

I. MIKROTRANSITIONEN BEWUSST GESTALTEN

1. Von großen zu kleinen Übergängen **6**
2. Junge Kinder in Übergängen begleiten **7**
3. Stress im Kita-Alltag reduzieren **7**
4. Übergänge aktiv gestalten **9**
5. Draußen & unterwegs **10**

II. ALLTAGSÜBERGÄNGE BEI DEN MAHLZEITEN

1. Responsive Begleitung beim Essenlernen **12**
2. Stressfreie Mahlzeiten durch strukturierte Übergänge **13**
3. Essbrücken als Übergangshelfer **15**
4. Draußen & unterwegs **15**

III. EINSCHLAFPROZESSE BEGLEITEN

1. Gut & gern einschlafen **18**
2. Beziehungssicherheit herstellen **18**
3. Stationen zum entspannten Ein- & Durchschlafen **19**
4. Draußen & unterwegs **22**

IV. POSITIVE ÜBERGABESITUATIONEN

1. Im emotionalen Dreieck **24**
2. Beim Ankommen unterstützen **25**
3. Beim Abholen unterstützen **27**

V. VON DRINNEN NACH DRAUSSEN NACH DRINNEN

1. Stolpersteine in der Garderobe **28**
2. Von drinnen nach draußen **31**
3. Von draußen nach drinnen **32**
4. Potenziale beim Übergang nutzen **32**
5. Draußen & unterwegs **33**

VI. INDIVIDUELLE BEGLEITUNG ZUM WINDELWECHSEL

1. Geplant & ungeplant **34**
2. Lösungen für häufige Konfliktthemen **35**
3. Draußen & unterwegs **37**

VII. RUND UM DEN TOILETTENGANG

1. Schritt für Schritt zur Selbstständigkeit	38
2. Schnell & gelassen reagieren	38
3. Hilfen zur Gestaltung der Mikrotransition	39
4. Praktische Kleidung wählen	40
5. Draußen & unterwegs	40

VIII. HÄNDEWASCHEN IM TAGESABLAUF

1. Nicht alle auf einmal	42
2. Jede Situation ist anders	42
3. Waschraum zum Wohlfühlen	44
4. Draußen & unterwegs	44

IX. MEDIENTIPPS

1. Bücher	46
2. Links	47

Autorinnen	49
Impressum	50