

Chunk and Check

Die Aufnahmefähigkeit von Auskünften kann unter bestimmten Bedingungen begrenzt sein. Insbesondere wenn Ratsuchende mit einer Vielzahl an Informationen konfrontiert werden und diese sehr komplex und schwer verständlich sind (z. B. medizinische Informationen mit Fachbegriffen), ist die Wissensvermittlung eingeschränkt.

„Chunk and check“ ist eine Methode, um die Verarbeitung von Informationen im Beratungskontext zu verbessern und ebenso leicht anzuwenden. Sie stellt eine Kommunikationstechnik dar, deren Anwendung sich für Beratungsgespräche insbesondere bei Menschen mit geringer Gesundheitskompetenz empfiehlt. Sie eignet sich insbesondere im klinischen Kontext für Arzt-Patienten-Gespräche.

Wie funktioniert die Methode?

Hierzu werden Informationen und Erklärungen in kleinere Einheiten, sogenannte „Chunks“ zerlegt. Durch die Beratung in kleinen Schritten wird Ratsuchenden die Aufnahme von Informationen erleichtert. Nach jeder Teilinformation wird darüber hinaus abgeklärt, ob diese verstanden wurde („Check“) und auch umgesetzt werden kann. Diese Wiederholungen stellen einen wichtigen Aspekt der Lernkontrolle dar, um zu überprüfen, ob Informationen richtig verstanden und verarbeitet wurden.

Um diese Methode anzuwenden, legen Sie nach jeder wichtigen Information eine kurze Pause ein. Bitten Sie anschließend Ihr Gegenüber, die Inhalte kurz in eigenen Worten wiederzugeben und rückversichern Sie sich, dass das Gesagte richtig verstanden wurde. Erst dann sollten Sie neue Informationen vermitteln.

Beispiel:

Chunking (Aufteilung in Abschnitte):

Der Arzt beginnt damit, Diabetes in kleinere Abschnitte aufzuteilen. Zuerst erklärt er/sie die beiden Hauptarten von Diabetes, Typ 1 und Typ 2. Dann spricht der Arzt über die Ursachen von Diabetes, wobei genetische Faktoren, Lebensstil und Umwelt eine Rolle spielen können. Anschließend erläutert er/sie die Symptome von Diabetes, darunter

GALA-Verbundpartner



häufiges Wasserlassen, übermäßiger Durst, Gewichtsverlust und Müdigkeit. Schließlich werden die Diagnosemethoden wie Bluttests zur Messung des Blutzuckerspiegels und HbA1c-Werte sowie die Behandlungsoptionen wie Insulintherapie, Medikamente und Lebensstiländerungen besprochen.

Check (Überprüfung):

Nachdem der Arzt jeden Abschnitt erklärt hat, überprüft er das Verständnis des Patienten. Er könnte fragen: "Können Sie mir erklären, was der Unterschied zwischen Typ-1- und Typ-2-Diabetes ist?" oder "Welche Symptome könnten auf einen hohen Blutzuckerspiegel hinweisen?"

Fortfahren mit dem nächsten Chunk:

Wenn der Patient den Abschnitt verstanden hat und die Fragen korrekt beantworten kann, geht der Arzt zum nächsten Abschnitt über. Zum Beispiel könnte er/sie dann über die Diagnosemethoden sprechen und anschließend das Verständnis des Patienten überprüfen.

Dieser Prozess wird fortgesetzt, bis der Arzt sicher ist, dass der Patient ein umfassendes Verständnis von Diabetes und den damit verbundenen Aspekten hat. Dies ermöglicht es dem Patienten, die Erkrankung besser zu bewältigen und die erforderlichen Maßnahmen zu ergreifen, um seine Gesundheit zu verbessern.

GALA-Verbundpartner

