



Es gibt Tage, die leuchten heller als andere.

Nicht, weil sie mehr Aufmerksamkeit verdienen würden als der Alltag – sondern weil sie sichtbar machen, was sonst im Schatten liegt. Der 2. April ist ein solcher Tag. Weltweit richtet sich der Blick auf Menschen im Autismus-Spektrum. Und mit ihm auf eine unbequeme Frage: Wie inklusiv ist unsere Gesellschaft wirklich?

Man könnte sagen: Der Welt-Autismus-Tag ist ein Lackmustest.

Seit seiner Einführung durch die Vereinten Nationen vor knapp zwei Jahrzehnten hat sich dieser Tag von einer Randnotiz im Kalender zu einem globalen Signal entwickelt. Schulen, Institutionen, Städte – sie alle beteiligen sich, setzen Zeichen, sprechen über Autismus. Das Anliegen dahinter ist klar und beinahe schlicht formuliert: Sichtbarkeit schaffen, Vorurteile abbauen, Teilhabe ermöglichen.

Doch zwischen Anspruch und Wirklichkeit klafft eine Lücke, die sich nicht mit blauen Lichtern schließen lässt.

Denn während öffentliche Gebäude am Abend in symbolischem Blau erstrahlen, bleibt der Alltag vieler Betroffener erstaunlich grau. Es sind die kleinen Hürden, die sich zu großen Barrieren auftürmen: das flackernde Neonlicht im Supermarkt, der unberechenbare Lärm in der Straßenbahn, das unausgesprochene Erwartungsspiel in Gesprächen. Dinge, die für die meisten kaum der Rede wert sind, können für Menschen im Autismus-Spektrum zur täglichen Belastungsprobe werden.

Und doch sieht man ihnen das oft nicht an.

Genau hier setzt das diesjährige Motto an: „Nicht unsichtbar“. Ein Satz, der zunächst wie eine Selbstverständlichkeit klingt – und doch eine stille Wucht entfaltet. Denn Unsichtbarkeit ist eines der zentralen Paradoxe des Autismus. Viele Betroffene wirken nach außen angepasst, unauffällig, funktional. Sie lächeln, reagieren, erledigen ihren Job. Und zahlen dafür einen Preis, den kaum jemand sieht.

Maskieren nennt sich dieses Phänomen.

Ein Begriff, der fast harmlos klingt, als ginge es um eine kleine Verkleidung. Tatsächlich beschreibt er eine permanente Anpassungsleistung, ein bewusstes Unterdrücken eigener Reaktionen, ein ständiges Mitdenken darüber, was „normal“ wirkt. Wer das über Jahre betreibt, lebt nicht nur mit sozialem Druck, sondern oft auch mit Erschöpfung, innerer



Zerrissenheit und dem Gefühl, nie ganz man selbst sein zu dürfen.

Man könnte es auch so sagen: Die Gesellschaft verlangt Anpassung – und wundert sich dann über die Folgen.

Der Appell „Nicht unsichtbar“ richtet sich deshalb nicht nur an die Betroffenen. Er ist mindestens ebenso eine Aufforderung an die Mehrheit. Seht hin, heißt er. Hört zu. Und vor allem: Lernt, Unterschiedlichkeit nicht als Störung zu begreifen.

Hier beginnt ein Perspektivwechsel, der in den vergangenen Jahren an Fahrt aufgenommen hat.

Lange Zeit dominierte ein medizinisches Verständnis von Autismus. Diagnosen, Therapien, Defizite – der Blick war geprägt von dem Versuch, Abweichungen zu korrigieren. Dieses Denken hat sich verschoben. Nicht abrupt, nicht vollständig, aber spürbar.

Der Begriff der Neurodiversität steht für diesen Wandel.

Er beschreibt die Idee, dass neurologische Unterschiede Teil menschlicher Vielfalt sind – nicht mehr und nicht weniger. Autismus erscheint in diesem Licht nicht als Fehler im System, sondern als Variante desselben. Eine, die Herausforderungen mit sich bringt, zweifellos. Aber eben auch andere Perspektiven, andere Stärken, andere Arten, die Welt zu erfassen.

Das klingt zunächst fast ein bisschen idealistisch, vielleicht sogar naiv.

