**焦點討論法 (ORID)**

ORID 是一個有層次的討論過程，從現狀開始，然後分享你的感受，接著解釋你這些反應的意義和重要性，最後才來做出決定。

**O：Objective**

定義：客觀，事實

問題：我看到什麼？我聽到什麼？發生了什麼事情？

**R：Reflective**

定義：感受，反應

問題：什麼地方很有趣，很驚訝，很感動，很鼓舞，或是讓你沮喪

有什麼地方會讓你很受感動？

課程中讓你覺得受鼓舞的地方在那裡？有讓你沮喪的時候嗎？

有讓你特別難過的地方嗎？課程結束時，你的感覺是什麼？你直覺的反應是？

**I：Interpretive**

定義：意義，價值，經驗

問題：最有意義的是什麼？為什麼很重要？

這個活動到底在表達些什麼？這個活動會讓你得到什麼新的學習？新的領悟嗎？這裡最有意義的是？為什麼對我們很重要？

**D：Decisional**

定義：決定，行動

問題：有什麼要改變？你會採取什麼不同的行動？解答在哪裡？