτό το πρόβλημα με τα κατάλληλα άτομα. Στην οικογένεια, το κατάλληλο άτομο είναι πιθανώς ο/η σύζυγος και/ή το παιδί. Το τρίτο βήμα είναι να δούμε ποιες είναι οι διαφορετικές εναλλακτικές λύσεις, που μπορεί να υπάρχουν σε αυτό το πρόβλημα. Το επόμενο βήμα είναι να αποφασίσουμε σε μία από αυτές τις εναλλακτικές λύσεις, ενώ το αμέσως επόμενο βήμα είναι να κάνουμε αυτά που απαιτούνται ώστε να εξασφαλίσουμε τη λήψη των μέτρων, που αποφασίσαμε ότι θα πάρουμε. Κατόπιν, πρέπει να παρακολουθήσουμε τι έχουμε κάνει, ώστε να σιγουρευτούμε ότι θα γίνουν οι κινήσεις που αποφασίσαμε και, τέλος, αφού γίνουν οι ενέργειες που έχουμε αποφασίσει, να αξιολογήσουμε κατά πόσο η απόφαση ήταν σωστή, και έτσι, κατά πόσο η διαδικασία για τη λήψη αποφάσεων που έχουμε υιοθετήσει είναι σωστή. Εάν υπάρχει δυσκολία στην επικοινωνία πιθανώς θα σταματήσουμε πριν το βήμα δύο, δηλαδή θα μας είναι δύσκολο να μεταφέρουμε την περιγραφή του προβλήματος σε κάποιον άλλον, κι έτσι λοιπόν, δύσκολα θα φτάσουμε στο πέμπτο βήμα που είναι η λήψη κάποιου μέτρου

Πρέπει, βέβαια, να έχουμε υπόψη μας ότι σε μία οικογένεια, δεν έχει τόσο πολύ σημασία τι θα αποφασιστεί, αλλά με ποιον τρόπο η οικογένεια έφτασε στην εν λόγω απόφαση. Καλό θα είναι τα μέλη της οικογενείας να έχουν υπόψη τους ότι το πρώτο βήμα στην επικοινωνία, είναι, εάν αυτοί έχουν το πρόβλημα, να το εκφράσουν το συντομότερο δυνατό στο σύντροφό τους, ή, εάν ο σύντροφός τους έχει το πρόβλημα, να ακούσουν προσεκτικά αυτά που εκείνος ή εκείνη έχει να πει.

Έτσι, λοιπόν, για να μπορέσετε να βοηθήσετε τον εαυτό σας, το σύντροφό σας και το παιδί σας να αναπτύξει ικανότητα επικοινωνίας, ορισμένα θέματα που θα πρέπει να συζητήσετε με τον εαυτό σας και με το σύντροφό σας, είναι εάν εσάς

σας άκουγαν οι γονείς σας όταν ήσασταν παιδί στην οικογένειά σας, και κατά πόσο τα μέλη της οικογένειας άκουγαν το ένα το άλλο ή όχι. Αυτό θα σας βοηθήσει να καταλάβετε κατά πόσο εσείς έχετε εμπιστοσύνη στην αξία της κατανόησης μεταξύ των ατόμων και πόση πίεση μπορεί να νιώθετε από την έλλειψη επικοινωνίας στο παρελθόν.

Εκείνο που πρέπει, βέβαια, να έχουμε υπόψη μας, είναι ότι ποτέ δεν είναι αργά να μάθουμε κάτι ή να αναπτύξουμε μία ικανότητα και ποτέ δεν είναι αργά να αφιερώσουμε αρκετό χρόνο για να ακούσουμε εκείνα που δεν μάθαμε ή δε νιώσαμε στην παιδική μας ηλικία. Είναι γνωστό το ρητό «γηράσκω αεί διδασκόμενος», και βέβαια ποτέ στην ζωή μας δεν παύουμε να μαθαίνουμε. Τώρα είναι σειρά σας σαν γονείς να αποφασίσετε ποιο είδος οικογενειακής ατμόσφαιρας θέλετε να έχετε στο σπίτι. Καλό θα ήταν, επίσης, να ξέρετε εάν η επικοινωνία με τους γονείς σας γινόταν σχεδόν πάντα ή τις περισσότερες φορές, ή συνήθως, ή μερικές φορές, ή σπάνια, ή σχεδόν ποτέ. Κατόπιν, ζητήστε από τα μέλη της οικογένειας σας, και από τον εαυτό σας, να σας πουν κατά πόσο νιώθουν ότι γίνονται κατανοητοί τις περισσότερες φορές στο σπίτι από τα άλλα μέλη της οικογένειας, σχεδόν πάντα, τις περισσότερες φορές, συνήθως, μερικές φορές, σπάνια, ή σχεδόν ποτέ.

