

"Spinnen Sie herum!"

Seit Jahren bereitet Jane McGonigal die Menschen auf die Apokalypse vor. 2010 simulierte sie eine globale Atemwegspandemie. Nun spielt sie die Folgen der Klimakrise weiter. Was brauchen wir, um zu überleben? Durchgeknallte Ideen. Und viel mehr Videogames, meint die Zukunftsforscherin aus dem Silicon Valley.

Interview: Sarah Lau



Sie sei eine Schwarzmalerin, sagt Jane McGonigal. Dass ausgerechnet sie das «Institute for the Future» in Palo Alto im kalifornischen Silicon Valley leitet – also im Mekka der Visionär:innen –, macht dennoch Sinn. Oder gerade deswegen. Bedrohungen zu meistern und innere Dämonen zu bändigen, hat sie jedenfalls gelernt – und uns in Büchern, Vorlesungen und Talks vermittelt, wie auch wir – abenteuerlustig! – der allseits drohenden Apokalypse begegnen können.

Dass die 45-Jährige zudem als Gamedesignerin arbeitet, hat der Tech-Ikone einen völlig neuen Zugang zu ihrem Metier eröffnet: Jane «Imaginable» McGonigal, wie sie sich selber auf Twitter nennt, hat Alternative-Reality-Spiele entwickelt, anhand deren sie das Verhalten von Menschen in Krisensituationen durchspielt. Mit Games wie «Superstruct» und «Evoke» simulierte sie 2008 und 2010 unter anderem die Folgen einer globalen Atemwegsinfektion bei gleichzeitiger Bedrohung durch Klimakatastrophen und die subversive Verbreitung von Fake-News. Insgesamt 30 000 Menschen weltweit nahmen an diesen Spielen teil; ein soziales Experiment, aus dessen Erkenntnissen sich wertvolle Handlungsstrategien für den Ernstfall ablesen liessen.

Jane McGonigals Kund:innen reichen von der Weltbank bis zum US-amerikanischen Verteidigungsministerium und ihr TED-Talk aus dem Jahr 2010 über das kreative Potenzial von Videospiele – «Gaming Can Make a

Better World» – ist mit über sieben Millionen Views inzwischen weltbekannt. Nicht zuletzt, weil McGonigal für eine Erhöhung der weltweiten Gamezeit von damals drei auf 21 (!) Milliarden Stunden plädierte – und für Videogames auf ärztliches Rezept.

In ihrem neuen Buch «Bereit für die Zukunft» leitet sie nun ganz konkret dazu an, Unvorstellbares zu denken, um künftige Krisen wie Hungersnöte, Flutkatastrophen oder Pandemien zu meistern. Verrückte Ideen zu entwickeln und durchzuspielen, was auf uns zukommen könnte, wird dabei zum Schlüssel zur Rettung der Welt.

annabelle: Jane McGonigal, in der Schweiz führten 2022 «FIFA» und das Kriegsspiel «Call of Duty» die Rankings der beliebtesten Videospiele an. Wie sollen uns solche Games für eine unberechenbare Zukunft rüsten?

Jane McGonigal: Es ist nicht das Spiel, das zählt. Es geht um die Einstellung dazu – und hier sind wir Eltern gefragt. Fragen Sie Ihre Kinder: Was braucht es, um in diesem Spiel gut zu sein? Worin hast du dich verbessert, seitdem du es spielst? Das ermöglicht Gamer:innen, über ihre Fähigkeiten, Talente und Stärken nachzudenken.

Ich kann prima schießen und ballern? Eher: Ich kann gut mit Druck umgehen, bin teamfähig oder sehr kreativ. Vielleicht kann ich auch zwanzig Mal scheitern und gebe dennoch nicht auf. Wenn Gamer:innen darüber sprechen,

spielt es keine Rolle, ob sie Zombies jagen oder hübsche virtuelle Gärten anlegen, denn jedes Spiel ist eine Herausforderung. Und um diese zu meistern, benötigen sie gewisse Fähigkeiten und Charaktereigenschaften. Dessen müssen wir uns bewusst werden. Dabei eignen sich heldenhafte Rollenspiele besonders gut, um strategisches Denken zu trainieren. Und dann kommt das, was ich den Spieltransfer-Effekt nenne.

