



สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี
QUEEN SIRIKIT NATIONAL INSTITUTE OF CHILD HEALTH
กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

SOCIAL SKILL TRAINING: A MODULAR APPROACH

Sirirat Ularntinon, MD.

Division of Child and Adolescent Psychiatry

Queen Sirikit National Institute of Child Health, Bangkok, Thailand

International panel discussion: Social skills- critical competency : Thursday 20th July 2023
The 22nd Annual International Mental Health Conference 2023



Social skill training

Teaching and improving social skills in people who have difficulties in social interaction & social behaviors

Modular approach: Breaking down complex social behaviors into smaller components

Social development & Social skill training

- **Why** human beings are wired to connect?
- **How** social skills develop?
- **Why** Social skill difficulties & **How** to help?
- 5 modules of social skill training workbook – สังคม..ศึกษา (2018)



Why human beings are wired to connect?



off the mark.com by Mark Parisi



© Mark Parisi, Permission required for use.
Sirirat Ularntinon, MD.

Attachment system & Social adaptation



Attachment system



Survival
Pleasure
Social pain

Need for social connection

Need to be liked and loved

Fear of social isolated and rejection

Maslow hierarchy of needs

PSYCHOLOGICAL NEEDS

BASIC NEEDS



Critical Life Skills

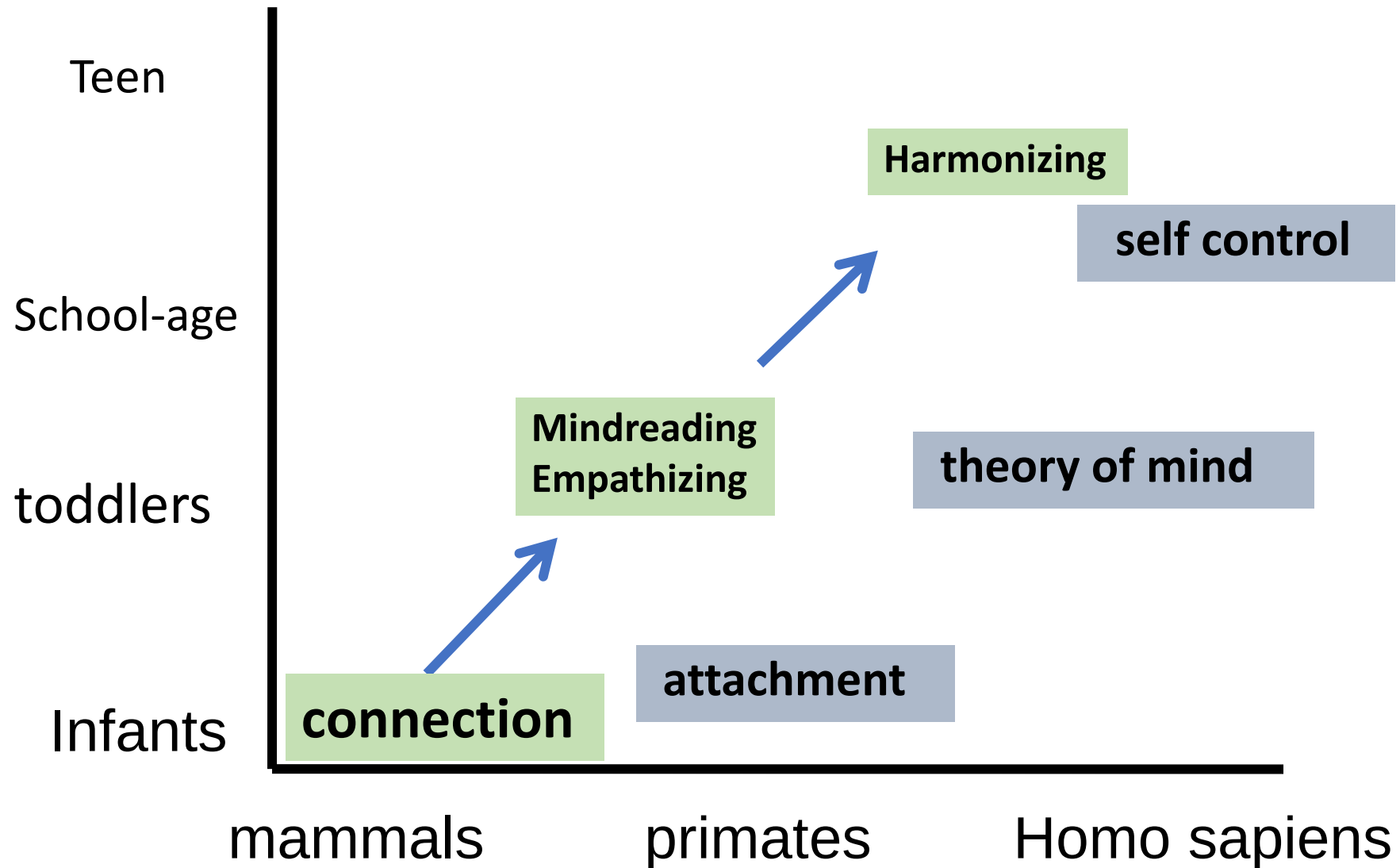


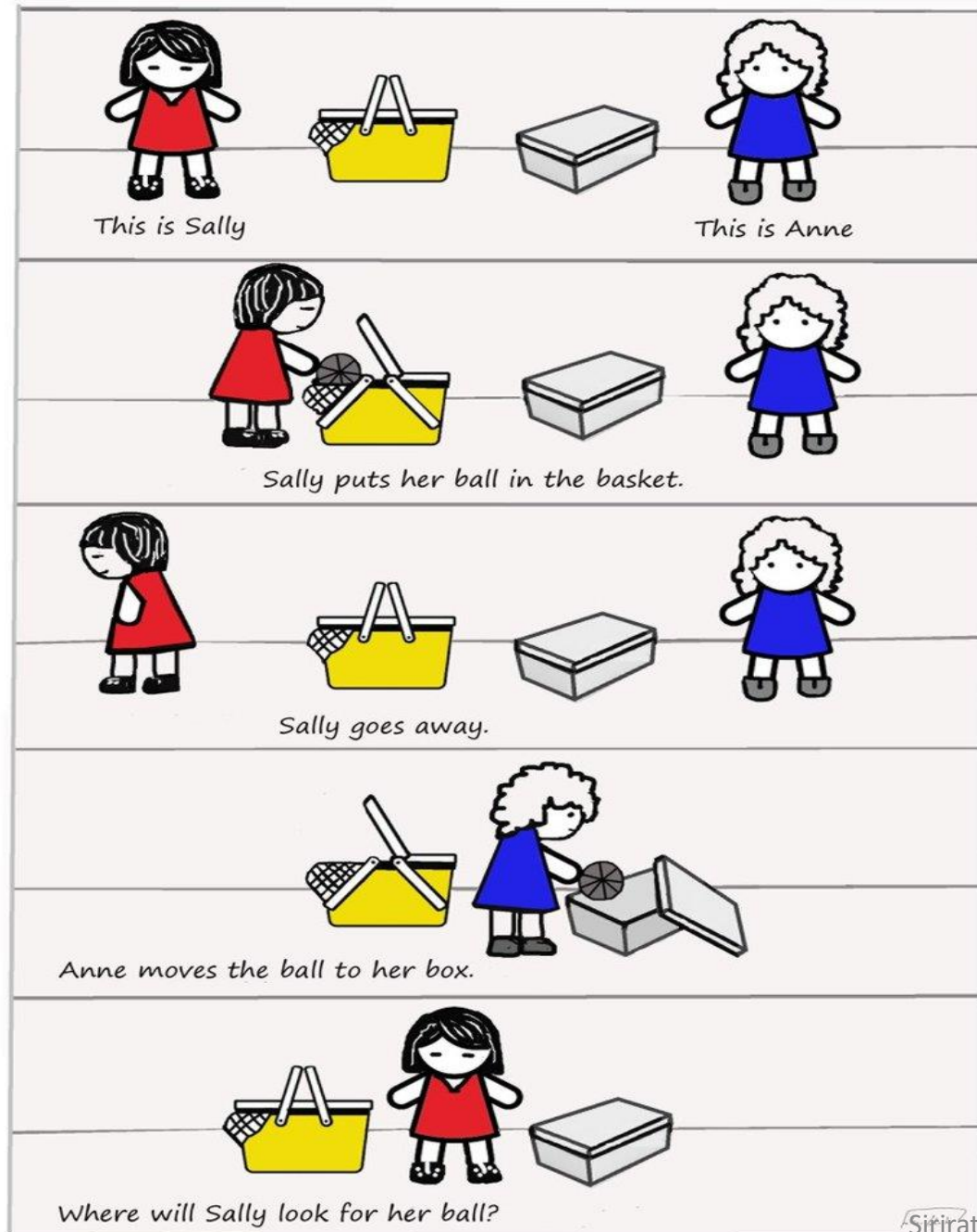
สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี
QUEEN SIRIKIT NATIONAL INSTITUTE OF CHILD HEALTH
กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข

