



Mit klarem Blick eine Herzensidee verfolgen: Kristina Sophie Grohs hat ihren Traum verwirklicht.

# Mit Gefühl und Herz

Die Inklusionsfachkraft  
Kristina Sophie Grohs kam auf die Idee,  
zwei ungewöhnliche Helfer zu erfinden:  
Anna und Emmo. Ein Stück über  
zwei Puppen auf der Bühne des Lebens  
und ein Herzensanliegen hinter  
den Kulissen.



**F**einfühlig und tiefgründig ist Kristina schon immer gewesen. Ob dies auf ihren angeborenen Herzfehler zurückzuführen ist? Vielleicht. Zumindest hat die Tatsache, anders zu sein, sie dafür sensibilisiert, Menschen warmherzig und mit viel Verständnis zu begegnen. Was ihr bei ihrer Tätigkeit als Inklusionskraft natürlich in die Hände spielt. Doch dazu später mehr.

Kristina wird 1988 mit einem Double Outlet Right Ventricle (DORV) in Oberhausen geboren. Bei diesem komplexen Herzfehler gehen Körper- und Lungenschlagader von ein und derselben, nämlich der rechten Herzkammer ab. Im Alter von sechs Jahren wird sie operiert – in Birmingham. Was in England schon Routine ist, bereitet hier in Deutschland noch Unbehagen, und so fliegt die Familie für die OP ins Ausland.

Die Operation verläuft erfolgreich, ein Jahr später wird Kristina eingeschult. Während vor der OP die Sauerstoffsättigung bei 49 lag, ist sie auch heute noch stabil bei 98. „Ich habe mich durch meine körperliche Einschränkung nie einsam oder ausgegrenzt gefühlt. In meiner Erinnerung ging es mir immer gut. Ich habe meinen Herzfehler nie als schlimm empfunden,“ erzählt die heute 34-Jährige.

### Vom Loslassen und Vertrauen

Als Herzkind wisse man ganz genau, was man kann und was nicht. „Zum Beispiel im Sportunterricht habe ich nur so viel gemacht, wie ich konnte. Meine Mutter hat mir ganz viel vertraut. Dazu gehört auch das Loslassen, wenn man mit 16, 17 Jahren allein zu den Kontrollterminen gehen möchte“, erklärt Kristina. Mit ihrem Herzfehler setzt sie sich intensiv auseinander – jedoch weniger aus der körperlichen Perspektive. „Für mich gibt es die organische Seite und die emotionale Seite. Natürlich kann ich erklären, was ich habe, aber ich sehe meine Aufgabe darin, mich darum zu kümmern, wie es mir emotional damit geht. Das Organische ist die Aufgabe des Kardiologen“, begründet sie.

**»Ich lebe nicht, um zu überleben, sondern ich möchte leben.«**

**»Ich sehe meine Aufgabe darin, mich darum zu kümmern, wie es mir emotional geht. Das Organische ist die Aufgabe des Kardiologen.«**

Kristina fühlt sich zwar immer anders, aber nie krank. Und noch ein Punkt liegt ihr am Herzen: Der Schicksalsschlag, der mit der Diagnose beim Kind einhergeht, trafe häufiger die Eltern – nicht das Kind. „Man wächst nun mal so auf. Und wenn andere den Fokus nicht auf den Herzfehler legen würden, würde das Kind eventuelle Einschränkungen auch nicht als schwerwiegend empfinden“, sagt Kristina. Ihre Eltern stellen die Erkrankung nicht in den Familienvordergrund. „Mein Bruder hat letztens noch zu mir gesagt, dass er als Kind nicht wahrgenommen hat, dass ich durch meinen Herzfehler besonders behandelt wurde“, berichtet Kristina. Und sie ärgere sich darüber, dass Menschen mit einer Krankheit oder Behinderung oft in eine Rolle gedrängt würden. Die junge Frau erläutert: „Ich akzeptiere, dass ich eine Patientin bin und bleiben werde, aber ich will aus dieser Opferrolle heraus. Hier spielt auch das Vertrauen der Eltern in die Kinder hinein. Ohne dieses hat man es enorm schwer, sich freizukämpfen.“

