

【GTD】 意味が違うものをまとめてはいけない

2010-11-29 (Mon) 13:05 [GTD関連](#) [FB](#) [80 users](#)



この前、友人と話していて「へー」と言われたのでショートエントリー。

To Doリストをつくるときでも、部屋の整理をするときでも、なにかをまとめるときはそれらの意味が同じであることが大事です。

ここでいう「意味が同じ」というのは「それらに対して行うアクションの種類が同じ」ということです。

たとえば部屋に雑誌が散乱していたとして、それらを一緒にまとめただけでは「効率的な整理」が出来たとは言えません。その中には「いつか読もう」「読むかどうかあとで判断しよう」「資料として保管しておこう」といったものがごちゃごちゃになっているからです。

一見、雑誌類を一カ所にまとめると整理が出来たように感じるかもしれませんが、これは次の2点において非効率です。

- 実際にそれらについてアクションを起こそうとしたときに、**それぞれが何を意味するかについて、ひとつひとつ判断しなおさなくてはならない。**
- 上記の理由のためにそれらに対してアプローチするのを脳が面倒と感じてしまい、なんとなく放置しつづけてしまう。

だからこそ整理をするときには「それらに対して次に行うアクションは何か？」ということを常に判断しなくてはなりません。

これを怠ると「整理したようで全然整理できていない」という状況に陥り、結果として「まー、あとでいいかー」と先送りしまくるようになります。そしてそうした小さな「先送りに対する後ろめたさ」が積み積みもって大きなストレスになってしまうのです。

「一カ所にまとめた方がいいが、全然手をつけられていない」というなにかがある方はその意味を考え直してみるといいかもですね。

「整理」をする目的は「アクションがとれるときにさっと行動に移せるようにすること」です。それぞれが意味するアクションをぱっと判断して、整理に生かす癖をつけておきたいですね。