Die Fähigkeit, seine virtuellen Erfahrungen in die reale Welt zu transportieren?

Ja. In Spielen treten wir meist viel heldenhafter, mutiger und kreativer auf als in der echten Welt – das zu begreifen kann unser Selbstverständnis verschieben. Es geht also darum, spielerisch Potenzial aufzudecken und real zu nutzen. Wie nachhaltig das sein kann, bewiesen Forscher:innen der Universität Stanford: Spieler:innen, die das Baumfäller-Game Treeproject spielten, verbrauchten noch eine Woche später in ihrem Alltag 25 Prozent weniger Papier.

Sie selbst entwickelten Alternative-Reality-Games, etwa «World without Oil», in der eine Ressourcenknappheit durchgespielt wird, um kreative Überlebensstrategien zu entwickeln. Woran sitzen Sie aktuell?

Ich arbeite an einer Klima-Migrationsimulation. Denn ich glaube tatsächlich, dass wir im nächsten Jahrzehnt

vordringlich an unserer Willkommenskultur arbeiten müssen. Einladender und offener zu sein – für andere Menschen, aber auch für die Idee, saisonal umzuziehen.

Erklären Sie das bitte!

Die Wetterbedingungen werden bekanntlich immer extremer. Nehmen wir Kalifornien, wo ich lebe. Obwohl die Waldbrände gefährlicher und häufiger werden, will ich – ähnlich wie die meisten Menschen hier – nicht wegziehen. Vielleicht aber wird es hier aufgrund ständiger Evakuierungswarnungen periodisch unbewohnbar. Ähnliche Entwicklungen gibt es überall auf der Welt: Überflutungen, Dürreperioden, Schneestürme ...

Wie aber nehmen wir dem ungeliebten Umziehen den Schrecken?

Es ist doch lustig: Wir alle sind daran gewöhnt, Ferien zu machen oder über die Feiertage nachhause zu fahren und uns temporär bei unseren Eltern einzuquartieren. Vielleicht fangen wir also mal an, unsere Vorstellung von Ferien zu ändern und Trips nach saisonalen Mustern zu planen.

Also nicht mehr über Weihnachten zu unseren Eltern fahren, sondern in der brandgefährlichen Sommerzeit Unterschlupf bei ihnen suchen?

Sie finden das lächerlich? Übertrieben? Das sind Zukunftsvisionen fast

immer. Und das müssen sie auch sein, denn nur das extreme Szenario animiert unsere Neugierde – und die braucht es dringend. Denn zunächst einmal stört ein solcher Gedanke unsere gewohnten Abläufe, vielleicht schüchtert die Idee auch ein oder macht sogar Angst.

Ja, denn wohin sollte ich auch konkret gehen? Was wäre mit meinem Job oder der Schule meiner Kinder? Käme es nicht zu Plünderungen und brächen nicht sämtliche Gesundheitssysteme zusammen?

Sie sollen gar nicht über all die komplizierten Dinge nachdenken müssen. Es geht zunächst nur darum, den Geist zu öffnen. Wo würden Sie richtig gern im Falle einer Evakuierung leben wollen? Denken Sie einfach an sich selbst, an Ihre Familie. Wie könnte so ein Leben aussehen? Was würde Sie glücklich machen? Damit machen Sie in Ihrer Vorstellung die Möglichkeit auf, zu gehen. Sie wappnen sich. Wir sprechen von der dunklen und der hellen Vorstellungskraft. Letztere wendet sich den positiven Seiten zu und plötzlich wandelt sich Angst in Abenteuerlust.

Woher kommt eigentlich diese grundsätzliche Angst vor Veränderungen?

Stellen wir uns die Zukunft vor, greift das Gehirn zwangsläufig auf Erlerntes zurück – unmöglich, dass in der Zukunft etwas passiert, was wir nicht

”In Spielen treten wir meist viel heldenhafter, mutiger und kreativer auf – das kann unser Selbstverständnis verschieben”



annabelle No. 2/2023 Fotos: Phillip Toledano

Echte Emotionen:
Gamen kann die
Welt verbessern

schon in abgewandelter Form erlebt haben. Wenn wir nun also spüren, dass uns Ungewissheit bevorsteht, erzeugt das eher Panik und das Dasein wird zur Bedrohung.

Was also tun?

