

Das Jobmagazin für Hochschulabsolvent\*innen

# karrierefuehrer recht



Vol. 2.2025 09/2025-02/2026  
Web: [www.karrierefuehrer.de/recht](http://www.karrierefuehrer.de/recht)  
Follow: @karrierefuehrer  
News: [www.karrierefuehrer.de](http://www.karrierefuehrer.de)  
#kf\_recht



## Next Level Legal Work: Wie KI Kanzleien produktiver macht

#kf\_recht

Künstliche  
Intelligenz

Legal Tech

Netzwerken

Produktivität

Social Media

Im Gespräch mit:  
Sophie Martinetz  
Legal Tech Gründerin

Sandra Günther  
TV-Rechtsexpertin

Diane Manz  
Psychologin und  
Business-Coach für  
Jurist\*innen



**Du & White & Case**

Gemeinsam setzen wir ein Zeichen.



“

**Zu sehen, welche Relevanz  
meine Arbeit haben kann, ist  
etwas ganz Besonderes.**

---

**Isabelle Peltier**  
Associate

Werde Teil unseres Teams als  
**Associate, Referendar** oder **wissenschaftlicher Mitarbeiter (m/w/d)**.

Wir freuen uns auf deine Bewerbung!

E [germanylegalrecruiting@whitecase.com](mailto:germanylegalrecruiting@whitecase.com)  
[whitecase.com/germanycareers](https://whitecase.com/germanycareers)

**WHITE & CASE**

## Willkommen.

Liebe Leser\*innen,

Künstliche Intelligenz verändert die Rechtswelt grundlegend: Sie analysiert Dokumente, erstellt Texte – und gibt Jurist\*innen mehr Zeit für strategische Aufgaben. Diese Ausgabe zeigt, wie Sie den Wandel mitgestalten können. Doch wir blicken weiter: auf Diversität in Kanzleien, persönliche Wendepunkte im Lebenslauf, alternative Karrierewege und lohnende Weiterbildungen. Ob in Kanzlei, Unternehmen oder auf internationalem Parkett – noch nie bot das Jurastudium so viele Chancen, es zu Ihrem ganz persönlichen Weg zu machen.

Der karrierefürer erforscht die Arbeitswelt und durchdringt die schwierigsten Dynamiken. Wir begleiten die Transformation medial und wollen Ihnen unsere Inhalte analog und digital auf allen Kanälen optimal anbieten. Natürlich sind wir auch im Netz für Sie aktiv – als Chronist, Trendscanner, Coach und Kurator. Lesen Sie unsere News und Dossiers zur Vertiefung, spannende Erfahrungsberichte und inspirierende Interviews. Mobilisten empfehlen wir ergänzend dazu unsere kostenfreie App.

Diskutieren Sie mit uns in den sozialen Netzwerken unter dem Hashtag #kf\_recht und lassen Sie uns an Ihren Erfahrungen teilhaben.

Wir wünschen Ihnen eine anregende Lektüre  
Ihr karrierefürer-Team



**Impressum: karrierefürer recht 02.2025** 23. Jahrgang, 09.2025–02.2026 Das Jobmagazin für Hochschulabsolventen ISSN: 1619-0025

