

„Platz da und Ruhe bitte!“ – Welt-Autismus-Tag 2026

2. April 2026: Appell des Vereins nomaden anlässlich des Welt-Autismus-Tag 2026: es braucht mehr Ruhe und Platz in der Begleitung von Menschen im Autismus Spektrum.

Große Aufregung überall. In der „Welt“ aber auch bei uns in der Arbeit mit Menschen im Autismus Spektrum. Man hat das Gefühl „alles wird extremer“.

Manche finden, es gibt zu viele Autismus-Diagnosen. Dennoch gibt es noch immer viele Personen, die übersehen werden oder sehr spät, nach langem Leidensweg endlich die richtige Diagnose bekommen. Zu viele Menschen im Autismus Spektrum (AS) gehen nicht in die Schule, Arbeit und überhaupt nach draußen.

Am 2. April 2026 - ist der von der UN jährlich begangene Welt-Autismus-Tag¹. Das Motto ist heuer „**Autism and Humanity – Every Life has Value**“ (Autismus und Menschlichkeit – jedes Leben ist wertvoll“).

Wir – als Verein nomaden² - merken nach 16 Jahren der mobilen, aufsuchenden Arbeit: vielen Menschen im Autismus Spektrum geht es psychisch derzeit nicht gut. Sie sind überlastet von Reizen, Anforderungen, sozialen Konventionen, den Medien, dem Weltgeschehen etc.

Einige zeigen starke Rückzugstendenzen, andere selbstverletzende Verhaltensweisen oder herausforderndes Verhalten ihren Mitmenschen gegenüber.

Diese ständige Aufregung und Über-Information ist zu viel für uns³ und auch für viele Menschen im Autismus Spektrum.

Nirgends herrscht Ruhe, selten ist genug Zeit und häufig steht auch zu wenig Geld zur Verfügung.

Die eigene Motivation oder Lebensfreude kann mit so viel Druck von außen kaum entstehen.

Es braucht mehr Ruhe und mehr Platz

Wir versuchen mehr Platz und Raum mit der Erweiterung unserer Gruppenangebote zu schaffen. Wir als Verein bieten unsere nomaden-treffs, in denen es um einen Austausch untereinander geht, ab 2026 verstärkt an.

¹ [Link United Nations](#)

² Verein nomaden: gemeinnütziger Verein, der Menschen im Autismus Spektrum jeden Alters in Wien und Niederösterreich mobil und aufsuchend unterstützt. Mehr über uns: www.nomaden.at.

³ neurotypische Personen. Neurodivergenz als Konzept: alle Menschen haben eine unterschiedliche Form der Wahrnehmung.

Es gibt kein Ziel, es gibt kein „richtig“ oder „falsch“ - was zählt ist sich Zeit zu nehmen, um einander zu begegnen und über Dinge zu reden, die einen beschäftigen.

Mehr Ruhe erhoffen wir uns, indem wir uns stetig weiterbilden und dem „Low Arousal Ansatz“ (Studio 3/England), mehr Aufmerksamkeit schenken. Dieser Ansatz ist eine Form der Prävention und ein gewaltfreies Deeskalationstraining.

Ziel ist es, gestresste Menschen und Systeme zu beruhigen. Damit wir all jene besser unterstützen können, für die es manchmal einfach zu viel ist. Die sich oder andere gefährden und auch jene besser schützen können, die mit Menschen im Autismus Spektrum leben oder arbeiten.

Nicht nur in Krisensituationen ist der „Low Arousal Ansatz“ wichtig. Er hilft Menschen im Autismus Spektrum und auch allen Menschen darüber hinaus, im ganz normalen Alltag ruhiger und gelassener zu bleiben.

Wir müssen in diesen Zeiten gut auf uns schauen. Wir sind nicht „die einen“ (neurodivergent) und „die anderen (neurotypisch)“ - sondern wir sind alle eins.

Die Förderungen von Menschen im Autismus Spektrum und die Beratung des Umfelds brauchen Zeit, Raum und Ruhe und gut ausgebildete Personen.

Professionell arbeiten im Bereich Autismus Spektrum heißt somit kurz zusammengefasst: die Menschenrechte ernst nehmen und sich für ihre Umsetzung in allen Bereichen einsetzen, Wissen über den „Low Arousal Ansatz“ zu haben, Wissen über Autismus und Traumata zu haben und in der Arbeit zu reflektieren und aus Fehlern zu lernen.

Es darf hier keinesfalls eingespart werden. Mit jeder Einsparung riskieren wir, dass sich Menschen wieder mehr zurückziehen, ihre wenigen Bezugspersonen außerhalb der Familie verlieren. Der Weg später erneut zurück in die Gesellschaft dauert dann um vieles länger.

Text: Mag.^a Johanna Kienzl, Klinische und Gesundheitspsychologin. Obfrau und fachliche Leitung Verein nomaden und Mag.^a Sarah Koller (operative Leitung Verein nomaden).

Pressekontakt: koller@nomaden.at

www.nomaden.at