Pressemitteilung

Digitale Achtsamkeit statt digitaler Überforderung: Neues Bildungsprojekt an Frankfurter Schulen

- **Stiftung Polytechnische Gesellschaft fördert „Digitale Achtsamkeit gestalten“ von DigitalSchoolStory und BOSODO**
- **Vier Frankfurter Schulen mit jeweils vier Klassen können teilnehmen / Bewerbungen sind ab sofort möglich**

Bad Homburg, 12. November 2026.– Wie können Kinder und Jugendliche soziale Medien selbstbestimmt nutzen, digitale Belastungen erkennen und einen gesunden Umgang mit ihrer digitalen Lebenswelt entwickeln? Genau hier setzt ein neues Bildungsprojekt an, das die gemeinnützige DigitalSchoolStory gGmbH gemeinsam mit BOSODO an Frankfurter Schulen umsetzen wird. Die Stiftung Polytechnische Gesellschaft Frankfurt am Main fördert das Projekt „Digitale Achtsamkeit gestalten“ im Rahmen ihres Schwerpunkts „Social Media, Medienkompetenz und psychische Gesundheit“. Mit dem Förderschwerpunkt unterstützt die Stiftung Polytechnische Gesellschaft Projekte, die junge Menschen in Frankfurt zu einem kompetenten und gesunden Umgang mit sozialen Medien befähigen.

Am Projekt können insgesamt vier Frankfurter Schulen mit jeweils vier Klassen teilnehmen. Ziel ist es, Jugendliche nicht nur über Risiken sozialer Medien aufzuklären, sondern sie zu befähigen, digitale Mechanismen zu verstehen, eigene Nutzungsgewohnheiten zu reflektieren und selbst wirksame Strategien für einen gesunden Umgang mit Social Media zu entwickeln.

Vom digitalen Konsum zur bewussten Gestaltung
Soziale Medien gehören selbstverständlich zum Alltag junger Menschen. Sie schaffen Möglichkeiten für Austausch, Kreativität und Zugehörigkeit, können aber auch sozialen Druck, permanente Ablenkung und psychische Belastungen verstärken. Klassische Präventionsangebote setzen häufig auf Information und Warnungen. „Digitale Achtsamkeit gestalten“ geht bewusst einen anderen Weg: Die Jugendlichen werden selbst aktiv.

Das Projekt verbindet zwei sich ergänzende Lernansätze. Den Einstieg bildet das analoge BOSODO-Kartenspiel „Digitale Achtsamkeit“. Spielerisch setzen sich die Schüler mit typischen Herausforderungen der digitalen Welt auseinander, etwa endlosem Scrollen, ständiger Erreichbarkeit, sozialem Vergleich oder digitalen Ablenkungsmechanismen. Sie diskutieren unterschiedliche Perspektiven, wägen mögliche Gegenstrategien ab und entwickeln eigene Fragestellungen.

Anschließend vertiefen sie ihre Erkenntnisse mit der wissenschaftlich untersuchten Lernmethode DigitalSchoolStory. In kleinen Teams recherchieren sie, hinterfragen Quellen, entwickeln Geschichten und produzieren maximal 90 Sekunden lange Videos für Gleichaltrige. Dabei geht es nicht darum, zusätzliche Bildschirmzeit zu schaffen. Vielmehr erleben die Jugendlichen, wie digitale Inhalte entstehen, welche Wirkung Bilder, Sprache und Emotionen entfalten und wie sie selbst verantwortungsvoll mit digitalen Medien umgehen können.

Vier Frankfurter Schulen gesucht: Jetzt Interesse anmelden
Für die Umsetzung werden vier Schulen in Frankfurt am Main gesucht, die mit jeweils vier Klassen teilnehmen möchten. Das Angebot richtet sich insbesondere an die Sekundarstufe I und lässt sich in unterschiedliche Unterrichtsfächer und schulische Präventionskonzepte integrieren. Die teilnehmenden Schulen erhalten Zugang zu den BOSODO-Spielsets, den digitalen Lernmaterialien von DigitalSchoolStory sowie zur fachlichen Begleitung während der Projektumsetzung.

Die Durchführung ist für das Schuljahr 2026/27 vorgesehen. Die Projektlaufzeit erstreckt sich vom 1. November 2026 bis zum 31. Oktober 2027.

Interessierte Schulen in Frankfurt können sich ab sofort bei DigitalSchoolStory melden.

Nachhaltige Wirkung im Schulalltag
Ein besonderer Schwerpunkt des Projekts liegt auf der Qualifizierung der Lehrkräfte. Denn digitale Achtsamkeit soll kein einmaliges Projektthema bleiben, sondern dauerhaft Eingang in den Unterricht finden.

DigitalSchoolStory begleitet die teilnehmenden Lehrkräfte bei der Umsetzung und befähigt sie, die Methode zunehmend selbstständig einzusetzen. Die BOSODO-Spielsets und begleitenden Unterrichtsmaterialien verbleiben an den Schulen und können auch in weiteren Klassen und Jahrgängen genutzt werden.

Prof. Dr. Frank E.P. Dievernich, Vorstandsvorsitzender der Stiftung Polytechnische Gesellschaft Frankfurt am Main:
„Die Nutzung sozialer Medien spielt eine zentrale Rolle im Leben junger Menschen. Deshalb müssen wir ihnen nicht nur Wissen über soziale Medien vermitteln, sondern sie darin stärken, selbstbestimmt und verantwortungsvoll mit ihnen umzugehen. Medienkompetenz und psychische Gesundheit gehören dabei untrennbar zusammen. Das Projekt ‚Digitale Achtsamkeit gestalten' setzt genau hier an: Es verbindet Prävention mit aktiver Beteiligung und gibt Jugendlichen die Möglichkeit, eigene Handlungskompetenz zu entwickeln."

