



目的によってもたら
される高い生産性

個人の生産性がチームのパワーにつながる

重要なプロジェクトやプログラムを成功させるためには、チームメンバー全員のスキル、エネルギー、そして集中力が**必要**です。調査によると、チームメンバーの1人または2人が小さなミス（締め切りに間に合わない、優先順位を間違える、タスクを忘れる）をするだけで、チームの生産性は平均 **24%** も低下することが分かっています。

一方、ワークフローを管理するためのプロセスが共有されているチームでは、信頼感やエンゲージメントが醸成され、効率的にものごとを実行できるようになります。



目的によってもたらされる高い生産性

Getting Things Done® (GTD®) の方法論は、ニューヨークタイムズのベストセラー作家であるデビッド・アレンによって、1990年代に開発されました。デビッドはもともと観察、実験、実践によってこの方法論を開発しましたが、研究者たちは GTD で教えられている方法が認知負荷（ワーキングメモリに対してかかる負荷）を軽減し、集中力を高め、さらには最高のパフォーマンスと最適な状態、一般に「フロー」と呼ばれるものをもたらすことを明らかにしました。

言い換えれば、GTD はものごとをやり遂げること（**getting things done**）だけが目的ではありません。GTD の真の目的は、その時の自分の選択に納得できている状態をつくる（**engagement**）ことです。それは、やっていることの実感と目的を持った生産性を生み出します。

「パワーを生み出す能力は、リラックスする能力に正比例します」

デビッド・アレン著
「Getting Things Done」

GTD® の スキル

GTD コースでは、個人が集中力と生産性を向上させ、チームが信頼と効率性を育むためのスキルを学びます。スキルを絶えず使い続けることで、チームがより良い結果を出すための「仕事のやり方」を見つけることができます。

01 把握する

自分や周りの人との約束事や、気になることすべてを把握します。

02 見極める

把握したことを明確にするために、行動するものは次にとるべき行動を特定します。

03 整理する

見極めたことを、信頼できるシステム、つまり「外部脳」に整理します。

04 更新する・選択する

新しい約束をする前に、既存の約束を検討し、誠実に断ります。

05 レビューをして更新する

最優先事項を明確にし、定期的に見直すことで、最優先事項との関わりを持ち続けます。



生産性の向上

クルーシャル・ラーニングの調査によると、従業員の大多数（60.6%）は、毎日1～2時間でも気が散ることなく深く集中して仕事をするのが、ほとんどできていないと分かりました。一方、GTDのスキルを使っている人は、気が散るものを排除し、入ってくる要求を把握し、見極め、整理する力を得て、最も重要なプロジェクトや相手に集中できています。

効率向上

GTDを受講した10人のうち9人が、時間管理に関する行動が恒久的に変わったと報告しています。また、毎日平均21～40分の時間を節約できたと回答しています。3人に1人は、GTDのスキルを使った結果、1日に少なくとも41分節約できたと回答しています。

品質

ソフトウェアソリューション企業であるMasterControl社では、10人中8人がGTDのスキルを使って、メールの受信トレイをうまく処理することができるようになったと回答しています。また、GTDのスキルを身につけたことで、顧客からのフィードバックが良い方向に向かったという強い相関関係も報告されています。

達成

クルーシャル・ラーニングの調査によると、GTDのスキルを使っている人は使っていない人と比べて、「いつまでも終わらないプロジェクトを始める」と答えた人は55分の1、「しばしば圧倒される」と答えた人は18分の1しかいません。

パフォーマンス

顧客体験のリーダー企業であるQualtrics社は、新入社員の早期戦力化を図るため、Getting Things Doneのトレーニングを実施しました。トレーニング修了者の100%が、締め切りを守り、約束を果たす能力が向上したと報告しています。また、96%がGTDによって、日々の効果や実行力、軌道修正能力が向上したと回答しています。

エンゲージメント

仕事を管理し、実行するためのプロセスが共有されているチームは、信頼とエンゲージメントの文化も育んでいます。ミスや失敗がなければ、依頼や約束は必ず成し遂げられると同僚は信じています。また、仕事量がフルメンバーのチームに均等に配分されている場合、最も価値のあるプレイヤーが燃え尽きる可能性は低くなります。Menlo Innovations社のCEOは、GTDのスキルを身に付けることで、成果を上げるだけでなく、ストレスが減り、職場の喜びが増したと報告しています。



受講スタイルと 受講者用教材

Getting Things Done は、チームや組織の独自のニーズに対応するため、3つの受講スタイルで提供されています。それぞれの受講スタイルは、内容理解とスキル習得のために最適化されています。



オンデマンド

オンデマンド学習では、公開ワークショップの参加者に、4～6時間の授業と60日間のアクセス権を、プライベートセッションの参加者には最大12カ月のアクセス権を提供しています。

教 材

- オンデマンド・ラーニング・プラットフォームへのアクセス
- ニューヨークタイムズ紙のベストセラー『はじめての GTD ストレスフリーの整理術』
- 修了証
- 5 週間の継続学習体験



オンライン

インストラクターによるオンライン学習で、2.5 時間のセッションを3回実施します。

教 材

- Getting Things Done オンライン用 Learner Guide
- ニューヨークタイムズ紙のベストセラー『はじめての GTD ストレスフリーの整理術』
- 修了証
- 5 週間の継続学習体験



