

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 el ejemplo del niño ayuda a crear la sincronía:

- **Duplicar** significa copiar o reflejar el comportamiento del niño pequeño.
- **Elaborar** significa expandir o extender a la respuesta anterior del niño pequeño mientras se mantenga conectado a esa previa respuesta.



¡La sincronía puede regularlo a usted y al niño!

Para los niños pequeños con historias de trauma

El desarrollo de la sincronía puede llevar más tiempo.

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

Cuando falta la sincronía, es una oportunidad para reparar y fortalecer la relación.



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.