- **Focus and self control** การควบคุมตนเอง
- **Perspective taking/ social skills** ทักษะสังคมและการเข้าใจผู้อื่น
- **Communication** การสื่อสาร
- **Making connection** มองเห็นความเกี่ยวเนื่องเชื่อมโยง
- **Critical thinking** คิดอย่างมีวิจารณญาณ
- **Taking on challenges** กล้าสู้กับปัญหาและความยากลำบาก
- **Self- directed** ใช้ชีวิตอย่างมีทิศทาง



Emergence of social adaption across evolution and human development
Matthew Lieberman (2013): Social- why our brains are wired to connect





Theory of Mind

The Sally- Ann Task

(Simon Baron- Cohen, Alan Leslie, Uta Frith, 1985)

5-yr-old:

85% of normal dev

20% of autistic child



4 ultimate concerns of human beings

(Yalom, 1980)

- Death
- Freedom
- Isolation
- Meaninglessness

Relationship outside family
Personal adequacy
Achievement
Friendships

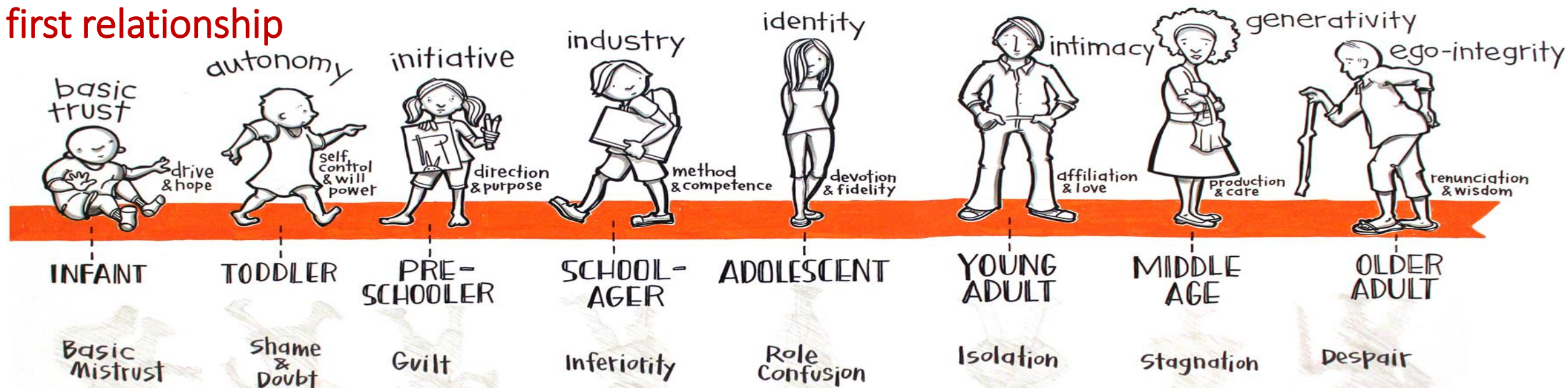
School
Social competence
Social acceptance
Peer influence

Stranger anxiety
Separation anxiety

Attachment

The first relationship

Intimacy
Social network





solitary

parallel

group play

School
Social competence
Social acceptance
Peer influence

4 ultimate concerns of human beings

(Yalom, 1980)

- Death
- Freedom
- Isolation
- Meaninglessness

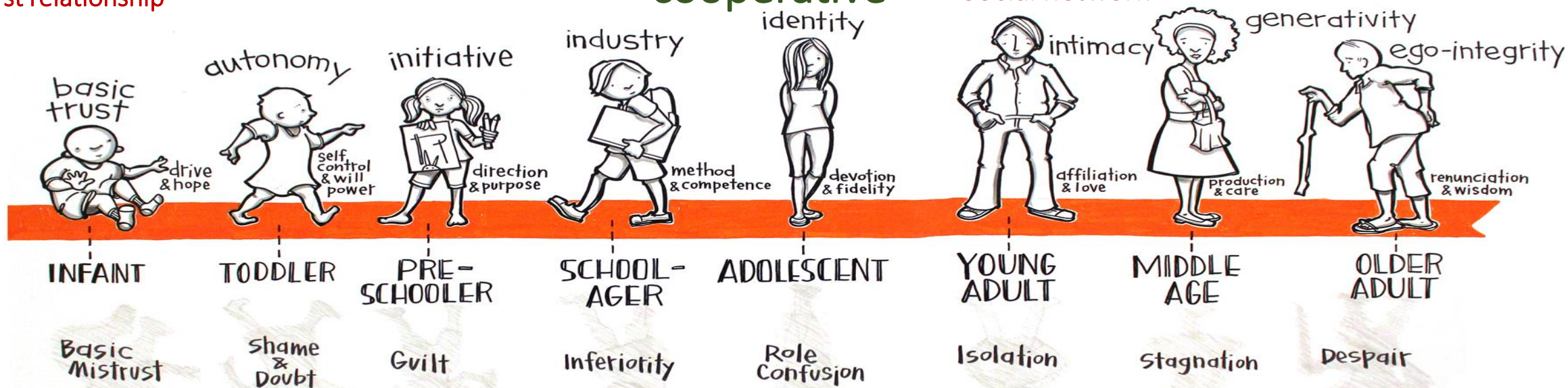
Attachment
The first relationship

Stranger anxiety
Separation anxiety

sharing space and resource

cooperative

Intimacy
Social network



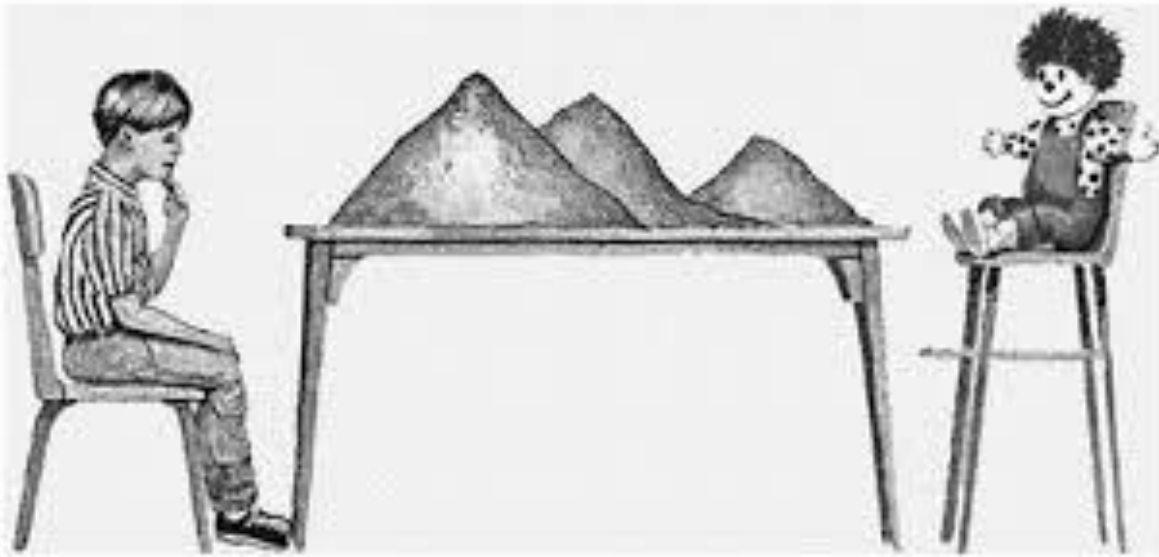
Social learning theory (Albert Bandura, 1977)