In grösseren Abständen von etwa zehn Jahren denken. Dann ist unser Gehirn nicht mehr fähig, in gewohnten Mustern zu arbeiten, und wir hören auf, aus der Ich-Perspektive zu denken. In der dritten Person sehe ich mich von aussen, das verschafft mir einen objektiveren, weiteren Blick. Und die Erkenntnis, keine verlässlichen Fakten über die Zukunft abrufen zu können, lässt Kreativität frei werden. Es ist, als hätten wir plötzlich eine weisse Leinwand vor uns und malten los. So entstehen neue, bahnbrechende Ideen.

Wie komme ich in diese Form des Denkens?

Das Spiel «Hundert Möglichkeiten» bietet einen prima Einstieg. Es gilt fünf oder zehn Wahrheiten aufzuschreiben. Zum Beispiel: Ich bin Vegetarierin. Oder: Es braucht Mann und Frau, um ein Kind zu machen. Dann stellt man diese vermeintlichen Fakten auf den Kopf und sucht nach Hinweisen für eine Verifizierung. Spinnen Sie dabei ruhig ein wenig herum und geben Sie am Ende Ihre Thesen bei Google ein. Es wird Sie erstaunen, woran die Leute heute bereits forschen.

Können Sie ein Beispiel geben?

Nehmen wir die Zukunft des Lernens. Aktuell ist Schule kostenlos oder man bezahlt für seinen Abschluss. Was aber, wenn Schüler:innen für ihren Schulbesuch bezahlt würden? Ich hab das mal gegoogelt – und tatsächlich führt die Weltbank gerade ein Pilotprojekt durch, bei dem Schule als Kinderarbeit im positiven Sinne und als Investition betrachtet wird. Wenn selbst eine so seriöse Organisation derart verrücktes Zeug ausprobiert, dann sollten auch wir uns daran versuchen dürfen.

Es gibt viele zunächst als ziemlich verrückt abgestempelte Ideen, die binnen einer Dekade realisiert wurden. Nehmen wir die Ehe für alle, die bei ihrer Einführung in den Niederlanden 2001 enorm umstritten war und unterdessen in vielen westlichen Ländern etabliert ist. Oder die Verabschiedung der ersten Verfassung in Südafrika – rund zehn Jahre nach den ersten internationalen Wirtschaftssanktionen gegen das damalige Apartheidregime.

Und es geht ganz aktuell weiter: Gerade hat die amerikanische Raumfahrtbehörde Nasa beschlossen, den Mond für Menschen bewohnbar machen zu wollen. Warum auch nicht? Zehn Jahre nach Gründung der Nasa hatte der erste Mensch den Mond betreten – es dauerte nur ein Jahrzehnt, das Unvorstellbare zu schaffen.

Sie schreiben, dass unser Gehirn eine schwere Krise braucht, um schneller als gewöhnlich reagieren zu können. Stimmt, allerdings plädiere ich dafür, die Zukunft nicht als Krise anzugehen.

Aber die Zukunftsprognosen sind ja nicht wirklich berauschend ...

Absolut, das grossartige an Zukunftsszenarien ist aber, dass sie nicht sofort eintreffen. Dass wir über Dinge nachdenken, die in fünf oder zehn Jahren sein könnten, schenkt uns die Freiheit, alles ohne emotionalen oder psychologischen Druck anzuschauen. Gelassenheit und Optimismus stellen sich ein. Selbst wenn wir uns ehrgeizige Ziele setzen, etwa die Gesellschaft oder gleich die ganze Welt verändern zu wollen, erscheint dies machbar.

Sie haben vor über zehn Jahren Atemwegspandemien durchgespielt. Dann wurde eine solche Realität. Was hat Ihnen dieses virtuelle Training rückblickend gebracht?

Wir wussten anhand dieser Simulationen, dass es Mütter bei Schulschliessungen am schwersten treffen würde. Und es war abzusehen, dass die Leute bei emotional aufgeladenen Anlässen wie Hochzeiten und Beerdigungen das Versammlungsverbot ignorieren würden. Mich haben etliche der damaligen Mitspieler:innen kontaktiert und gesagt, wie sehr es ihnen geholfen habe, eine solche Pandemie vorab simuliert zu haben, nicht zuletzt, um Strategien an der Hand zu haben, wie sich eine Isolation besser durchstehen lässt und wie sich das Leben mit Maske anfühlt. Persönlich wurde mir durch die Simulation von Pandemien und Klimakrisen klar, dass ich ein Kind möchte.

