

當「不」不只是「不」

JOSHUA C. LAM

2026 年 5 月 12 日 SUBSTACK PUBLISHED

本文為作者於多倫多基督教研究學院 (Institute for Christian Studies, Toronto) 進行現象學與人類經驗博士研究的一部分。

Joshua C. Lam · LL.M (法律 / 另類爭議解決) 、D.Min · 現為多倫多基督教研究學院 (Institute for Christian Studies, Toronto) 哲學博士 (PhD in Philosophy) 研究生。在 Dr. Neal DeRoo 的指導下，他正透過跨學科的哲學研究，進一步發展 TINS Framework™，探討生活經驗、衝突、人際關係及決策制定等議題。

類別：親職教養

廚房裡比平常更為吵雜。

「再五分鐘就好。」Ethan 眼睛仍盯著平板電腦說。

母親站在流理台旁，一邊擦拭雙手，一邊回答：

「你已經玩了一個小時了。」

「我說再五分鐘。」他的語氣變得更加強硬。

母親向前走近一步。

「Ethan，現在就把它關掉。」

他沒有動。

沉默持續了片刻，長得足以讓人感覺某條界線似乎已被跨越。

「你為什麼總是這樣？」她說。「每次我叫你停下來，你都要爭辯。」

Ethan 終於抬起頭。

「因為妳從來不聽我說話。」

這句話比預期中更重地落了下來。

「我不聽你說話？」母親回應道。「我這十分鐘一直都在告訴你——」

「不是，」他打斷她說，「妳只是告訴我該做什麼。妳沒有在聽我說話。」

房間再次安靜下來。

這一次，已不再是反抗。

而是另外一種東西。

母親拉出一張椅子坐下。

「那你幫我明白，」她說，「我到底沒有聽見什麼？」

Ethan 猶豫了一下。

「我剛剛正做到一半，」他說。

「妳只是.....把它結束了。」

轉折性的洞見 (The Turning Insight)

規則並沒有改變。

但當下的某些東西改變了。

決策時刻 (The Decision Point)

究竟什麼決定其實已經在發生？

而每一個人又正在努力保護什麼？

TINS Framework™ 理論視角的運作

社會建構論 (Social Constructivism)

—— 不同的意義建構 (管教 vs. 打斷)

溝通調適理論 (Communication Accommodation Theory)

—— 語氣的轉變創造了新的空間

轉化式調解理論 (Transformative Mediation Theory)

—— 理解取代控制

工具主義 (Instrumentalism)

—— 微小的改變帶來不同的結果

更深一層的觀察 (A Deeper Look)

表面上看似抗拒的行為，其底下可能承載著另一層不同的意義。

如何運作——TINS Framework™：重訪那一刻

緊張關係的核心並不在於平板電腦。

而是在於「被打斷」與「被理解」之間的張力。

表面之下正在發生什麼？

母親正在保護秩序。

孩子正在保護事情的延續性，以及被理解的需要。

衝突不只是關於順服與否。

更是關於雙方如何以不同的方式經歷同一個時刻。

TINS Framework™ 的實際運作

社會建構論 (Social Constructivism)

—— 母親與孩子對同一時刻作出了不同的詮釋。

溝通調適理論 (Communication Accommodation Theory)

—— 較平和的語氣創造出傾聽的空間。

轉化式調解理論 (Transformative Mediation Theory)

—— 認可 (recognition) 改變了互動模式。

工具主義 (Instrumentalism)

—— 回應方式塑造結果。

決策智慧 (Decision Intelligence)

「決策智慧必須包含對自身偏見、盲點、承襲而來的成見以及視角局限的覺察.....」

—— Joshua C. Lam

- 當假設被覺察所取代時，轉變便開始發生。

進一步思考 (A Further Look)

- 如果問題不是行為本身，而是它所傳遞的訊號呢？

TINS Framework™ 策略 (Pause & Practice)

- 暫停一下，問自己：

「如果站在對方的角度來看，這件事會是什麼樣子？」

- 在回應之前，先傾聽。

TINS Framework™ 探討日常決策如何塑造人際關係、理解以及人類在日常生活中的豐盛發展。

很多時候，那些看似微不足道的決定時刻，對關係所產生的影響，遠比我們所意識到的更加深遠。