Mit sich und ihrem Körper ist Kristina im Reinen. „Natürlich empfindet man als Kind oder Jugendliche eine Narbe als nichts Positives, bis man versteht, was sie bedeutet – Leben!“, erinnert sie sich. Und ergänzt: „Deshalb bin ich so froh, dass insbesondere meine Mutter losgelassen und mir vertraut hat. Denn ich lebe nicht, um zu überleben, sondern ich möchte leben.“

### Von der Idee zum Herzensprojekt

Nach dem Abitur absolviert Kristina eine Ausbildung zur gestaltungstechnischen Assistentin, merkt jedoch, dass ihre Berufung eigentlich woanders liegt und geht in den sozialen Bereich. Zunächst arbeitet sie an einer offenen Ganztagschule mit Grundschulkindern. Dort beobachtet sie zum ersten Mal den Leistungsdruck, dem die Kinder ausgesetzt sind: „Nach der Schule



Gefühle zeigen: Bei den beiden Puppen Anna und Emmo können die Kinder äußern, was sie beschäftigt.

Mittagessen, Hausaufgaben, dann direkt zum Sport, Klavier oder Judo, Abendessen und ab ins Bett. Wo bleibt da die Zeit zum Spielen, zur freien Entwicklung und für emotionale Bedürfnisse?“

Um auch einen Abschluss im pädagogischen Bereich zu erzielen, beginnt Kristina eine zweijährige

### »Nicht alle Kinder haben die gleichen Chancen, ihre Gefühle auszudrücken.«



Ausbildung zur Inklusionsfachkraft. „Für mich bedeutet Inklusion nicht nur, Behinderte einzuschließen, sondern jeden Menschen als Individuum anzusehen – egal ob er einen Herzfehler, nur eine Hand oder sozial-emotionale Probleme hat. Inklusion beginnt von innen“, erklärt sie. Überhaupt spiele das Ausdrücken von Emotionen und Gefühlen eine wesentliche Rolle in der Eltern-Kind-Bindung – und komme in unserer schnelllebigen Hochleistungsgesellschaft häufig zu kurz.

Während ihrer Ausbildung entwickelt sie Anna und Emmo, zwei Puppen. Anna steht für die anatomische Seite, Emmo für die emotionale – beide gehören unzertrennbar zusammen. „Nur wenn beide Herzhälften im Einklang sind, sind wir ausgeglichen“, betont sie. Den ersten Prototypen bastelt Kristina mit Plätzchenausstechern und Styropor und probiert sie im Rahmen einer AG mit den Kindern aus. „Die Kinder haben über Sachen gesprochen, die ich nie für möglich gehalten hätte. Denn sie haben ja nicht mit mir gesprochen, sondern mit den Puppen.“ Ihre Idee beschreibt und analysiert sie in ihrer Abschlussarbeit, für die sie eine Eins erhält. Ein wichtiger Aspekt dieser Auswertung: „Wir hören so oft von Chancengleichheit. Aber was ist mit der emotionalen Ebene? Nicht alle Kinder haben die gleichen Chancen, ihre Gefühle auszudrücken. Bei den Puppen können die Kinder äußern, was sie beschäftigt, dürfen wütend oder fröhlich sein“, argumentiert Kristina.

Anna und Emmo habe sie kindgerecht und so ansprechend wie möglich gestaltet. Die Puppen sind rund, schlicht, aber mit vielen Kleinigkeiten ausgestattet, die es zu entdecken gilt. „Auf einer Krankenstation hatte ich mal eine Puppe gesehen, bei der man die Gedärme herausnehmen konnte. Das fand ich grausam“, erinnert sich Kristina. Ihr Ziel sei es, die Puppen in jedes Kinderzimmer, jede Krankenstation oder Kita zu bringen. Denn Kinder sollten sich spielerisch mit ihren Gefühlen auseinandersetzen können, weil dem im Alltag häufig zu wenig Zeit eingeräumt werde.

