



Grenzen in einer digitalen Welt bewusst gestalten

DigiBound-Forschungsprojekt mit Beteiligung der Hochschule Aalen

10.03.2026 | Im Verbundprojekt DigiBound arbeiten Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler an der Hochschule Aalen daran, Kinder und Jugendliche im Umgang mit ihren digitalen Lebenswelten zu stärken. Der Ansatz des Boundary Management – also das bewusste Steuern von Grenzen zwischen Lebensbereichen – wird dabei genutzt, um ein praxisnahes Trainingsangebot für Kindern und Jugendliche zur reflektierten Mediennutzung zu entwickeln. Nun gibt das Projektteam spannende Einblicke in die bisherigen Forschungsergebnisse und einen Ausblick auf die nächsten Schritte.

Kinder und Jugendliche stehen heute vor der großen Herausforderung, gut mit ihren digitalisierten Lern- und Lebenswelten umgehen zu können. Besonders, wenn dasselbe Endgerät – wie beispielsweise das Handy – für unterschiedliche Zwecke genutzt wird, kann es zur zeit- und ortsunabhängigen Vermischung von privaten und lernbezogenen Aktivitäten kommen und Rollenkonflikte entstehen.

Projektziele und Bedarfserhebung

Hier knüpft das Forschungsprojekt DigiBound an: Es entsteht ein praxisnahes Trainingsangebot, das Kinder und Jugendliche dabei unterstützt, digitale Medien bewusst einzusetzen, Grenzen zu setzen und ihre digitalen Lebens- und Lernwelten aktiv zu gestalten. „Schulen, Lehrkräfte und weitere Interessierte sind eingeladen, diesen Weg mitzugehen und sich mit dem Projekt zu vernetzen“, erklärt Prof. Dr. Regina Kempen, die gemeinsam mit Sören Werner den Studiengang Wirtschaftspsychologie der Hochschule Aalen im Projekt vertritt.

Neben der Hochschule Aalen sind die Universität Osnabrück und das Leibniz-Informationszentrum Technik und Naturwissenschaften Hannover (TIB) am Forschungsvorhaben beteiligt. Gefördert wird das Projekt vom Bundesministerium für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMBFSFJ) im Rahmen des Förderprogramms Empirische Bildungsforschung.

Ein wesentlicher Bestandteil der bisherigen Projektarbeit war die Durchführung einer Bedarfserhebung unter Schülerinnen und Schülern der Sekundarstufe I und II an zwei ausgewählten Projektschulen. „Wir wollten aus erster Hand erfahren, welche Heraus-



forderungen Jugendliche im Spannungsfeld zwischen Lebensbereichen im Kontext digitaler Medien erleben – und welche Unterstützung sie sich wünschen“, so Dr. Svenja Schumacher von der Universität Osnabrück. Die Gespräche mit den Jugendlichen lieferten wertvolle Einblicke in konkrete Belastungen, aber auch in bereits vorhandene Strategien der Jugendlichen im Umgang mit digitalen Medien in verschiedenen Lebensbereichen.

Konzeptionsphase des Trainings und weitere Schritte

Auf Basis dieser Ergebnisse ist DigiBound nun in die Konzeptionsphase des Trainings gestartet. Studierende der Hochschule Aalen und der Universität Osnabrück entwickelten in zwei Lehrveranstaltungen erste Mikromodule zu Boundary-Management-Strategien. Diese kleinen Lerneinheiten bieten konkrete Ansätze, wie Kinder und Jugendliche digitale Medien bewusst nutzen und Grenzen zwischen Lebensbereichen besser gestalten können. Die Module greifen zentrale Themen aus der Bedarfserhebung auf und übersetzen sie in praxisnahe und altersgerechte Lernformate für den Schulkontext. Die enge Verzahnung von Forschung, Lehre und Praxis ist dabei ein zentrales Merkmal des Projekts.

Im April und Mai 2026 startet das Training an zwei Projektschulen. Gemeinsam mit Schülerinnen, Schülern und Lehrkräften werden die Module im Unterricht erprobt und systematisch getestet. Das gesammelte Feedback bildet die Grundlage für eine anschließende Überarbeitung des Trainings, bevor es implementiert und abschließend evaluiert wird.

Aktiver Austausch mit Bildungsakteuren

Darüber hinaus suchen die Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler aktiv den Austausch mit Schulen und Bildungsakteurinnen und -akteuren. Im Sommer nimmt das Projekt zudem an Veranstaltungen und Transferaktivitäten in Schulen teil. „Ziel ist es, das Thema weiter in die schulische Praxis zu tragen, neue Perspektiven aufzunehmen und zusätzliche Interessierte für das Projekt zu gewinnen“, meint Prof. Dr. Karsten Müller von der Universität Osnabrück.

Weitere Informationen zum Projekt gibt es [hier](#) oder auf [LinkedIn](#).