Μπορεί, επίσης, κάποιο παιδί να γίνεται περισσότερο κατανοητό από ένα γονέα ή λιγότερο κατανοητό από κάποιον άλλο γονέα. Έτσι, ο γονέας που το παιδί του ίσως να έχει δυσκολίες με αυτόν, θα πρέπει να προσπαθήσει να καταλαβαίνει το παιδί του περισσότερο. Βέβαια, θα πρέπει να έχουμε υπόψη μας ότι ο στόχος στην προκειμένη περίπτωση δεν είναι να κρύνουμε ο ένας τον άλλον, αλλά να καταλάβουμε ο ένας την εμπειρία του άλλου μέσα στην οικογένεια. Καλό θα είναι, επίσης, να μην κρύνουμε ούτε τους εαυτούς μας, αλλά να έχουμε συμπόνια για τον εαυτό μας και τους άλλους, γιατί αυτό είναι το πρώτο βήμα με το οποίο θα αναπτύξουμε ατμόσφαιρα εμπιστοσύνης στο σπίτι.

Μεγάλη σημασία έχει, επίσης, να προσπαθήσετε να ξεκινήσετε να αναπτύξετε την ικανότητά σας για να ακούτε. Αυτή την προσπάθεια, καλό θα είναι να την συνεχίσετε όσο το δυνατό περισσότερο και για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα. Η ικανότητα να ακούμε τους άλλους μπορεί να βελτιωθεί. Όσο περισσότερο εξασκείστε, τόσο πιο εύκολο θα είναι να ανακαλέσετε τη δυνατότητα που μπορεί να έχετε για να εκφραστείτε με τέτοιο τρόπο ώστε να μην κατηγορείτε τον άλλο, και να μπορέσετε να ακούσετε το σύντροφό σας, χωρίς να αποφράσετε την επικοινωνία. Είναι σημαντικό να προσπαθείτε συνεχώς, γιατί όσο περισσότερο

προσπαθείτε να ακούτε τον άλλο, τόσο πιο εύκολα και πιο γρήγορα θα μπορέσετε να γυρίσετε στο σωστό δρόμο όταν βρείτε ότι ο εαυτός σας αρχίζει να αποκτά αμυντική ή επιθετική στάση. Γιατί είναι φυσιολογικό να αντιδρούμε σε κάποιον ή σε κάτι στην καθημερινή μας ζωή. Αυτό δεν είναι κακό. Εκείνο όμως που είναι πράγματι καλό, είναι να μπορούμε να γυρίζουμε στο φυσιολογικό χωρίς να χάσουμε πολύ χρόνο με συζητήσεις ακραίου περιεχομένου. Η γρήγορη επιστροφή στη σωστή νοοτροπία θα μας βοηθήσει να λύνουμε τα προβλήματα πιο αποτελεσματικά, να εκφράζουμε και να νιώθουμε την αγάπη ο ένας για τον άλλο, μετά από μία σύντομη αλλά κατάλληλη απελευθέρωση του θυμού. Είναι σημαντικό στα ζευγάρια να μπορούν να εκφράζουν το θυμό και τη δυσαρέσκεια χωρίς να καταλήγουν σε κατηγορίες ή τιμωρίες. Εάν ακούμε το σύντροφό μας, αυτό μας δίνει τη δυνατότητα να προσέχουμε την εμπειρία των άλλων ατόμων. Επίσης, σημαίνει ότι ίσως μπορέσουμε να καταλάβουμε και να νιώσουμε την εμπειρία τους, ακόμα και όταν δε συμφωνούμε ή έχουμε αντίθετη άποψη. Είναι σημαντικό στο σύντροφό μας να καταλάβει από τα λόγια μας ότι τον ακούσαμε και τον καταλάβαμε.