People learn from one another
via - observation
- imitation
other's attitudes and outcomes
“ MODELING ”

Perspective taking (Jean Piaget, 1970)

ความสามารถในการเข้าใจจากมุมมองคนอื่น



- รู้ว่าคนเราแตกต่างกัน คนอื่นไม่จำเป็นต้องคิด หรือ มองสิ่งต่างๆ เหมือนเรา
- สามารถหยุดคิดถึงแต่ความคิด ความต้องการของตน มองเรื่องต่างๆ จากมุมมองคนอื่นได้
- พัฒนาขึ้นในช่วงเข้าสู่วัยประถม

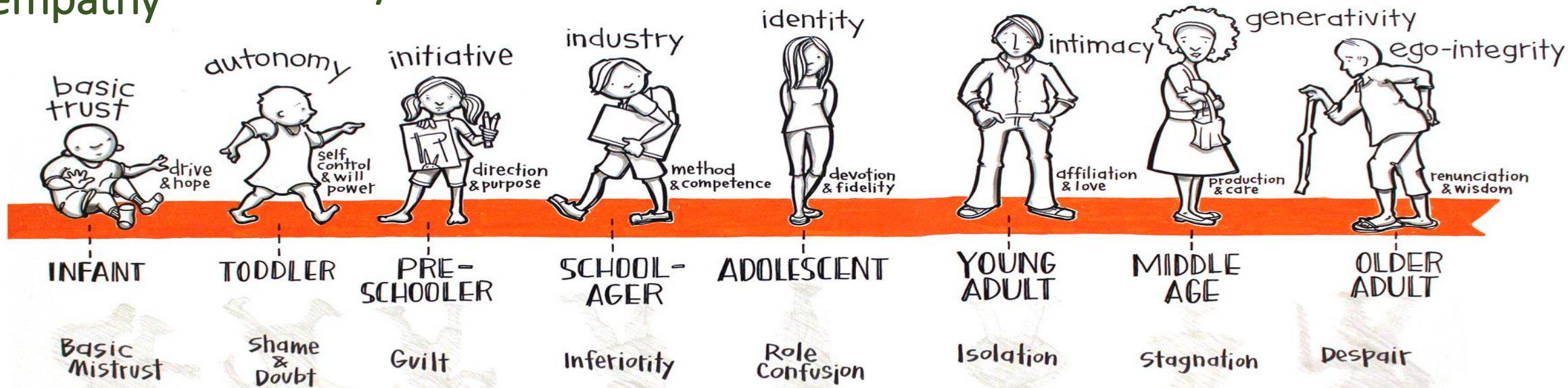
Social Development & Competency

Connection

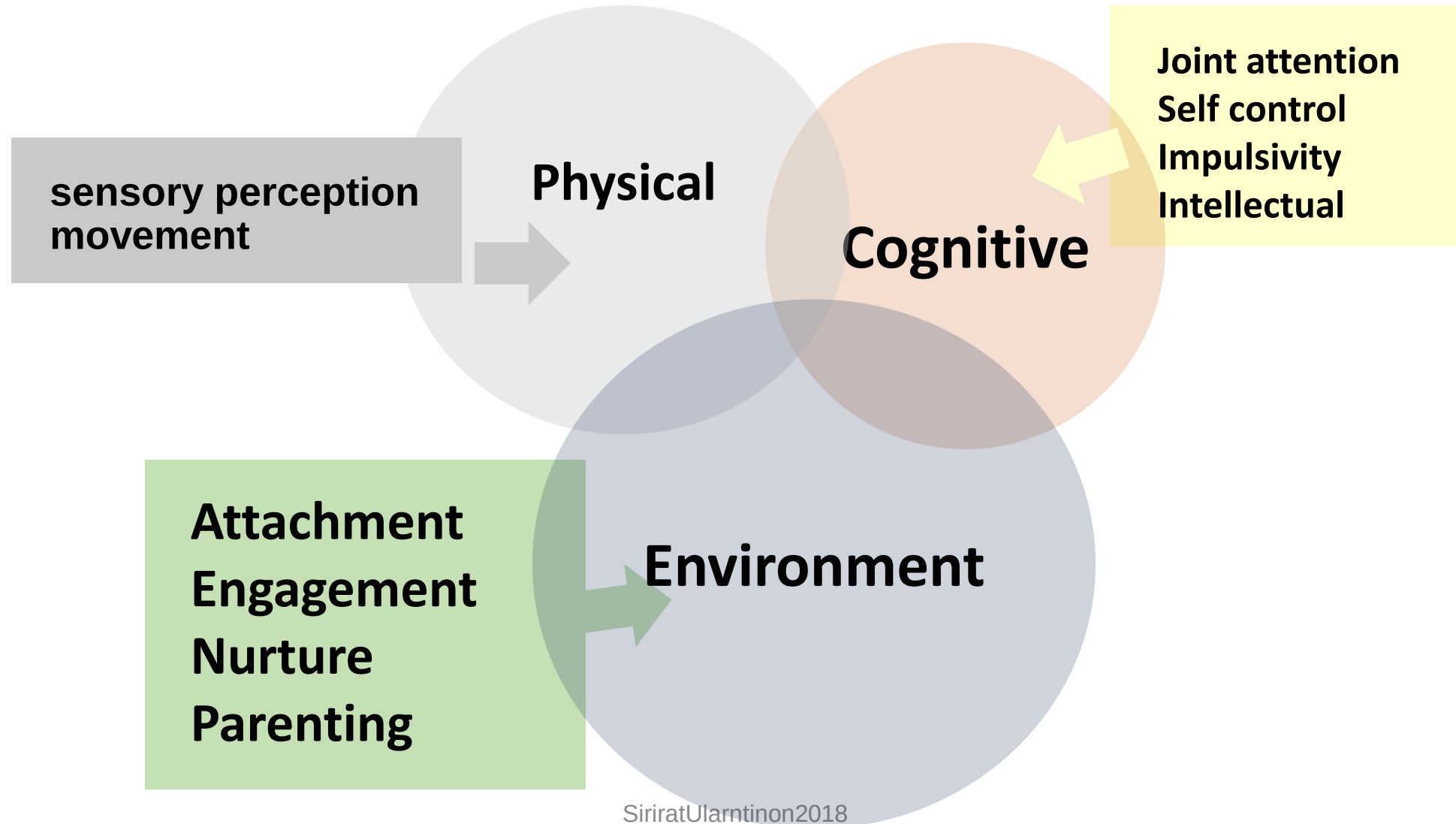
Socialization

Harmonizing

Self control
Joint attention
Language
Imitation
“empathy”
“theory of mind”
Perspective taking
“mind reading”



