

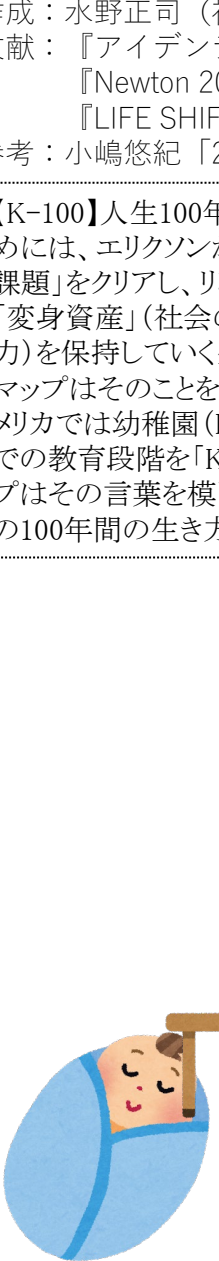


# 世代別発達課題(K-100マップ)

The well-being of all generations

作成：水野正司（初出2021/加筆2024）  
文献：『アイデンティティとライフサイクル』 E. H.エリクソン  
『Newton 2021年4月号』  
『LIFE SHIFT』 リンダ・グラットン/アンドリュー・スコット  
参考：小嶋悠紀「2023TOSSサマーセミナー」分科会

【K-100】人生100年時代を健康に生き抜くためには、エリクソンが提唱した年代ごとの「発達課題」をクリアし、リンダ・グラットンが提唱した「変身資産」(社会の変化に柔軟に対応する能力)を保持していく生き方が必要です。このマップはそのことを実現させる《道標》です。アメリカでは幼稚園 (Kindergarten) から12年生までの教育段階を「K-12」と呼びます。このマップはその言葉を模して誕生から超高齢期までの100年間の生き方を「K-100」と名付けました。



**1.乳児期** **愛着形成**に成功して人生の土台をつくる

**2.幼児 (前期)**

**幼児らしさ** を使い切る

集団での遊びで  
自発性・積極性を発揮する  
感情のコントロール能力  
を身につける



**3.幼児 (後期)**

**自信** を身につけ、集団での居場所をつくる



**5.思春期**

「**これが自分**」というものを見つける



**6.青年期**

家庭や職場での**信頼**獲得



**7.壮年期**

新たな世代を**育成**する



**8.高齢期**

**孫**育て/**地域**交流



**9.超高齢期**

**穏やかな**  
生と死