対面式

インストラクターによる対面式で、1日（6.5 時間）のクラスルームコースとして提供されます。

教 材

- Getting Things Done Learner Guide
- ニューヨークタイムズ紙のベストセラー『はじめての GTD ストレスフリーの整理術』
- 修了証
- 5 週間の継続学習体験

3つの提供方法

3つの提供方法をご用意しています：公開講座に参加する、クルーシャル・ラーニングの認定トレーナーを呼ぶ、社内に認定トレーナーを育成して実施する

01 公開講座

社員がオンデマンド、オンライン、または対面式の公開講座に参加します。

<https://www.lmi.co.jp/> で、公開講座を検索してください。

02 自社向け開催

クルーシャル・ラーニングの認定トレーナーを招き、対面またはオンラインコースを進行させたり、組織全体でオンデマンド学習を展開することができます。

03 トレーナー認定

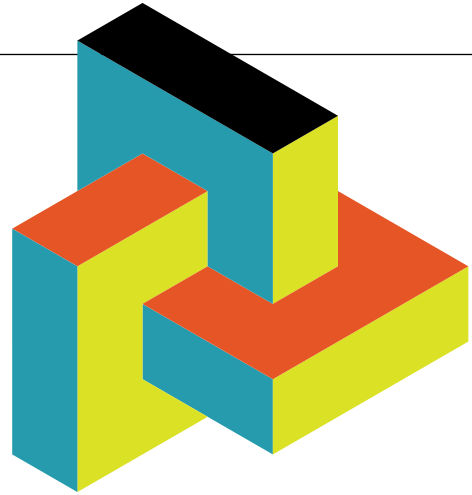
社員に対して、対面またはオンラインのコースを進行する認定社内トレーナーを養成します。トレーナーの認定コースは、対面式とオンラインの両方で提供されています。



「クルーシャル・ラーニングのオンラインコースは、とても効果的でした。私たちは、自分たちのペースでコースを提供できることをとても気に入っています。双方向性のレベルが高く、4時間の学習セッションを全員に飽きさせないようにするのが容易であることがわかりました」

ジェニファー・ドゥーツオン
ディ・ワイズ

お客さまの声



「GTD は、私たちの組織で活動中のチームにインパクトを与えています。私がトレーニングしたチームの中には、タスクに使用するツールを完全に刷新し、全員が同じ認識レベルで仕事ができるようになりました。また、同僚が外出しているときに簡単にお互いのタスクを共有しあえるようにもなりました。会議のやり方も一新され、GTD は生産性とチーム文化に大きな変化をもたらしています」

セリア・コックフィールド

アニー・E・ケーシー財団、組織開発部シニアアソシエイト

「GTD をとても気に入っています。ツールやシステムを導入することで、コントロールや整理の感覚が得られるため、より生き生きとした毎日を送ることができるようになりました。このセミナーの開催を案内すると、たいてい 15 分以内に満席になるのですが、もう驚かなくなりました」

サラ・バーンハート

ストライカー社、シニア・ヒューマン・リソース・マネジャー

「Getting Things Done は、仕事、家庭、そして人生にとっても応用が利きます。タスクや To-Do を『コントロールできるようになる』というモチベーションが湧いてきます。コースでは、実際の To-Do リストを練習に使うことができ、とても応用が利きました」

ジェニファー・ロバーソン

スティネット&アソシエイツ、シニアタレント・リーダーシップデベロップメントマネジャー



以下の企業はじめ、多くの顧客に支持されています



クルーシャル・ラーニングの特長

クラス最高の学習体験、充実したカスタマーサポート、そして具体的な成果を提供します。私たちが他と一線を画していると言われる理由です。



受賞歴のあるインストラクショナル・デザイン

革新的な学習プラットフォームから、受賞歴のあるオリジナルビデオ内容に至るまで、当社のコースは、業界で最も高い評価を得ています。

確かな成果

フォーチュン 500 社のうち 300 社以上の企業で、実証済みのメソッドを用いて大きな成果を上げています。

研究に裏打ちされたスキル

私たちが伝えるスキルと原則は、社会科学に根ざしており、査読付き学術雑誌で実証され、再現されています。

顧客満足度

93%以上のお客さまが、クルーシャル・ラーニングを推薦する可能性が高い、または非常に高いと回答しています。



クルーシャル・ラーニング社のその他のプログラム

Getting Things Done は、それ自体が強力な解決策であり、組織が健全でハイパフォーマンスを生み出す、組織文化を醸成するコースカテゴリに属します。

コミュニケーション 対 話



Crucial Conversations.
FOR MASTERING DIALOGUE

アカウンタビリティ



Crucial Conversations.
FOR ACCOUNTABILITY

パフォーマンス 習 慣



The Power of Habit™

生産性



Getting Things Done.

リーダーシップ チェンジ



Influencer



一歩先へ

Getting Things Done® をあなたの組織に導入して、
目的によってもたらされる高い生産性を具現化してください。



クルーシャル・ラーニング社について

クルーシャル・ラーニング社は、人々が自分自身を向上させることを支援することで、世界を改善することをミッションとしています。コミュニケーション、パフォーマンス、リーダーシップの分野でコースを提供しており、「クリティカルスキル」と呼ばれる結果に対して欠かすことができない行動に焦点を当てています。Crucial Conversations®、Crucial Accountability®、Influencer、The Power of Habit™、そして Getting Things Done など、数々の賞を受賞したコースやベストセラー書籍があります。