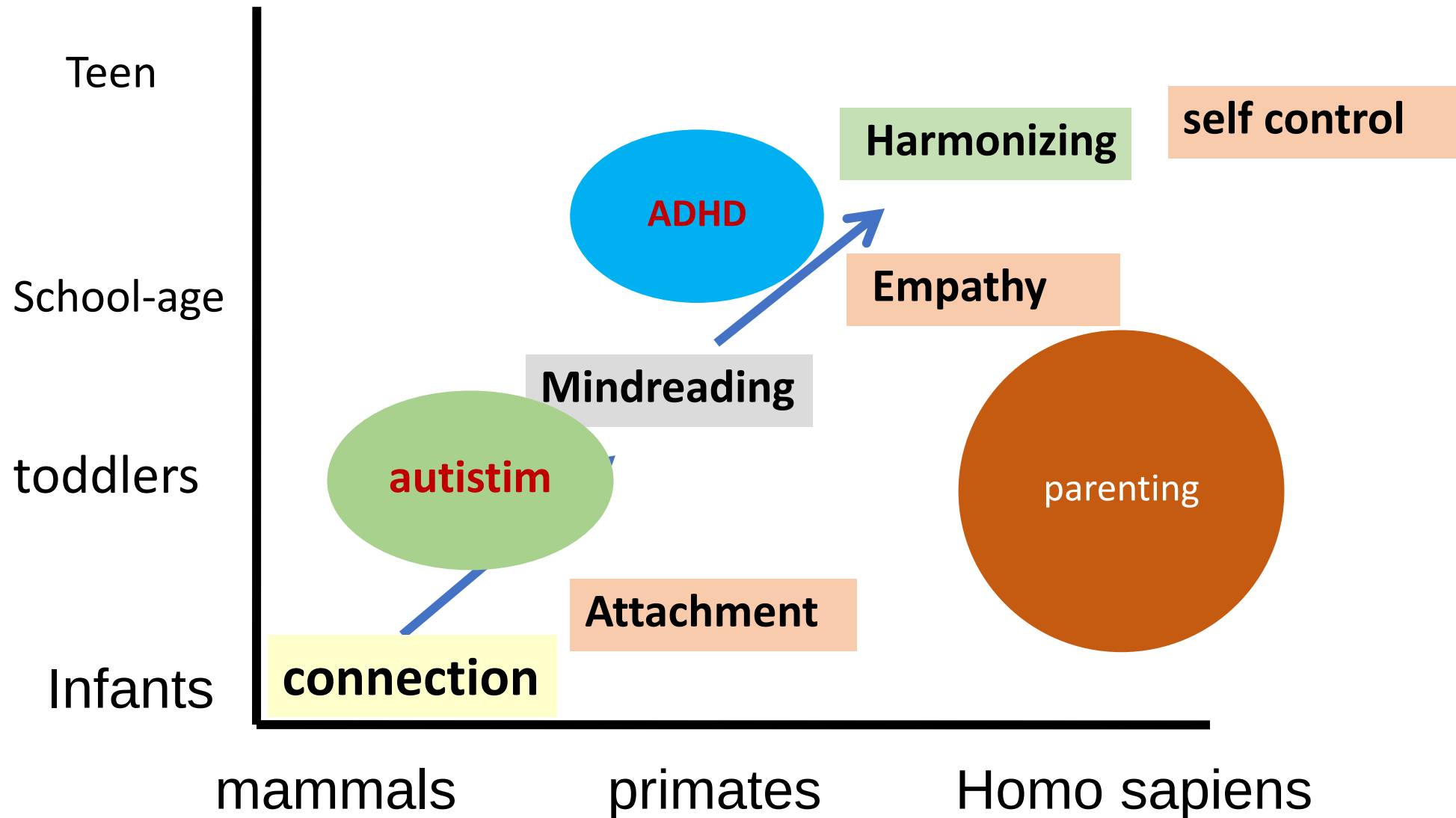
Disruption in Social Development



Emergence of social adaption across evolution and human development
Matthew Lieberman (2013): Social- why our brains are wired to connect



สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี
QUEEN SIRIKIT NATIONAL INSTITUTE OF CHILD HEALTH
กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข



Autistic Spectrum

Intellectual disabilities

Social Difficulties

Sensory deficit

ADHD

Social Anxiety

Parenting Self control

Joint attention

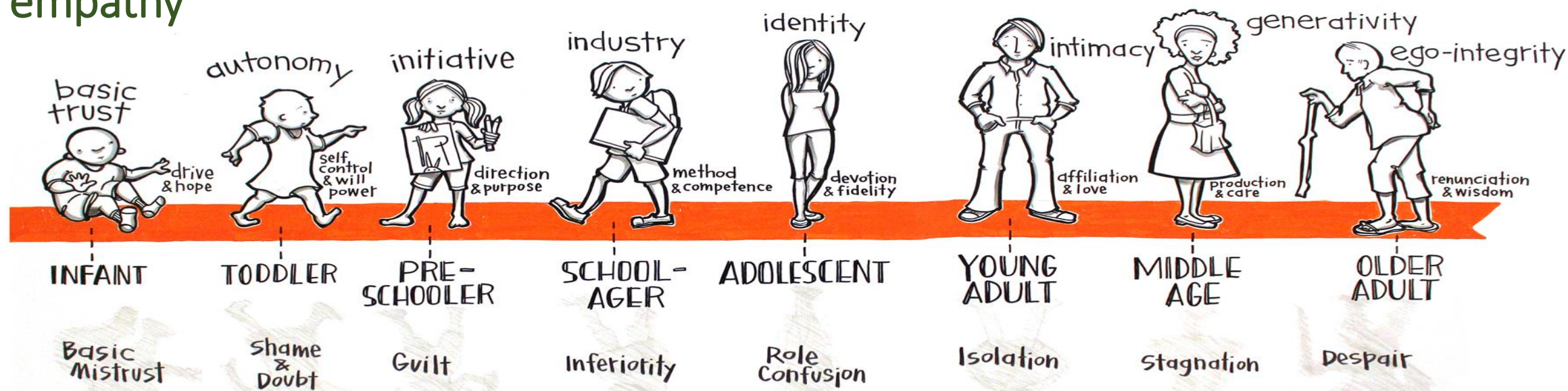
Language

Perspective taking

Imitation

“mind reading”

“empathy” “theory of mind”





From pain point to prototype of Modular Approach to Social Skill Training Workbook for Thai Kids



A Social skill training workbook: co-created by:

**Learning Designer:
Prowpannarai Mallikamarl, MA**

**Child Psychiatrist-Autism Specialist:
Nattawat Ngamsamut, MD**

**CBT therapist:
Sirirat Ularntinon, MD**



Social skills tools

Social Cognition

Adapted from SRS-2 Social Responsiveness
Scale: John N Constantino (2012)

Social Awareness

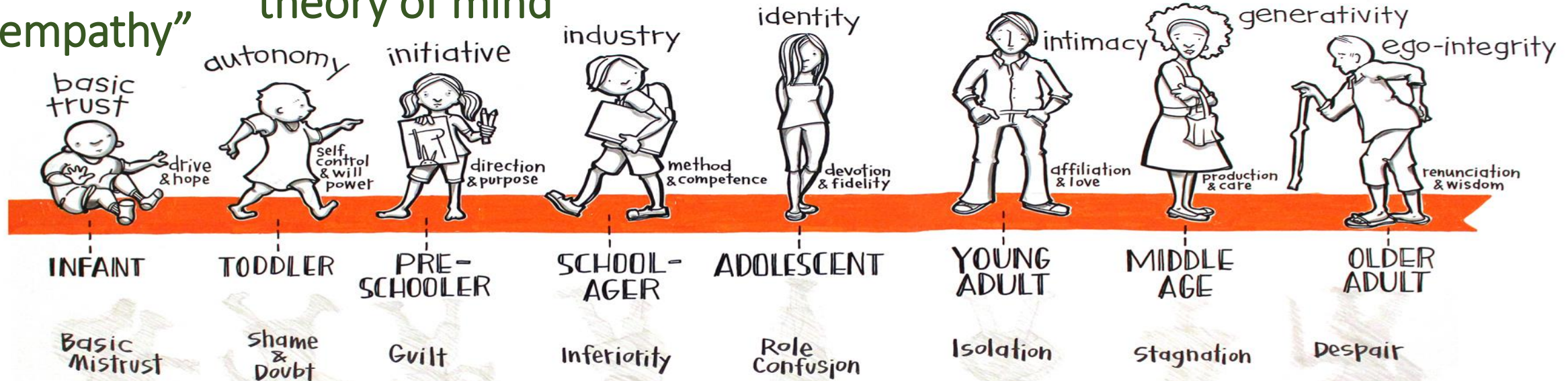
Social Communication

Social motivation

Social Relevant

Joint attention
Imitation
“empathy”
Self control
Language
“theory of mind”

