Bazální stimulace – biografická anamnéza – Lýdia Bérešová

1. Sociální situace, zaměstnání: student fyzioterapie, práce, dobrovolník v oboru
2. Kdo může a kdo nemůže navštěvovat: může rodina, přátelé
3. Jaký je typ (klidný, živý, potřebuje kolem sebe dění): klidný
4. Jak slyší: bez problémů
5. Jak vidí, potřebuje brýle? – bez problémů, bez pomůcek
6. Denní rytmus: budíček 5.00 hod (hygiena, cvičení, snídaně), 8.00 běžný denní provoz, cca 9.30 svačina, cca 12.00 oběd, 15.00 odpolední svačina, 17.00 konec pracovních/ školních povinností, 18.00 příroda, 19.00 večeře, volný čas – různě, 22.00 spánek
7. Pravák, nevyhraněný
8. Doteky – které má rád: jenom z profesního důvodu, nebo osoba blýská
9. Jak spí, poloha, přikrývky: dle aktuálního stavu, většinou na boku s podloženými svrchními končetinami, přikrývka po uši
10. Jak si čistí zuby, jak se holí: 2x denně elektrický zubní kartáček se zubní sprchou
11. Co jí rád/nerad: preference se mění, kožní alergická reakce na některé druhy paprik
12. Co pije rád/nerad: preference se mění bylinné čaje, pu-erch, nepije alkohol, sladké nápoje, kávu, mléko
13. Které zvuky poslouchá rád – mění se to, momentálně hudbu, která působí jako bílý šum
14. Upřednostňuje některé materiály? – prodyšné, pohodlné, nesyntetické
15. Oblíbené vůně: přírodní (les, moře), jemné
16. Co dělá, když má bolesti: dle druhu a důvodu bolesti – do přírody, domácí práce, spánek, ibalgin
17. Co dělá, aby se cítil dobře (hudba, osoby, klid, káva…): cvičení, příroda, kniha, spánek
18. Ostatní sdělení: nemluvit o ničem, jenom aby se mluvilo
19. Důležitý zážitek v poslední době: Narození synovce.

V případě, že by u mě bylo potřeba využít BS: tak podněty v nízké intenzitě pravidelně obměňovat, nakolik funguji více ve vlastní hlavě a na podněty z venku po určité době přestávám reagovat.