

# Responding in Cool Moments

Building synchrony (or rhythm) in **cool** moments creates a foundation for co-regulation in **hot** moments.

**Synchrony** refers to back-and-forth interactions that are reciprocal, mutually responsive, and develop a rhythm.

**Following the child's lead** in play helps build synchrony:

- **Duplicate** by copying or mirroring the child's behavior.
- **Elaborate** by building upon the child's previous response while still remaining connected to that previous response.



**Synchrony can regulate both you and the child!**

**For young children with a history of trauma**

Building synchrony may take more time.

It is not being perfectly in sync that matters, but rather your ability to recognize when you fall out of sync and make repairs.

Out of sync moments present an opportunity to strengthen the relationship when repairs are made.



# Responder en momentos de tranquilidad

Construir sincronía (o ritmo) en los momentos de tranquilidad crea una base para la co-regulación en los momentos de **alteración**.

La **sincronía** se refiere a interacciones de ida y vuelta que son recíprocas, mutuamente responsivas y que desarrollan un ritmo.

Seguir los juegos dirigidos por el niño ayuda a crear sincronía:

- **Duplicar** significa copiar o reflejar el comportamiento del niño pequeño.
- **Elaborar** significa construir a partir de la respuesta anterior del niño pequeño sin dejar de estar conectado a esa respuesta anterior.



**¡La sincronía puede regularle a usted y al niño!**

## Para los niños pequeños con historias de trauma

El desarrollo de la sincronía puede llevar más tiempo.

No es importante estar perfectamente sincronizado con el niño pequeño, sino la capacidad del adulto para reconocer cuándo la diada se desincroniza y hacer las reparaciones pertinentes.

Los momentos de desincronización son una oportunidad para reparar y fortalecer la relación.