Wie das?

Als ich diese ganzen Katastrophenszenarien durchspielte, wurde mir

bewusst, dass ich eine Quelle der Freude brauchen würde, um alles durchzustehen. Eine Antwort auf die Frage nach Sinn und Zweck des Lebens. Und plötzlich war die einzige Option: ein Kind.

Dabei ist doch gerade die Sorge um die Zukunft der eigenen Kinder berechtigter denn je. Immer mehr junge Menschen rebellieren inzwischen gegen die Tatenlosigkeit unserer Generation, gerade wenn es um die Klimapolitik geht. Was können wir tun?

Eines meiner diesjährigen Projekte am «Institute for the Future» befasst sich mit der Herabsetzung des Wahl- und Stimmrechtsalter. Ich habe ein Szenario entwickelt, in dem die Mehrzahl der Demokratien auf dieser Welt das Mindestalter auf sieben Jahre gesenkt haben. So alt sind meine eigenen Töchter. Ich stellte mir also vor, sie gingen zu den Wahlen und an die Urnen.

Und?

Ich merkte, dass da ein Gerechtigkeitsproblem zum Treiber wird. Junge Menschen sind unverhältnismässig stark von den Massnahmen oder eben der Untätigkeit der Regierungen in Sachen Klimawandel betroffen – selber aber handlungsunfähig. Da müssen wir ran! Sieben ist vielleicht zu jung, aber ein Stimm- und Wahlrecht ab 13 Jahren wäre realistisch und wert, ernsthaft darüber nachzudenken. Auch vor dem Hintergrund der konstant wachsenden psychischen Erkrankungen.

Können Sie das näher ausführen?

Viele junge Menschen fühlen sich von der Gesellschaft entfremdet. Sie haben grosse Angst vor der Zukunft und fühlen sich ausgeliefert. Wenn wir diesen Jugendlichen nun politisch Macht geben, könnten sie Einfluss nehmen und daraus ein neues Zugehörigkeitsgefühl

entwickeln. Wer die Zukunft mitgestaltet, wird weniger Angst vor ihr haben – und zuversichtlicher leben.

Auch Sie selbst waren nicht immer so optimistisch. Nach einem Schädel-Hirn-Trauma vor wenigen Jahren erkrankten Sie an einer Depression ...

... und das als Zukunftsforscherin! Man muss wissen, dass Depressionen es einem Menschen geradezu unmöglich machen, voraus zu denken. Klinisch Depressive schaffen es kaum zu sagen, was sie am Abend vorhaben. Es ist, als würde die Lebendigkeit aus unserer Vorstellungskraft verschwinden. Als klinische Intervention darauf wurde ein Spezifikationsstraining entwickelt. Dabei wird episodisches Zukunftsdenken mit so vielen Details wie möglich gefüllt. So übt das Gehirn, sich in die Zukunft zu denken, und stärkt eben jene Schaltkreise, die bei Depressionen geschwächt sind.

Demnach schützen uns Games und Übungen wie «Hundert Möglichkeiten» auch vor Depressionen?

Genau, denn man übt dabei, Zukunft mit Trost und positiven Erwartungen zu verknüpfen. Die dabei entwickelten Gefühle sind real. Ich selbst bin ein ängstlicher Typ, stelle mir immer vor, was alles schiefgehen könnte. Als es mir nicht gut ging, habe ich die App Super Better entwickelt, ein Spiel, das uns zeigen soll, dass wir es verdienen, positiv zu denken. Selbst wenn es nur ein paar Minuten sind, lohnt es sich, täglich auf mentale Zeitreise zu gehen, und sich dabei bewusst dafür zu entscheiden, in eine Zukunft zu wandern, die tröstet und beglückt. Auch das ist Selbstfürsorge.

Jane McGonigal: Bereit für die Zukunft, Penguin Verlag, München 2022, 464 Seiten, ca. 38 Fr.

”Stellen Sie die Fakten auf den Kopf. Spinnen Sie herum! Es wird Sie erstaunen, woran die Leute heute bereits forschen”