## Das Ziel fest im Blick

Kristina beschließt, ihren Traum zu verwirklichen. Sie meldet ein Gewerbe an, lässt sich die Marke und das Design rechtlich schützen. All ihre Ersparnisse steckt sie in ihr Projekt. „Es war eine ganz bewusste Entscheidung. Andere fahren in den Urlaub, gehen shoppen. Für mich war klar, ich muss das jetzt machen. Aber ich wusste immer, ich werde auch ankommen“, sagt sie. Sie lässt ihre Puppen von einem deutschen Hersteller im EU-Ausland produzieren, denn vernünftige Konditionen und gute Qualität seien ihr wichtig – alles andere widerspräche ihrer Lebenseinstellung.

### ANNA UND EMMO

Anna stellt die anatomische Seite des Herzens dar. Unter Anatomie versteht man die Lehre und den Aufbau des Körpers. Anna besitzt fünf wichtige Basisbausteine in Form von Symbolen (Apfel, Ball, Bonbon, Wasser, Tomate), die für den Körper wichtig sind und ihn leistungsfähig machen. Auf Annas Rücken sind Zahnräder abgebildet. Diese stehen für den Mechanismus des Körpers: Alles greift ineinander.

Emmo stellt die emotionale Seite des Herzens dar und besitzt fünf wichtige Grundemotionen in Form von Symbolen, die zum Ausdruck und Verständnis der Gefühle wie etwa Freude, Wut, Trauer dienen. Das vierblättrige Kleeblatt auf Emmos Rücken symbolisiert das Glücksgefühl. Alle Buttons haben einen Klettverschluss und sind abnehmbar. Somit kann jedes Kind sich individuell ausdrücken. Nicht benötigte Buttons können in die Rückentasche der Figuren gesteckt werden.

Haben Anna und Emmo ein gebrochenes Herz? Nein! Die beiden Puppen haben jeweils nur eine Herzhälfte – stellvertretend für die anatomische und die emotionale Seite. Und nur zusammen funktionieren wir richtig gut.

Weitere Informationen finden Sie auf:

[www.herzja.de](http://www.herzja.de)

Heute arbeitet Kristina halbtags als übergeordnete Inklusionskraft für Kitas, gibt Fortbildungen zum Thema Inklusion. So hat sie genügend Zeit, sich ihrem Herzensprojekt zu widmen. Auch aus der Familie erfährt sie großen Rückhalt. „Gerade mein Bruder greift mir bei vielen Dingen unter die Arme. Ich bin der emotionale, er der rationale Part“, sagt Kristina. „Gemeinsam arbeiten wir täglich daran, mithilfe von Anna und Emmo ein Bewusstsein für emotionale Bildung zu schaffen.“ Aktuell steht auch schon ein Buch zu den beiden Puppen in den Startlöchern, das deren Geschichte erklärt. „Die Kinder nehmen die Puppen, wie sie sind. Eltern bietet das Buch eine gute Anleitung und es funktioniert dank der Illustrationen auch allein, ohne die Puppen.“ Denn auch Mütter und Väter dürften vor ihren Kindern ihre Gefühle ausdrücken. „Als Kind spürt man doch sowieso, wie es den Eltern geht“, sagt Kristina.

Einen Verlag zu finden, sei kein leichtes Unterfangen gewesen, und sie sei stolz darauf, ein renommiertes Haus gefunden zu haben. Auch an weiteren Ideen mangelt es der selbstbewussten jungen Frau nicht: „Bislang hat sich alles nach und nach ergeben, es ist mein Lebensweg. Meine Inspirationen finde ich überall. Was jetzt noch nicht funktioniert, wird vielleicht später gut. Irgendwann fügt sich das Puzzle zusammen!“

Christine Dehn



#### Zum Weiterlesen:

Double Outlet Right Ventricle (DORV) – einer der komplexesten Herzfehler, der gar nicht so selten vorkommt. Von Prof. Dr. med. Herbert E. Ulmer, Sonderdruck der Deutschen Herzstiftung, Stand 2014