Σαν μία άσκηση γεμίστε τα κενά της πρότασης που ακολουθεί με διάφορα σχόλια δικά σας.

Όταν εσύ εγώ νιώθω
και πιστεύω ότι

Για παράδειγμα: *Όταν εσύ γελάς, εγώ νιώθω καλά και πιστεύω ότι είσαι ευτυχισμένος. Όταν εσύ φωνάζεις, εγώ νιώθω άσχημα και πιστεύω ότι θα σπάσεις κανένα πιάτο.*

Κατόπιν, αφού ο σύντροφός σας διαβάσει αρκετές από αυτές τις προτάσεις, που έχετε γράψει, θα πρέπει να συζητήσει μαζί σας, να σας πει κατά πόσο τον έχετε καταλάβει καλά, κατά πόσο αυτές οι προτάσεις αντανakλούν τα πραγματικά του συναισθήματα, αποφεύγοντας να υπερασπίσει τον εαυτό του ιδιαίτερα. Η προσπάθειά του θα πρέπει να αποβλέπει να γίνει κατανοητός και να σας δώσει να καταλάβετε σωστά την πραγματικότητα, δίνοντας τις απαραίτητες εξηγήσεις όσο το δυνατό καλύτερα. Επίσης, μπορεί να σας ζητήσει να του δώσετε οποιαδήποτε επεξήγηση θέλει εκείνος πάνω στο θέμα.

Πρέπει, επίσης να γίνει κατανοητό ότι δύο άνθρωποι δεν πρέπει να βλέπουν τα πράγματα ακριβώς με τον ίδιο τρόπο, για να νιώθουν συνδεδεμένοι ή ότι ο ένας αγαπάει τον άλλο. Διαφορές μπορεί να υπάρχουν, είναι όμως σημαντικό να μη

νιώθει ο ένας σύντροφος ότι υστερεί απέναντι στα μάτια του άλλου για τις τυχόν διαφορές που μπορεί να υπάρξουν. Πρέπει να γίνει κατανοητό ότι μπορεί να υπάρχει αγάπη παρά τις διαφορές. Το ζευγάρι πρέπει να καταλάβει ότι υπάρχει χώρος και για τους δύο, που μπορεί, ίσως, να βλέπουν τον κόσμο διαφορετικά. Αυτό μειώνει τις πιθανότητες παρερμηνειών. Όσο περισσότερο χώρο δίνουμε στην έκφραση των συναισθημάτων μας, χωρίς να απαντάμε με αμυντικές τεχνικές μπλοκαρίσματος, όπως η αποτράβηξη ή η κατηγορία, τόσο περισσότερο αυξάνεται η ικανότητά μας να βρισκόμαστε κοντά. Η εμπιστοσύνη κτίζεται όταν υπάρχει μία εμπειρία για την ικανότητα έκφρασης ισχυρών συναισθημάτων, χωρίς να διαταράσσεται η επικοινωνία. Όταν ακούτε τον άλλον, αναπτύσσεται αίσθημα εμπιστοσύνης. Το άλλο πρόσωπο νιώθει ότι το καταλαβαίνετε, πράγμα που του δίνει τη δυνατότητα να ακούσει και αυτό εσάς. Όταν ακούτε τον άλλο, αυτή είναι η μεγαλύτερη εγγύηση ότι θα ακουστείτε και εσείς όταν εξηγήτε τη δική σας άποψη. Μόνο έτσι, μπορεί να επιλύεται η διαμάχη μέσα στην οικογένεια.

