

Lernen Sie Flynn Thomas kennen. Er ist im Autismus-Spektrum und Botschafter von autismus schweiz.

Tennis und Autismus

Flynn Thomas ist 17 Jahre alt, ein talentierter Tennisspieler und im Autismus-Spektrum. Der Sport gibt ihm Struktur, Fokus und Selbstvertrauen – und hilft ihm, seine Fähigkeit zur intensiven Konzentration gezielt einzusetzen. Als Botschafter von autismus schweiz möchte er zeigen, dass Autismus nicht nur Herausforderungen, sondern auch Stärken mit sich bringt. Gleichzeitig will er mehr Verständnis für Menschen im Autismus-Spektrum schaffen und andere Jugendliche ermutigen, ihren eigenen Weg zu gehen.



Bitte stelle dich kurz vor

Ich Mein Name ist Flynn Thomas, ich bin 17 Jahre alt und Tennis ist meine grosse Leidenschaft. Ich trainiere fast jeden Tag und arbeite hart daran, immer besser zu werden. Neben Tennis liebe ich Tiere und verbringe gerne Zeit mit meinen Haustieren. Ich bin im Autismus-Spektrum und sehe das nicht nur als Herausforderung, sondern auch als Teil von dem, was mich ausmacht.

Was machst du am liebsten im Leben?

Am liebsten spiele ich Tennis. Wenn ich auf dem Platz stehe, fühlt sich alles klar und richtig an. Ich kann mich komplett auf den Moment konzentrieren. Tennis gibt mir Fokus, Ruhe und ein Ziel, für das ich jeden Tag arbeiten kann.

Wie kamst du zum Tennisspielen?

Eine besondere Geschichte verbindet mich mit Tennis: Ich habe einmal einen alten Tennisschläger von meinem Grossvater gefunden. Mein Grossvater ist mein grosses Vorbild. Er wurde 1928 geboren und hat den Krieg überlebt – ungefähr in dem Alter, in dem ich jetzt bin. Er hat damals fast alles verloren und musste sich danach sein ganzes Leben wieder neu aufbauen.

Was gefällt dir an dieser Sportart am besten?

Tennis ist ein sehr ehrlicher Sport. Auf dem Platz bist du allein verantwortlich für das, was passiert. Jeder Punkt ist eine neue Chance. Tennis gibt mir Struktur, Konzentration und Selbstvertrauen. Es hilft mir, meine Energie in etwas Positives zu stecken. Wenn ich trainiere, fühle ich mich frei.

Du bist im Autismus-Spektrum: Welche Stärken gibt dir dein Autismus?

Ich kann mich extrem stark auf Dinge konzentrieren, die mir wichtig sind. Wenn ich ein Ziel habe, kann ich mich sehr tief damit beschäftigen und lange daran arbeiten. Diese Fähigkeit hilft mir im Tennis enorm.

Was sollten andere Menschen über Autismus wissen?

Autismus bedeutet nicht, dass man weniger kann. Viele von uns denken einfach anders. Wir sehen Details, die andere vielleicht übersehen, und können uns sehr intensiv auf etwas fokussieren. Ich erkläre es immer so: das Internet ist anders verkabelt. Viele Menschen wissen noch zu wenig darüber, wie vielfältig Autismus ist. Jeder Mensch im Spektrum ist anders.

*«Viele Menschen
wissen noch zu wenig
über die Vielfältigkeit
von Autismus.»*

Was bedeutet Autismus für dich im Alltag?

Autismus ist ein Teil von mir. Ich nehme Dinge manchmal intensiver wahr als andere Menschen. Ich sehe andere Farben, Formen und nehme jedes Detail wahr. Struktur und klare Abläufe helfen mir sehr. Wenn sich Dinge plötzlich verändern oder wenn Situationen sehr chaotisch werden, kann das schwierig sein. Aber ich habe gelernt, damit umzugehen. Tennis hilft mir dabei sehr, weil der Sport mir eine klare Struktur gibt.

Warum hast du dich entschieden, Botschafter von autismus schweiz zu werden?

Ich möchte zeigen, dass Autismus auch mit Stärken verbunden sein kann. Gerade kleine Kinder, die anders sind, haben es oft schwer in unserer Gesellschaft. Viele Menschen reagieren mit Unverständnis, mit Blicken oder Kommentaren, statt mit Geduld. Meine Mutter musste das oft erleben, als ich noch klein war. Menschen haben schnell geurteilt, ohne zu wissen, was wirklich dahintersteckt.

Ich glaube, dass Eltern von Kindern im Autismus-Spektrum oft die wahren Helden sind. Sie kämpfen jeden Tag für ihre Kinder, geben ihnen Halt und glauben an sie – auch dann, wenn andere es nicht tun. Darum ist es mir wichtig zu sagen: Eltern sollten ihre Kinder nicht versuchen, in eine «Zwangsjacke» zu stecken, nur damit sie in ein System passen. Kinder sollten so angenommen werden, wie sie sind. Wenn man ihnen Raum gibt und an sie glaubt, können sie ihre eigenen Flügel entwickeln und fliegen.

Was möchtest du anderen Jugendlichen mit Autismus sagen?

Ich weiss aus eigener Erfahrung, dass es nicht immer einfach ist, anders zu sein. Auch im Tennis werde ich manchmal missverstanden. Meine Art zu reagieren oder meine Emotionen auf dem Platz wirken auf manche Menschen ungewohnt oder unerzogen. Für viele ist es einfacher, darüber zu urteilen, als zu versuchen zu verstehen. Meine Mutter muss sich dies bis heute anhören, wie schlecht sie mich scheinbar erzogen hat. Manchmal habe ich das Gefühl, dass Menschen schneller kritisieren oder sogar ablehnen, statt neugierig zu sein und zu fragen, warum jemand so ist, wie er ist oder mal Hilfe anbieten würden.

Aber genau deshalb ist es wichtig, an sich selbst zu glauben. Ich habe gelernt, dass man nicht versuchen sollte, jemand anderes zu sein, nur damit andere sich wohler fühlen. Jeder Mensch hat seine eigene Art – und genau diese Einzigartigkeit kann auch eine Stärke sein. Dies habe ich in den letzten zwei Jahren gelernt – mich selbst zu sein und auch zu spüren und für mich einzustehen. Deshalb möchte ich anderen Jugendlichen im Autismus-Spektrum sagen: Lasst euch nicht von Urteilen definieren. Wenn ihr etwas liebt – so wie ich das Tennis liebe – dann bleibt dran und geht euren Weg. Euren Weg! Nicht den Weg der vorgegeben ist. Lauft in kreuz und quer!

*«Glaubt an euch und
geht euren Weg.»*

Menschen werden euch vielleicht nicht immer sofort verstehen. Aber das bedeutet nicht, dass ihr falsch seid. Man muss nicht so sein wie alle anderen: seid anders, seid speziell und fliegt weiter und höher als es die anderen je könnten!

Was sind deine Träume?

Mein Traum ist es, im Tennis sehr erfolgreich zu sein und mein volles Potenzial auszuschöpfen. Spass zu haben und Freude an dem, wo ich tun darf. Flynn sein zu dürfen, nicht mehr und nicht weniger!