GTD 任务梳理清单

使用方法：

逐条对比各个类别和事项，仔细回忆自己是否有相应的任务需要完成。全部记录下来。任何你之前没有想到的，看到清单以后先去做的事情，也能记录下来。没有的可以略过。

部分分类可能会有相互交叉，同一任务只需要记录一次。

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 类别 | 事项 | 我的任务 |
| 工作项目 | 已开始，未完成的项目 |  |
| 需要开始进行的项目 |  |
| 未来可能去做/想做的项目 |  |
| 等待事项 | 订单、快递（你接收） |  |
| 信息反馈 |  |
| 交付给别人的任务 |  |
| 完成任务的关键因素 |  |
| 回复：   * 新建 * 电话 * 邀请 * 订单、快递（你发出） * 需要准备的物品 * 其他决定 |  |
| 关系 | 你答应伴侣的事 |  |
| 你答应家人的事 |  |
| 你答应朋友的事 |  |
| 你答应员工的事 |  |
| 你答应老板的事 |  |
| 需要回复的：   * 社交软件信息 * 电子邮件 * 信件 |  |
| 特殊日子需要准备的礼物 |  |
| 社交活动 |  |
| 健康 | 是否需要营养品 |  |
| 健身计划 |  |
| 健身器材 |  |
| 睡眠 |  |
| 是否需要采购药品 |  |
| 是否需要看医生 |  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 财务 | 是否需要还钱 |  |
| 是否需要开设、关闭账户 |  |
| 制定预算 |  |
| 支付账单 |  |
| 购买保险 |  |
| 偿还信用卡 |  |
| 支付、取消各类订阅 |  |
| 存款计划 |  |
| 职业发展 | 建立人脉 |  |
| 需要学习的技能 |  |
| 需要取得的进步 |  |
| 需要确认的约会 |  |
| 组织/计划 | 确定（职业、个人等）目标 |  |
| 将要发生的活动 |  |
| 演讲、展示 |  |
| 企业组织机构整理 |  |
| 个人信息、文件整理 |  |
| 设备、系统安装 |  |
| 私人活动 | 生日 |  |
| 结婚纪念日 |  |
| 周年 |  |
| 婚礼 |  |
| 毕业典礼 |  |
| 假期 |  |
| 旅行 |  |
| 周末出行计划 |  |
| 社交活动 |  |
| 文化活动 |  |
| 体育活动 |  |
| 其他特殊活动 |  |
| 服饰 | 要买的 |  |
| 要洗的 |  |
| 要丢弃、捐赠的 |  |
| 要修复、改动的 |  |
| 家务 | 做饭相关的 |  |
| 清洁整理相关的 |  |
| 极简主义 |  |
| 要二手卖掉的 |  |
| 住房 | 装修 |  |
| 装饰 |  |
| 维修 |  |
| 极简主义 |  |
| 旅行 | 需要制定的旅行计划 |  |
| 需要的预定的车票、机票等 |  |
| 需要预定的住宿 |  |
| 休闲 | 阅读 |  |
| 餐厅 |  |
| 音乐 |  |
| 电影 |  |
| 纪录片 |  |
| 广播 |  |
| 电视剧 |  |
| 戏剧 |  |
| 博物馆、美术馆 |  |
| 订票 |  |
| 游戏 |  |
| 仪表 | 头发 |  |
| 化妆品 |  |
| 剃须产品 |  |
| 个人成长 | 职业成长   * 培训课程 * 需要学习的 * 需要查阅的 * 需要练习的 * 网课 * 建立 * 职业规划 |  |
| 个人技能培养   * 效率管理 * 时间管理 * 社交技巧 * 情商 * 理财 * 其他 |  |
| 个人爱好培养 |  |
| 需要做研究的事情 |  |
| 效率管理 | 建立个人效率管理体系 |  |
| 购物清单 | 你需要买的 |  |
| 你想要买的 |  |
| 慈善 | 义工 |  |
| 捐款 |  |
| 电子邮件 | 删除所有无意义、过时的邮件 |  |
| 留下的邮件中，是否有需要反馈、行动的任务 |  |
| 其他 | 以上分类中没有的 |  |