Οι σχέσεις μέσα στην οικογένεια

Ποιες όμως θα πρέπει να είναι σχέσεις μέσα στην οικογένεια; Τι θα πρέπει να κάνουμε; Η ατμόσφαιρα στην οικογένεια επηρεάζεται θετικά εάν βοηθούμε ο ένας τον άλλο, εάν καταλαβαίνουμε ο ένας τον άλλο και τις ανθρώπινές του ανάγκες για επιβεβαίωση και υποστήριξη, και εάν θεωρούμε τα λάθη ανθρώπινα, όπως εξάλλου είναι. Οι ανθρώπινες ανάγκες μέσα στην οικογένεια ικανοποιούνται με τις σχέσεις των μελών της οικογενείας. Καλό, επίσης, θα είναι να μην κατηγορούμε ή κριτικάρουμε ο ένας τον άλλο, τις πράξεις του άλλου ή τις δηλώσεις του. Όταν ένα από τα μέλη της οικογένειας κάνει κάποιο λάθος, θα πρέπει να το αντιμετωπίζουμε με αγάπη, να μην το θεωρούμε «κακό ή ηλίθιο», αλλά να πιστεύουμε ότι υπάρχει καλοσύνη σε όλους μας και να βοηθάμε να αναδυθεί στην επιφάνεια αυτή η καλοσύνη.

Σε τι οικογένεια ζήσατε εσείς; Ήταν μία οικογένεια στην οποία οι άνθρωποι προσπαθούσαν για την τελειότητα, αλλά αποδεχόντουσαν ότι τα λάθη ήταν αναπόφευκτα; Ήταν αποδεκτή η ανάγκη για επιβεβαίωση; Υπήρχε χιούμορ; Μπορούσαν τα μέλη της οικογένειας να εκφράσουν το φόβο και την αβεβαιότητά

τους και να περιμένουν την επιβεβαίωση και την κατανόηση; Υπήρχε ζεστασιά και φροντίδα από όλα τα μέλη της οικογένειας για όλα;

Εκείνο που πρέπει να θυμάστε είναι ότι, εάν η ατμόσφαιρα μέσα στο σπίτι, η ατμόσφαιρα της οικογένειας δεν είναι εκείνη που θα θέλατε να είναι, μπορείτε να την αλλάξετε! Δε χρειάζεται να απογοητεύεστε και δε χρειάζεται να κολλάτε στο παρελθόν. Παρ' όλο που είναι φυσικό να αναπαράγουμε στο σπίτι μας την οικογένεια με την οποία μεγαλώσαμε, είναι, επίσης, φυσικό να αναγνωρίσουμε αντικειμενικά εκείνα τα στοιχεία που πρέπει να αλλάξουν, και να τα αλλάξουμε. Είναι βέβαιο ότι θα χρειαστεί, ίσως, χρόνος. Είναι όμως, επίσης, σίγουρο ότι με υπομονή και με κατανόηση της παρούσας κατάστασης, η αλλαγή προς το καλύτερο θα είναι σίγουρη.

Το Πατρικό Οιδιπόδειο Σύμπλεγμα

Ο Φρόιντ ήταν ιατρός με ενδιαφέρον για τη νευρολογία και έθεσε τις βάσεις της σύγχρονης ψυχολογίας. Χρησιμοποίησε το μύθο του βασιλιά Οιδίποδα από την Ελληνική Μυθολογία για να εκφράσει τα ισχυρά αισθήματα, που μπορεί να έχει ένα νεαρό αγόρι προς την μητέρα του. Εξήγησε το μύθο, εκτιμώντας ότι ένα αγόρι μπορεί να έχει αισθήματα μίσους προς τον πατέρα του, μπορεί να αρνείται κατά κάποιο τρόπο την ύπαρξή του και να μην τον θέλει, για να έχει μόνο του όλη την αγάπη της μητέρας του για τον εαυτό του. Στην παιδική ψυχολογία, το οιδιπόδειο σύμπλεγμα και η οιδιπόδεια φάση ανάπτυξης του παιδιού είναι θέματα, που αναφέρονται συχνά.

Βέβαια, εάν δεχθούμε την εκτίμηση του Φρόιντ για την οιδιπόδεια φάση, θα πρέπει να δεχτούμε ότι ένα παιδί θα έρθει σε ανταγωνιστικότητα με τον πατέρα του, πράγμα που πολλές φορές συμβαίνει. Συχνά, όμως, συμβαίνει και κάτι άλλο. Για να το καταλάβουμε όμως αυτό καλύτερα, καλό θα είναι να θυμηθούμε πρώτα τον μύθο του Οιδίποδα.