Marika Pradler, Projektverantwortliche der Stiftung Polytechnische Gesellschaft:
„Uns ist wichtig, dass aus guten Projektideen nachhaltige Veränderungen im Schulalltag entstehen. Deshalb überzeugt uns an diesem Ansatz besonders die Verbindung aus niedrigschwelligem Zugang, aktiver Auseinandersetzung und der Qualifizierung von Lehrkräften. So können die Erfahrungen und Materialien über die geförderten Klassen hinaus wirken und weitere Jugendliche erreichen."

Nina Mülhens, Mitgründerin und Geschäftsführerin der DigitalSchoolStory gGmbH:
„Wir diskutieren viel darüber, wie wir Kinder und Jugendliche vor den Risiken sozialer Medien schützen können. Aber Schutz allein reicht nicht aus. Junge Menschen müssen verstehen, wie digitale Mechanismen funktionieren, was sie mit ihnen machen und wie sie selbst Einfluss darauf nehmen können. Genau dafür brauchen sie sichere Räume, in denen sie ausprobieren, hinterfragen und eigene Lösungen entwickeln dürfen. Digitale Achtsamkeit entsteht nicht durch Verbote, sondern durch Verstehen, Reflexion und Selbstwirksamkeit."

Über Stiftung Polytechnische Gesellschaft

Die Stiftung Polytechnische Gesellschaft engagiert sich tatkräftig für die Menschen in Frankfurt am Main. In den Bereichen Bildung, Kultur, zivilgesellschaftliches Engagement, Demokratie, Wissenschaft, Technik, Berufliche Bildung und Soziales realisiert und unterstützt sie Projekte, die die Persönlichkeitsentwicklung des Einzelnen fördern und die Teilhabe an der Gemeinschaft stärken. So leistet die 2005 gegründete Stiftung einen ganz praktischen Beitrag zu einer lebendigen und solidarischen Stadtgesellschaft – ganz nach ihrem Motto „Wir bauen am Wir".

Über BOSODO

BOSODO Games entwickelt seit 2024 Spiele mit gesellschaftlicher Wirkung. Im Mittelpunkt steht „Digitale Achtsamkeit": ein argumentatives Kartenspiel, in dem Handysucht, Fake News, Cybermobbing oder Online-Druck als Monster auftreten. Besiegen lassen sie sich nur mit passenden Argumentationen, die die Mitspielenden überzeugt. So trainiert das Spiel Medienkompetenz, Argumentationsfähigkeit und Selbstregulation spielerisch und mit Witz, statt sie nur zu erklären.

Die Teen-Edition ist auf Schulen ab Jahrgangsstufe 5 zugeschnitten und direkt im Fach- und Vertretungsunterricht einsetzbar. Eine weitere Edition richtet sich an Erwachsene und Teams in Unternehmen. In Kooperation mit der mkk – meine krankenkasse untersuchen wir in einer wissenschaftlich begleiteten Studie, wie das Spielen von „Digitale Achtsamkeit" auf das Medienbewusstsein und die digitale Gesundheit von Schülerinnen und Schülern wirkt.

Der kreative Kopf hinter BOSODO Games ist Markus Utomo. Der Diplom-Spielzeugdesigner entwickelt seit über 15 Jahren Spiele, unter anderem für Lufthansa, AUDI und Schmidt Spiele. Mit seinen Spielen erreicht er jährlich über 1,5 Millionen Menschen weltweit – von Kindern in Schulen bis zu Führungskräften in Unternehmen. Die Bundesregierung zeichnete ihn als Kultur- und Kreativpilot Deutschland aus als herausragende Unternehmerpersönlichkeit.

An seiner Seite steht Mathias Bartel, Mitgründer und geschäftsführender Gesellschafter der Nürnberger Agentur für Transformational Branding stilbezirk, der über zwei Jahrzehnte Erfahrung in Markenführung und Kommunikation einbringt.

Über DigitalSchoolStory

Die DigitalSchoolStory gGmbH befähigt seit 2020 Schüler:innen der Klassen 5 bis 13 sowie Studierende, Lerninhalte kreativ in Kurzvideos à la TikTok oder Reels umzusetzen. Die Methode vermittelt Medienkompetenz, stärkt 4K+ Kompetenzen (Kommunikation, Kreativität, kritisches Denken, Kollaboration) und fördert demokratische Teilhabe und Ausdrucksfähigkeit. Eingesetzt wird die Lernmethode an Schulen, Berufsschulen und Hochschulen. Sie wurde vom Fraunhofer-Institut FIT wissenschaftlich evaluiert. Für ihr Wirken wurde die Organisation 2023 mit dem Corporate Digital Responsibility Award ausgezeichnet und zählt zu den Bundespreisträgern des startsocial-Wettbewerbs 2023/24. Die Schirmherrschaft teilen sich seit 2025 Dr. Fabian Mehring, Bayerischer Digitalminister, und Jutta Croll, Vorstand der Stiftung Digitale Chancen und renommierte Expertin für Kinderrechte im digitalen Raum. Gemeinsam stehen sie für die zentralen Wirkungsfelder von DigitalSchoolStory: digitale Bildung und Kinderrechte im digitalen Raum.

Kontakt für Medien
Nina Mülhens
Mobil 0176 22507174
presse@digitalschoolstory.de
www.digitalschoolstory.de