Perspective taking
“mind reading”



Social skills training modules

Adapted from SRS-2 Social Responsiveness Scale:
John N Constantino (2012)

3.Social Cognition

2.Social Awareness

4.Social Communication

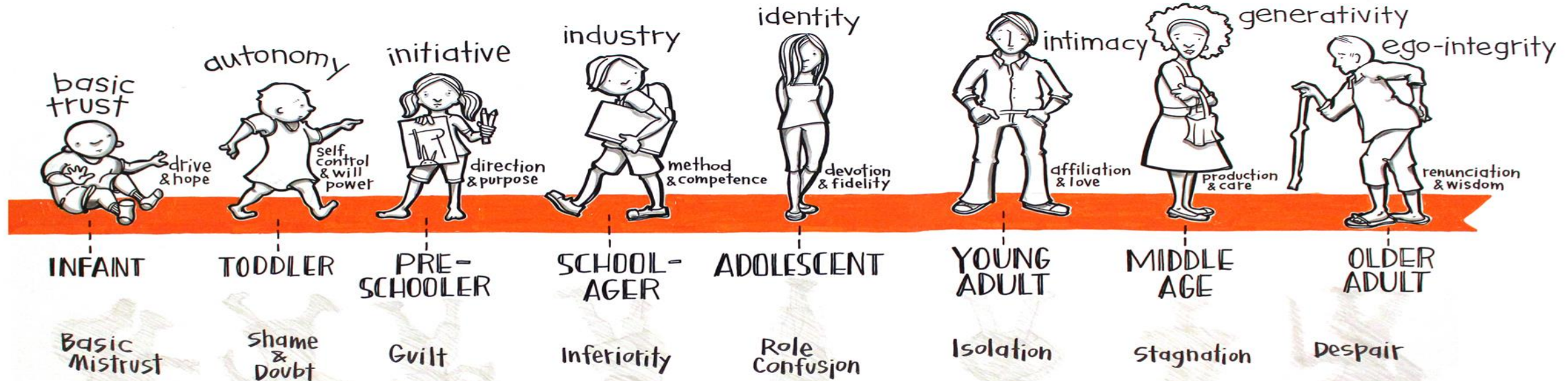
1.Social motivation **ADHD**

5.Social Relevant

Social anxiety

Autistic Spectrum

**Transdiagnostic
social skill training
toolbox**



Stimuli event- situation : social interaction

Social behaviors through
the lens of cognitive behavioral model
: transdiagnostic social skill training
based on case formulation

social motivation



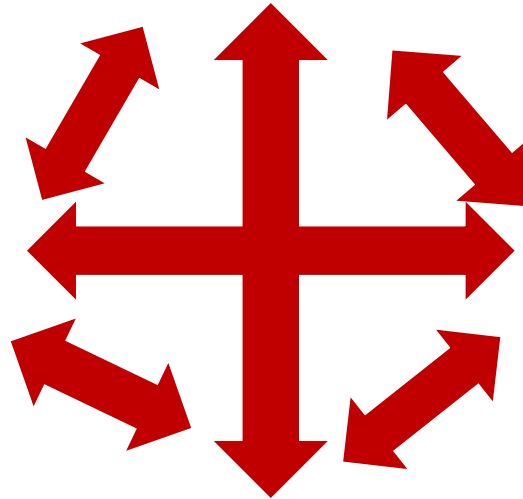
Cognitive
Appraise/ Interpret

social cognition
(cognitive work)

social awareness
(self & other monitoring)

Emotional
Response

Anxious, sad,
bored, mad,
frustrate



social communication
(behavior work)

Behavioral response

Withdraw/ lack of motivation
Inappropriate/ avoid
Aggression

Physiologic/ physical response

social relevant



A collection of cartoon-style illustrations of children with various hairstyles and clothing, arranged around the central text. Some children are waving or gesturing.

สังคม...ศึกษา

SOCIAL SKILLS

พญ.ศิริรัตน์ อุฬารัตินนท์
นพ.ณัฐวัฒน์ งามสมุทร

Transdiagnostic social skill training toolbox

- Psychoeducation
- Skill- building
 - Cognitive- emotional skill
 - Psychophysical skill

- Psychoeducation

ต่อมา เด็กเกิดความสามารถทางภาษา
ได้ยินเสียงก็เกิดการเลียนแบบเสียง เช่น มา-มา
เมื่อเด็กเปล่งเสียงเรียกได้ แม่ตั้งใจ แม่มีความสุข

Imitation

เด็กเห็นแม่มีความสุข เด็กก็มีความสุข
เป็นความรู้สึกสุขทางใจจากการเลียนแบบอย่างมีเป้าหมาย และเด็กก็ทำมากขึ้น
เป็นการแบ่งปันความสุขทางใจระหว่างกัน

Self regulation

การที่เด็กทำได้ แปลว่า เด็กเริ่มมีฐาน
เริ่มควบคุมตัวเองได้ระดับหนึ่ง เริ่มมีการเลียนแบบได้
เริ่มเลือกได้ว่าจะสนใจอะไร และพอมมองอะไร
เด็กมองตามได้ สบตากลับได้ (Joint intention)

