قائمة أسبوعية أصلية بمخرج لكل فحص

التاريخ: 2026-10-25

مر بالفحوص بدلا من نسخ كل بند قديم لأسبوع جديد. قد تكتمل المهمة أو تنتظر أو تصغر أو تنتقل أو تغلق بقرار. سجل السبب حين يغير التزاما. وقد تعني الخانة الفارغة «لا ينطبق» دون اختراع نشاط.

املأ الصفوف الفارغة بأمثلة من تجربتك.

الفحص	الفعل	المخرج المحفوظ
اجمع	ضع التذكيرات والملاحظات المتفرقة في مكان مؤقت واحد	قائمة وارد
وضح	حدد هل يحتاج البند فعلا أو مرجعا أو إعادة نظر لاحقا	فعل أو وجهة محددة
انظر للخلف	افحص العمل المكتمل وأحداث التقويم الأخيرة	متابعة فائتة مسجلة
انظر للأمام	افحص الالتزامات المقبلة والتحضير	فعل أول واقعي
راجع المشاريع	حدد النتيجة الباقية والفعل المتاح التالي	لكل مشروع نشط قرار تال
راجع الانتظار	حدد ممن تحتاج الرد ومتى تتابع	مسؤول وموعد متابعة
راجع الأفكار الاختيارية	فعّل ما يتسع فقط وأغلق ما فقد أهميته	اختيار واع
اختر الأسبوع التالي	قارن القدرة والأولويات ووقت الراحة	مجموعة صغيرة من النتائج المتفق عليها
فحصي الإضافي		

المصادر

- David Allen Company: official GTD Weekly Review checklist
- David Allen Company: The GTD Weekly Review