

# はじめてのGTD ストレスフリーの整理術



[はじめてのGTD ストレスフリーの整理術 下载链接1](#)

著者:デビッド・アレン

出版者:二見書房

出版时间:2008

装帧:18.8 x 13 x 2.6 cm

isbn:9784576082110

## 内容紹介

あらゆるものを「整理」、リラックスして仕事がこなせる、

最速最強の「仕組み」を作る方法——それがGTD!

世界で常識のメソッドをわかりやすく解説。

いますぐデキて、効果絶大!

-----

百式管理人 田口元が日本語版完全監修!

-----

GTDを自分の習慣として身につけることができれば、日々ふりかかってくる仕事にストレスを感じることなく、

着実に自分のやりたいことを片付けていくことができるようになるだろう。

本書ではその手法を詳しくステップごとに紹介していくが、要点だけを述べると次の3点に集約される。

□ 頭の中の「気になること」を"すべて"頭の外に追い出そう。

□

それらすべての「気になること」について、求めるべき結果と次にとるべき行動を決めよう。

□

そうして決めた、とるべき行動を信頼できるシステムで管理し、定期的に見直そう。

(「日本語版解説」より)

作者介绍:

目录:

[はじめてのGTD ストレスフリーの整理術 下载链接1](#)

标签

GTD

评论

-----

[はじめてのGTD ストレスフリーの整理術 下载链接1](#)

书评

-----  
[はじめてのGTD ストレスフリーの整理術 下载链接1](#)