Joint intention

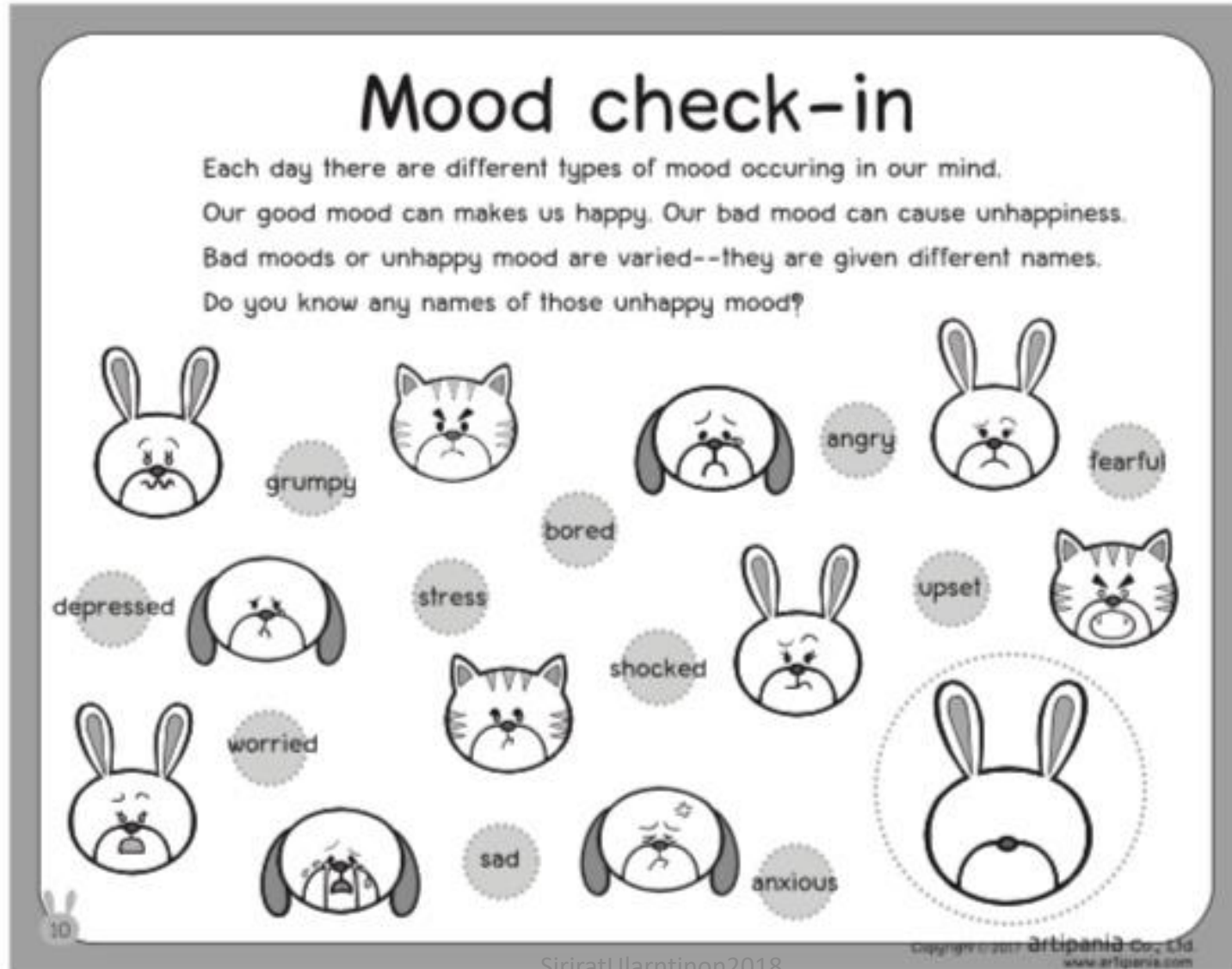
เมื่อพัฒนาการทางภาษาดีขึ้น
เด็กสามารถรวบรวมสิ่งต่าง ๆ
ในความคิดได้
เกิดความรู้สึกและความสามารถในการทำ
ความเข้าใจคนอื่นนอกบ้านได้

“แรงจูงใจในการเข้าสังคม”

Language & cognition

Social learning

Mood check-in: first step in CBT- knowing how you feel?



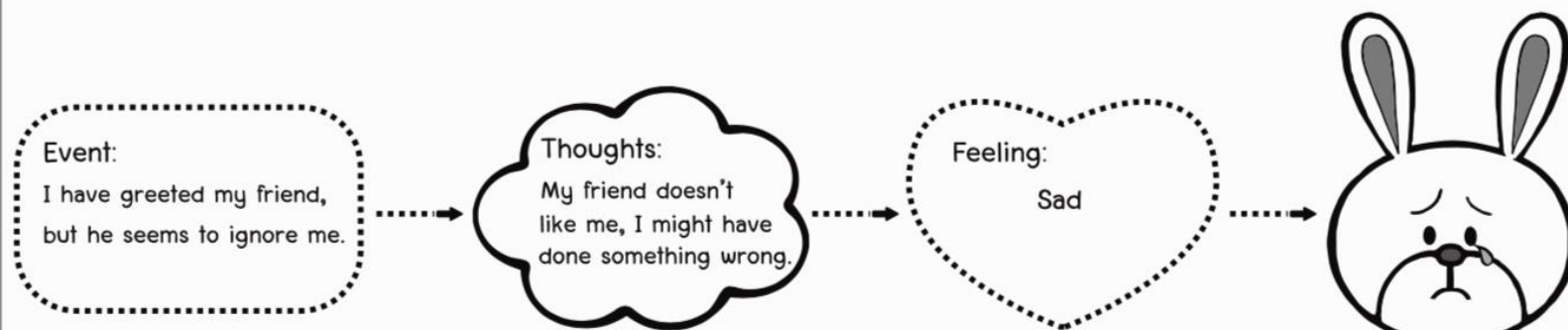
อ่านอารมณ์ออก...บอกได้

ลองทำดู

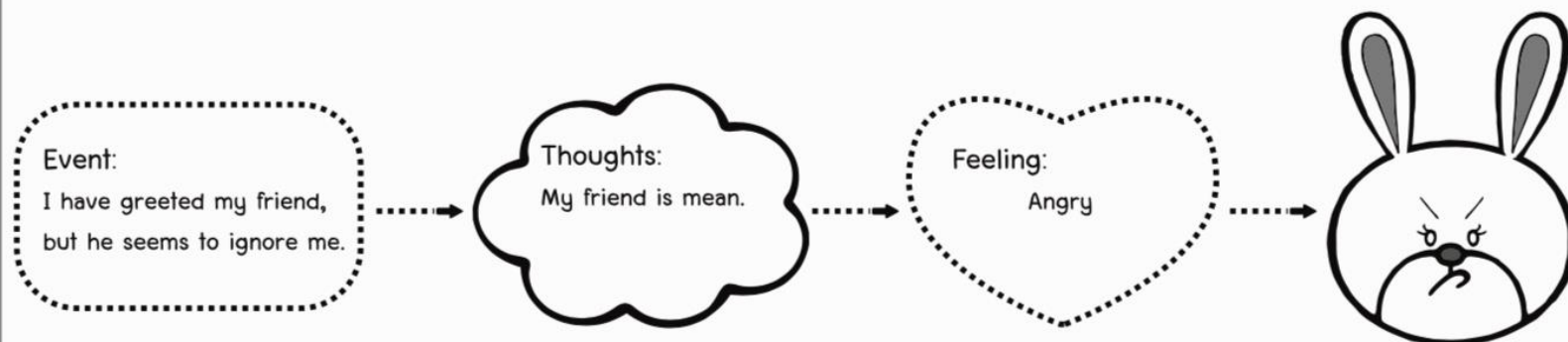
ไหนลองนึกว่า มีอารมณ์อะไรอีกที่หนูรู้จัก แล้วเวลาเรามีอารมณ์เหล่านั้น หน้าตาเป็นยังไงนะ ลองวาดดู



Anger, sadness, and fear can be related to your inner thoughts which may vary, for examples...



Sad feeling usually relates to negative thoughts about yourself, others, and a future situation.



Angry usually relates to the thought of insulting, putting the blame on others.
It is the friend's intention to ignore and not to respect you. It isn't fair.

Different type of
thought
Different type of
feeling

แล้วถ้าเป็นหนู ...จะทำอย่างไร ?