Doch wer genauer hinschaut, erkennt: Diese Sichtweise verändert nicht nur die Sprache, sondern auch die Haltung. Sie zwingt dazu, nicht mehr ausschließlich nach Anpassung zu fragen, sondern nach Bedingungen. Wie müssen Räume gestaltet sein, damit sie für möglichst viele funktionieren? Wie lässt sich Kommunikation so gestalten, dass sie nicht nur den Lautesten entgegenkommt? Und ja, wie viel Flexibilität traut sich eine Gesellschaft überhaupt zu?

Die Antworten darauf fallen bislang eher zögerlich aus.

Zwar gibt es Fortschritte – stille Einkaufsstunden, angepasste Arbeitsplätze, spezialisierte Beratungsangebote. Aber sie wirken oft wie Inseln in einem Meer aus Routinen, das sich nur langsam bewegt. Bürokratische Hürden erschweren Diagnosen, Unterstützungssysteme sind fragmentiert, und in Schulen fehlt es nicht selten an Ressourcen, um auf individuelle Bedürfnisse einzugehen.



Kurz gesagt: Inklusion wird gern gefordert, aber selten konsequent umgesetzt.

Dabei geht es nicht um große Gesten.

Es sind oft die kleinen Anpassungen, die den Unterschied machen. Ein gedämpftes Licht hier, ein klar strukturierter Ablauf dort, ein Gespräch ohne implizite Erwartungen – Dinge, die weder teuer noch kompliziert sind. Und trotzdem erstaunlich selten selbstverständlich.

Vielleicht liegt genau darin die eigentliche Herausforderung.

Inklusion verlangt keine spektakulären Reformen, sondern einen kulturellen Wandel. Einen, der Gewohnheiten infrage stellt und Komfortzonen verschiebt. Das ist unbequem, keine Frage. Aber es ist auch der einzige Weg, Vielfalt nicht nur zu feiern, sondern zu leben.

Der Welt-Autismus-Tag macht diese Spannung sichtbar.

Er ist Bühne und Spiegel zugleich. Bühne für Initiativen, für Stimmen, für Geschichten. Spiegel für eine Gesellschaft, die sich gern als offen und tolerant versteht – und doch immer wieder an ihre Grenzen stößt.

Man könnte an dieser Stelle fragen: Reicht ein solcher Tag überhaupt aus?

Die ehrliche Antwort lautet: natürlich nicht.

Ein einzelnes Datum kann keine strukturellen Probleme lösen. Aber es kann Aufmerksamkeit bündeln, Diskussionen anstoßen, Denkräume öffnen. Und manchmal reicht genau das, um etwas in Bewegung zu setzen. Ein Gedanke hier, ein Perspektivwechsel dort – kleine Verschiebungen, die langfristig Wirkung entfalten.

Der April gilt international als Monat der Autismus-Aufklärung. Eine Ausweitung des Gedankens, gewissermaßen. Und doch bleibt die Gefahr, dass Aufmerksamkeit punktuell verpufft. Dass nach einigen Wochen wieder zur Tagesordnung übergegangen wird, als sei nichts gewesen.

Das wäre zu wenig.

Denn die eigentliche Frage stellt sich nicht am 2. April. Sie stellt sich am 3., am 17., am ganz normalen Dienstagmorgen im Büro oder im Klassenzimmer. Sie lautet: Wie gehen wir miteinander um, wenn Unterschiede sichtbar werden – oder eben nicht?



## Nicht unsichtbar: Was der Welt-Autismus-Tag über unsere Gesellschaft verrät

Vielleicht liegt die Antwort in einer einfachen, aber unbequemen Einsicht.

Nicht Autismus ist das Problem.

Das Problem ist eine Umwelt, die zu oft nur für einen Teil ihrer Mitglieder gedacht ist. Eine Gesellschaft, die Vielfalt zwar anerkennt, aber nicht immer ernst nimmt. Und die sich schwer damit tut, ihre eigenen Maßstäbe zu hinterfragen.

Der Welt-Autismus-Tag erinnert daran – Jahr für Jahr.

Und vielleicht ist genau das seine größte Stärke.

Von C. Hatty