

从零开始GTD——简介

发表于 07 Aug 2008 · 时间管理

《从零开始GTD》系列已经被弥缝压了半年多，一直都没开始写。只有三四篇存稿，所以没有办法保证文章的连续性。

• 从时间管理开始说

时间管理的发展可以分为四个阶段。

1. 第一代理论着重利用便条与备忘录，在忙碌中调配时间与精力；
2. 第二代理论强调行事历与日程表，反映出时间管理已注意到规划未来的重要；
3. 第三代理论正是目前流行的优先级观念。也就是依据轻重缓急设定短、中、长期目标；
4. 第四代理论跳出“时间管理”的定义，主张把重心放在维持产出与产能的平衡上。

在弥缝看来，时间管理不是去管理时间，而是在有限的时间内有效地完成任务。时间管理的目的不是把所有的事情做完，而是在有限的精力与时间下，做出最大的产出。另外，时间管理不是把你的生活划成条条框框，而是通过事先规划，降低时间的变动性。

• GTD是关于什么的

与其他时间管理的方法不同，GTD的重点不在于设定任务的优先级，而是制定出在各种情境下的任务列表，如：制定一份“需要打电话”的列表；一份“电脑前可以完成的事情”列表等等。GTD还建议任何两分钟之内可以完成的任务应该马上执行。

GTD的好处在于使你需要完成的事情总是易于管理和跟踪的。从GTD的角度来看，平常我们在时间管理中对事情的安排是差强人意的，缺乏对事情的计划和安排（在GTD中，这些事情称作：原料/Stuff）。另外，人脑的记忆功能是低效的，我们很少能在恰当的时间和地点提醒自己需要做的事情。因此，按照“情境/Context”来制定“下一步行动”，是一个使我们在正确的时间得到正确提醒的手段。

简单的概括GTD，那就是**对任何事情都做好准备**：

“把所有事情都从你的脑袋里弄出来。在事情出现就做好相关行动的一系列决定，而不是在事情爆发的时候。以合适的类别组织好你的项目的各种提醒以及下一步行动。保持你的系统更新和完整，及时进行回顾，使你在任何时候都能信任你的系统和对任务的处理。”

发布：褪墨 · 时间管理 @ 时间管理

标签：时间管理、原创、从零开始GTD