เขียนหรือวาดรูปลงในช่องที่ให้ไว้

ถ้าเห็นคนอื่นทำหน้าแบบนี้



ฉันจะ

ถ้าเห็นคนอื่นยืนคุยกันอยู่



ฉันจะ

ถ้าอยู่ในโรงหนังฉันจะ



ฉันจะ

ถ้าคุยกับคนอื่น



ฉันจะ

Social skills training modules

3.Social Cognition

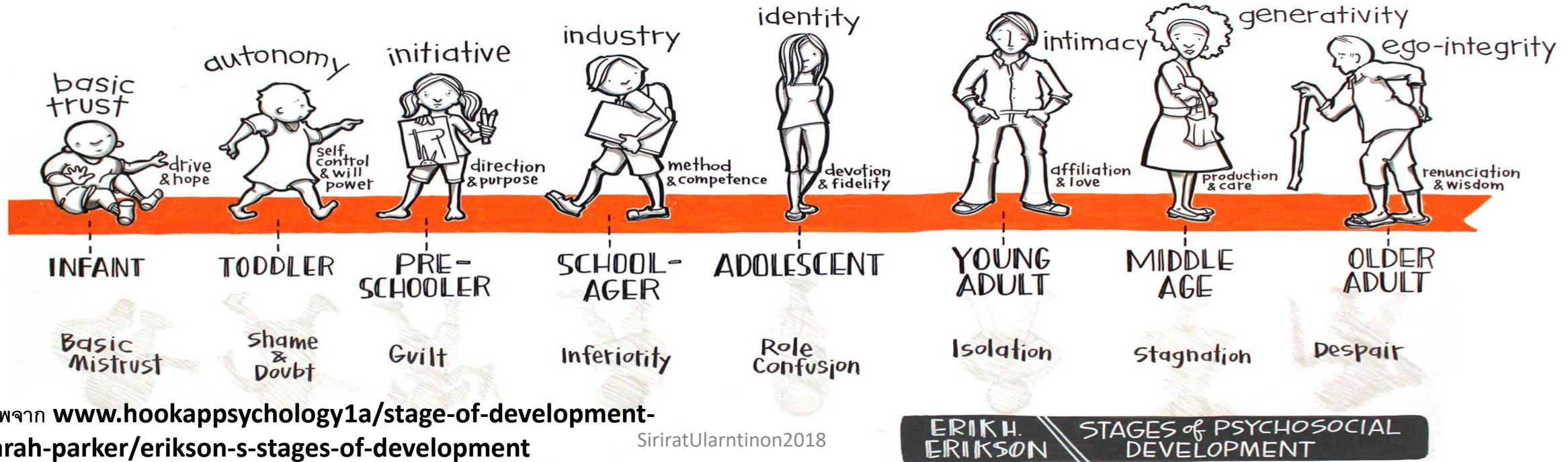
Adapted from SRS-2 Social Responsiveness Scale:
John N Constantino (2012)

2.Social Awareness

4.Social Communication

1.Social motivation

5.Social Relevant



เข้าใจ

(Social Cognition)

ทักษะการเข้าใจสังคม คือความสามารถในการเข้าใจสถานการณ์
ที่เกิดขึ้น ได้ใกล้เคียงความจริงในสถานการณ์ทางสังคมต่าง ๆ
ซึ่งในสถานการณ์นั้น ๆ เด็ก ๆ มีโอกาสเจอทั้งเพื่อนที่ดี
และ เพื่อนที่มารังแก ความเข้าใจสถานการณ์ได้ตรงตามความจริง
จะทำให้เลือกปฏิกิริยาตอบสนองได้เหมาะสม



คิดใหม่...มองใหม่

ลองทำดู

ลองมาช่วยให้เพื่อนลองคิดใหม่ดูว่า...การมีเพื่อนดีกว่าการไม่มีเพื่อนยังไง



Stimuli event- situation : social interaction

Social behaviors through
the lens of cognitive behavioral model

Attentional Bias: towards threats

Cognitive
Appraise/ Interpret
fear of negative feedback
fear of disapproval

Anxious
Emotional
Response

Behavioral response
Withdraw/ avoid

Physiologic/ physical response

Stimuli event- social situation



สถาบันสุขภาพเด็กแห่งชาติมหาราชินี
QUEEN SIRIKIT NATIONAL INSTITUTE OF CHILD HEALTH
กรมการแพทย์ กระทรวงสาธารณสุข



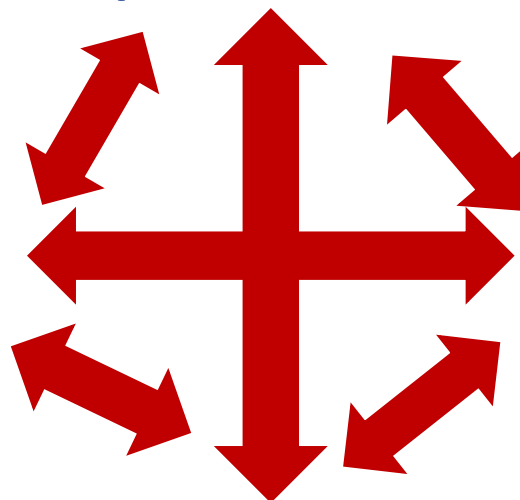
Cognitive

Appraise/ Interpret

hostile attributional bias:
labels others/ unfairness/ violation

Emotional
response

Anger



Behavioral response

Lack of problem solving skills
or assertive solution

Fight/ off- task/ non compliance
Aggressive/ revenge
Maladaptive/ inappropriate

Physiologic/ physical response

sympathetic/HPA axis

Label physical arousal as anger

Connection

Socialization

Harmonizing

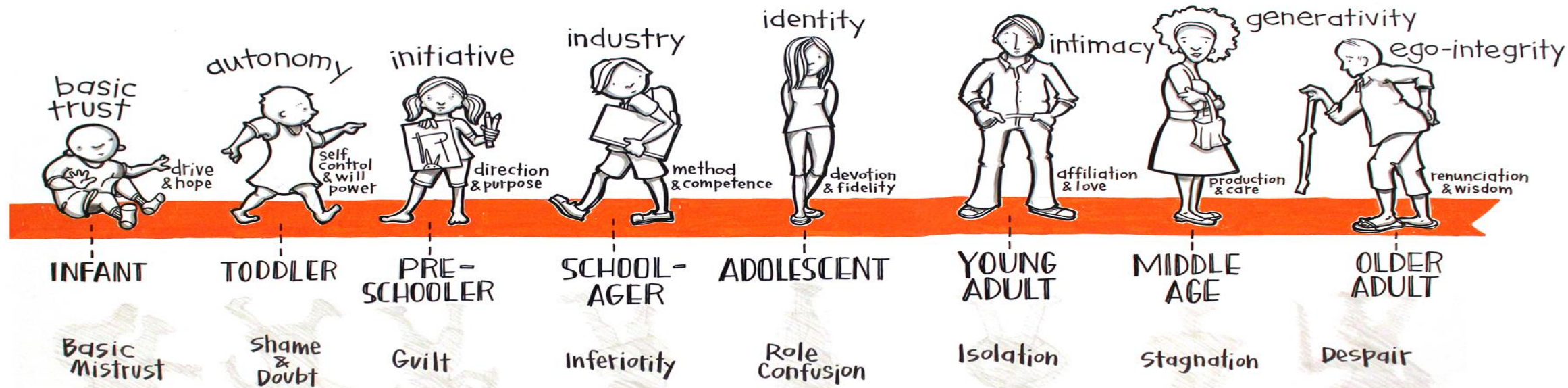
Social Development

Social Awareness
Social Cognition
Social Communication

Joint attention
Imitation

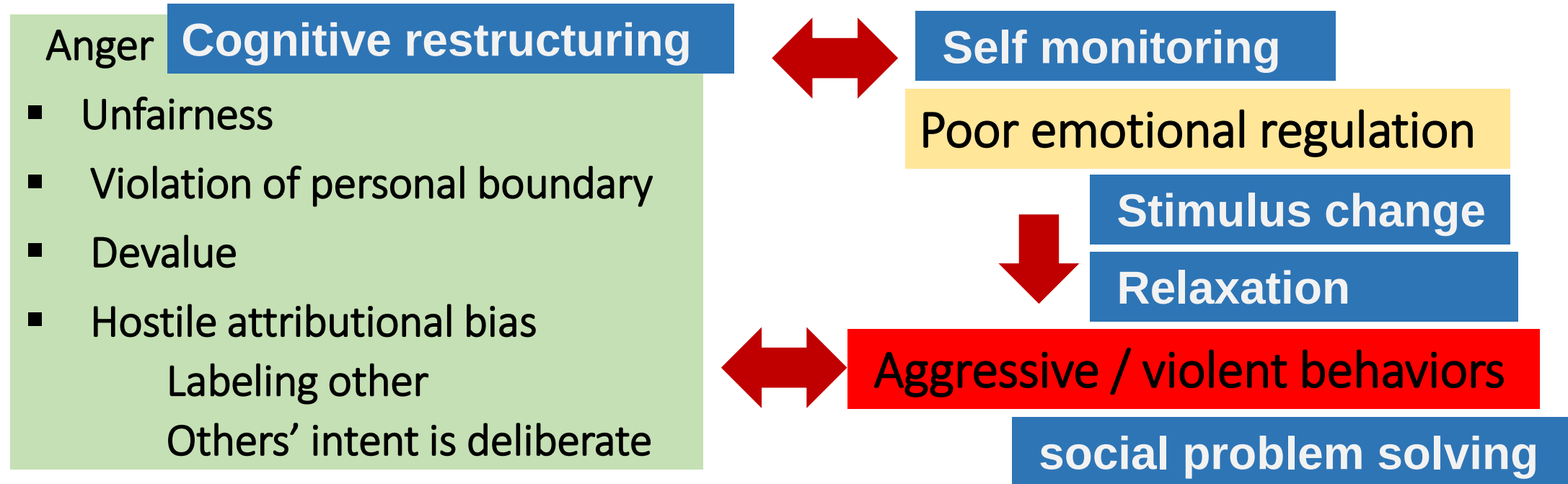
Self control
Language

Perspective taking
“mind reading”