Με μία άλλη ερμηνεία, αυτός ο μύθος μπορεί να λέει περισσότερα πράγματα για τους γονείς και να εξηγεί περισσότερο τη δική τους ψυχολογία, από ότι εξηγεί την ψυχολογία των παιδιών. Στο μύθο του Οιδίποδα, που θα σας αφηγηθώ σε συντομία πιο κάτω, το παιδί, ο Οιδίποδας, δε φταίει σε τίποτα, αλλά απλώς ακολουθεί την πορεία των γεγονότων. Εκείνος που κάνει την πράξη, που πρέπει να σχολιαστεί, είναι ο πατέρας του Οιδίποδα, ο βασιλιάς Λάιος.

Στην πραγματική ιστορία ο βασιλιάς Λάιος είναι σύζυγος της βασίλισσας Ιοκάστης των Θηβών. Μία προφητεία από το μαντείο των Δελφών τον πληροφορεί ότι θα κάνει ένα παιδί που θα τον σκοτώσει και θα παντρευτεί τη μητέρα του, την βασίλισσα Ιοκάστη. Αργότερα, η Ιοκάστη μένει έγκυος και γεννά ένα νεαρό αγόρι. Ο Λάιος θυμάται την προφητεία και αφήνει το νεογέννητο παιδί σε ένα λόφο για να πεθάνει, ώστε να μην μπορέσει να εκπληρωθεί η προφητεία. Το μικρό παιδί, τον Οιδίποδα, τον βρίσκει ένας βοσκός που τον δίνει στον υπηρέτη ενός γειτονικού βασιλιά, του Πολύβιου της Κορίνθου. Ο βασιλιάς μεγαλώνει τον Οιδίποδα σαν να ήταν δικός του γιος, χωρίς να του πει ποτέ ότι δεν είναι πραγματικό του παιδί. Ο Οιδίποδας, γίνεται άνδρας και μαθαίνει από το μαντείο των Δελφών ότι θα σκοτώσει τον πατέρα του και θα παντρευτεί τη μητέρα του. Μην ξέροντας όμως ότι πατέρας και μητέρα του είναι ο Λάιος και η Ιοκάστη, και για να αποφύγει να σκοτώσει τον πατέρα του που νομίζει ότι είναι ο Πολύβιος, φεύγει από τους Δελφούς και την Κόρινθο, για να μην εκπληρωθεί η προφητεία. Στον δρόμο έξω από τους Δελφούς, ο Οιδίποδας βρίσκει έναν ευγενή ο οποίος τον διατάζει να βγει από το δρόμο, για να του κάνει χώρο να περάσει εκείνος μαζί με την συνοδεία του. Στη συνέχεια, ο Οιδίποδας, σαν νεαρός περήφανος άνδρας, σκοτώνει αυτόν τον ευπατρίδη, που είναι ο πραγματικός του πατέρας, ο Λάιος (εκπληρώνοντας έτσι ένα μέρος της προφητείας του μαντείου). Μη θέλοντας να επιστρέψει στην Κόρινθο, συνεχίζει μέχρι να φτάσει στη Θήβα, όπου λύνει το αίνιγμα της σφίγγας, η σφίγγα σκοτώνεται, η πόλη σώζεται, και ο Οιδίποδας τιμάται από όλους τους Θηβαίους. Όπως αναφέρθηκε πιο πάνω, η βασίλισσα Ιοκάστη, έχει μόλις μείνει χήρα, και ο Οιδίποδας, ο νέος ήρωας, είναι το άτομο που προφανώς ταιριάζει για να την παντρευτεί και για να γίνει βασιλιάς. Ο Οιδίποδας παντρεύεται την Ιοκάστη, (εκπληρώνοντας έτσι το δεύτερο μέρος της προφητείας).