Social cognition: aggressive

Distorted interpretations of interpersonal cues (Dodge, 1989)



ลองทำดู

น้ำซิงได้ยินเสียงเพื่อน ๆ คุยกันอยู่ในห้องเรียน
พอเปิดประตูเข้าไป เพื่อน ๆ ก็หยุดคุยทันที
น้ำซิงเห็นเหตุการณ์เช่นนั้นจึงมีความคิดขึ้นมาว่า
“สงสัยพวกเพื่อน ๆ จะต้องนินทาเราแน่ ๆ เลย”
เมื่อคิดดังนั้น จึงทำให้น้ำซิงรู้สึกโกรธ
และกระแทกกระเป๋านักเรียนลงบนโต๊ะ และวิ่งหนีไป



ถ้าหนูเป็นน้ำซิง หนูจะตีความเหตุการณ์นี้
.....เป็นอย่างอื่นได้อย่างไรบ้าง ?

ตอบ:



Social cues

Encoding of external and internal cues

Identify problem/
emotional reaction

1

Hostile attributional bias

Interpretation of these cues

Analyze intentions of others/
perspective taking

2

Determining goals /
desired outcomes

Generating
possible
responses

Lack of non- aggressive
conflict resolution

Brainstorm solutions

3

4 Pro & Cons

Analyze short/ long
term consequences

5

6 Obstacles? Plan

7 Role play/ trial

evaluating
the chosen
response

Evaluating and
selecting/
enacting a
response

Social Problem Solving

ฝึกแก้ปัญหา

ในการฝึกแก้ปัญหา เด็ก ๆ อาจถามตัวเองว่า

- สิ่งที่คุณต้องการให้เกิดขึ้น คืออะไร ?
- มีวิธีหรือหนทางไหนบ้าง ที่จะทำให้สิ่งที่คุณต้องการเกิดขึ้น ?

สิ่งที่คุณต้องการให้เกิดขึ้น คือ: _____

วิธีที่จะทำให้เกิดขึ้นคือ

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

ทางเลือกของฉัน

ลองทำดู

Social Cognition

เมื่อคิดได้หลายวิธีการแล้วก็ดูว่าทางเลือกแต่ละข้อที่เราคิดนั้น
มีข้อดี ข้อเสียยังไงบ้าง เขียนลงไปเลยนะ

ปัญหาของฉัน คือ: _____

ทางเลือก	ข้อดี	ข้อเสีย
1.		
2.		
3.		
4.		
5.		

ทางเลือกที่ดีที่สุดสำหรับฉันคือ : _____

[ตารางจัดการปัญหา]

ลองทำดู

Social Cognition & experiment

1. ปัญหา: _____

2. คนอื่นจะมองอย่างไร:

4. ประเมินทางเลือก:

ข้อดี

ข้อเสีย

3. ทางเลือก:

5. ทางเลือกที่เลือกทำ:

6. สิ่งที่ต้องทำ:

7. ผลการทดลอง:

กระจกสะท้อน...พฤติกรรม

ลองทำดู

สิ่งที่ฉันทำ คือ

สิ่งที่เกิดขึ้น คือ

เราสามารถวางแผนการกระทำของเรา
และลองเขียนดูว่า หากเราทำสิ่งนั้น ๆ
จะเกิดอะไรตามมาบ้าง ก่อนที่เราจะตัดสินใจทำ
แต่เมื่อเราทำสิ่งที่ไม่เหมาะสมลงไปแล้ว
เราก็ควรจะหาทางปรับปรุงการกระทำของเรา

ครั้งต่อไป ฉันจะ

ขอโทษนะ

ลองทำดู

ถ้ามีเหตุการณ์เหล่านี้เกิดขึ้น หนูจะพูดว่าอย่างไรดีนะ ลองเขียนดู



เพื่อนฝากส่งการบ้าน แล้วเราลืม เลยทำให้เพื่อนถูกครูเข้าใจผิดว่าไม่รับผิดชอบ จึงถูกครูดุ

หนูจะพูดว่า:

หนูนัดเพื่อนว่าจะไปกินขนมด้วยกันหลังเลิกเรียน แต่หนูไปสายเพราะคุยกับเพื่อนอีกคนอยู่ เพื่อนคนแรกจึงไม่พอใจ

หนูจะพูดว่า:



หนูยืมหนังสือของเพื่อนมาอ่าน แล้วไม่ระวังทำน้ำหกใส่

หนูจะพูดว่า:

หนูหยิบไม้บรรทัดของพี่ไปใช้ พอพี่จะใช้ก็หาไม่เจอ พี่โกรธหนูมาก

หนูจะพูดว่า:



No!



ลองทำดู

No!

เมื่ออยู่ในสถานการณ์ต่าง ๆ เด็ก ๆ ควรหัดบอกความต้องการของตัวเองได้
โดยสมมติสถานการณ์แล้วลองคิดว่าจะปฏิเสธอย่างไร
ลองดูเหตุการณ์ต่าง ๆ แล้วลองเขียนว่า หนูจะพูดอย่างไร ?

- ของเล่นของเธอสนุกดีนะ ขอเราเลยได้มั๊ย เราจะเอากลับไปเล่นที่บ้าน

หนูจะพูดว่า:

- ยัยหัวโต ยัยอ้วน อย่าเข้ามาใกล้ละ แบร่ ๆ ๆ ๆ

หนูจะพูดว่า:

- เจ้าคนนี่มันเดินช้าเห็นแล้วน่ารำคาญ นายมาแกลังมันด้วยกันกับเราเหอะ

หนูจะพูดว่า:

กิจกรรม

เสร็จแล้วลองฝึกซ้อมทั้งคำพูดและน้ำเสียงที่ควรใช้ เพื่อเวลาเกิดขึ้นจริง
เด็กจะสามารถนำสิ่งที่ได้ฝึกซ้อมแล้วออกมาใช้ได้ทันทีและสมมติสถานการณ์เพิ่มเติม
ได้อีกหลายรูปแบบ



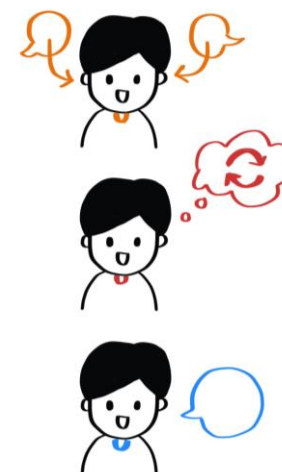


SELF- EFFICACY (Bandura, 1977)

Toward a Unifying Theory of Behavioral Change

Source of efficacy

Performance accomplishment
Vicarious experience
Verbal persuasion



Being a Coach, not a Cheerleader



In memory of Dr. Nattawat (Ohm) Nagamsamut (1974- 2022)
Yuwaprasart Waithayopathum Child and Adolescent Psychiatric Hospital
Department of Mental Health
Ministry of Public Health, Thailand