Σε όλα αυτά τα γεγονότα, βλέπουμε ότι ο Οιδίποδας δε φταίει σε τίποτα, και δρα απλώς σαν ένα φυσιολογικό άτομο, χωρίς να μπορεί να κάνει κάτι για να αποφύγει τα γεγονότα. Ο Οιδίποδας δεν παντρεύεται τη μητέρα του επειδή ήξερε ότι ήταν μητέρα του κι ωστόσο την επιθυμούσε, αλλά είναι εντελώς αθώος, επειδή δεν ξέρει ότι η Ιοκάστη είναι μητέρα του. Σ' αυτή λοιπόν την περίπτωση, ενώ ο Οιδίποδας είναι εντελώς αθώος, δεν μπορούμε να πούμε το ίδιο και για τον πατέρα του, που έχει κάποια στοιχεία για το παιδί του (από το μαντείο), ζηλεύει, που φοβάται ότι ο γιος του θα παντρευτεί τη γυναίκα του και θα γίνει βασιλιάς, ανησυχεί ότι θα τον υποκαταστήσει και αυτό δίνει το κίνητρο στο βασιλιά Λάιο

να σκοτώσει το παιδί του. Από το μύθο φαίνεται περισσότερο ότι ο πατέρας έχει το πρόβλημα με το παιδί, παρά το παιδί με τον πατέρα ή με τη μητέρα. Στην ερμηνεία του ο Φρόιντ για τον μύθο του Οιδίποδα, λέγεται ότι το παιδί ζηλεύει τον πατέρα του, κάτι που δεν αποδεικνύεται από το μύθο, ενώ αυτό που φαίνεται είναι ότι ο πατέρας φοβάται ότι το παιδί θα του πάρει την αγάπη της μητέρας.

Στα ζευγάρια που έχουν κάνει κάποιο παιδί, πολλές φορές είναι συχνό το Οιδιπόδειο σύμπλεγμα των πατέρων. Πολλοί άνδρες ήταν το αντικείμενο προσοχής της συζύγου πριν από τη γέννηση του παιδιού. Με τη γέννηση του παιδιού η μητέρα στρέφει την προσοχή της στο παιδί και αυτό κάνει τους πατέρες να ζηλεύουν, επειδή νιώθουν ότι η γυναίκα τους τους έχει παραμελήσει, ως αποτέλεσμα της προσοχής που δίνει στο μωρό. Πολλές φορές, εάν ρωτήσουμε ένα νέο πατέρα να μας εκφράσει αυτή τη ζήλια για το μωρό, θα μας πει ότι συνειδητά θα ήθελε να επιστρέψει στην προηγούμενη κατάσταση, δηλαδή στη σχέση που είχε με τη γυναίκα του πριν γεννηθεί το μωρό. Εμείς οι μαιευτήρες, εάν θέλουμε να βοηθήσουμε τα ζευγάρια να δημιουργήσουν μία σωστή οικογένεια και να προσαρμοστούν στο ρόλο τους ως γονείς, θα πρέπει να βοηθήσουμε τους πατέρες να συμφιλιωθούν με τα αισθήματα ζήλιας, εγκατάλειψης και έλλειψης προσοχής από πλευράς των συζύγων τους.

Ένας νέος πατέρας δυσκολεύεται πάρα πολύ να δεχτεί ότι φοβάται το γιο ή την κόρη του, που θα γίνει ο κύριος αποδοχέας της προσοχής της συντρόφου του, και την πιθανότητα ότι το παιδί θα τον υποκαταστήσει στο ρόλο του σαν «βασιλιά» στην οικογένεια. Εμείς θα πρέπει να βοηθήσουμε τον νέο πατέρα να συμφιλιωθεί με αυτή την ιδέα. Αν όχι, ο πατέρας μπορεί να δώσει πάνω στο παιδί διέξοδο στις δικές του συναισθηματικές δυσκολίες. Αυτό μπορεί να έχει σαν κατάληξη κάποια συνειδητή ή υποσυνείδητη «τιμωρία» στο παιδί, μία τιμωρία για τη φυσιολογική σχέση αγάπης, που μπορεί να υπάρχει μεταξύ μητέρας και παιδιού. Ο πατέρας πρέπει να είναι ενήμερος για τους φόβους και τα επιθετικά αισθήματα, που μπορεί να προκληθούν από μία τέτοια κατάσταση. Πρέπει να συμφιλιωθεί με αυτή τη συναισθηματική κατάσταση και να χρησιμοποιήσει αυτές τις γνώσεις για να βελτιώσει τις σχέσεις του με την οικογένειά του.