**Verlagsleitung karrierefürer und Redaktionskonzept:** Viola Strüder (verantw.) **Redaktionsanschrift:** Verlagsbereich karrierefürer in der Walhalla u. Praetoria Verlag GmbH & Co. KG, Weyertal 59, 50937 Köln, Fon: 0221/4722-300; E-Mail: info@karrierefuehrer.de; **Redaktion dieser Ausgabe:** Sonja Theile-Ochel (verantw.), Rolshover Str. 576, 51105 Köln  
**Freie Mitarbeit:** André Boße, Meike Goldmann, Stefan Trees **Anzeigen:** Viola Strüder (verantw.) **Onlineauftritt:** www.karrierefuehrer.de **Grafik:** Olaf Meyer Gestaltung, Köln  
**DTP/Lithografie:** Köllen Druck+Verlag GmbH, Bonn+Berlin **Druck:** westermann DRUCK | pva, Georg-Westermann-Allee 66, 38104 Braunschweig **Coverfoto:** AdobeStock/denisgo/metamorworks **Herausgeber:** Walhalla u. Praetoria Verlag GmbH & Co. KG, Haus an der Eisernen Brücke, 93042 Regensburg, Fon: 0941 5684-0 Fax: 0941 5684-111 Web: www.walhalla.de **Verlag:** Walhalla u. Praetoria Verlag GmbH & Co. KG, Haus an der Eisernen Brücke, 93042 Regensburg, Fon: 0941 5684-0 Fax: 0941 5684-111 E-Mail: walhalla@walhalla.de Web: www.walhalla.de **Geschäftsführer:** Stefan Eiselein (V.i.S.d.P.). Der karrierefürer recht wird auf 100 % chlorfrei gebleichtem Papier gedruckt. **Copyright:** © Walhalla u. Praetoria Verlag GmbH & Co. KG, Regensburg. Alle Rechte vorbehalten. Auszüge dürfen nicht ohne schriftliche Genehmigung des Verlages vervielfältigt oder verbreitet werden. Dies gilt auch für die Vervielfältigung per Kopie oder auf CD-ROM sowie die Aufnahme in elektronische Datenbanken.

# making of ...



Foto: AdobeStock/ S.FIO GRACIHO

## 08

### Next Level Legal

Die Transformation der juristischen Arbeitswelt durch Künstliche Intelligenz und Legal Tech ist unaufhaltsam. André Boße zeigt in seinem Essay, wie KI-Systeme Kanzleien und Rechtsabteilungen produktiver machen können. #kf\_recht

## 16

### Sophie Martinetz

Die Gründerin von Future Law, einem beratenden Legal Tech-Netzwerk, spricht im Interview mit André Boße über die Potenziale von KI im Rechtsmarkt und wie Legal Tech die Demokratie stärken kann.



Foto: Marilene Rahmann



#### PODCAST-TIPP

„Legal Truffles Podcast“ – macht NextGen Lawyers und NextGen Law Firmen hör- und sichtbar.

In jeder Folge sprechen Role Models aus Jura & Tax Bubble – von Partneranwält:innen bis BWL Studierenden – über die Balance von Karriere und Privatleben. Gäste wie Iris Hell (vierfache Mutter und Partnerin) oder Anton Wieland („Schöfffluencer“) liefern authentische Einblicke. Ziel: Kanzleien inspirierender, bunter und vereinbarer gestalten.

## 22

### Intelligent getrennt

Sandra Günther, die engagierte Rechtsanwältin mit langjähriger Erfahrung im Familienrecht und Strafrecht, Autorin und TV-Rechtsexpertin über ihre Karriere zwischen Instagram und Gerichtssaal.



Foto: Thomas Witte

#### BEHIND THE SCENE

Kürzlich stieß unser Autor André Boße auf eine spannende Studie der Rechtsfakultät der Uni Chicago: Was, wenn KI die Rolle von Richter\*innen übernehme? Das Fazit: Die KI urteilt juristisch präzise, ignoriert aber den menschlichen Faktor völlig. J. G. Roberts, Vorsitzender des Obersten Gerichtshofs der USA, kommentiert trocken: „Ich gehe davon aus, dass menschliche Richter noch eine Weile bleiben werden.“

## # Dossiers:

# Transformation der Arbeitswelt

# Digitalisierung

# Künstliche Intelligenz

# Nachhaltigkeit

# Frauen in Führung

Weiterlesen unter [www.karrierefuehrer.de](http://www.karrierefuehrer.de)

### RICHTER MIT KLARTEXT

Weil ein Anwalt Schriftsätze abliefern wollte, die angeblich mit KI generiert und voller Fehler waren, drohte das Gericht deutlich: Es handelt sich „um einen Verstoß gegen § 43a Abs. 3 Bundesrechtsanwaltsordnung (BRAO), wenn ein Rechtsanwalt bewusst Unwahrheiten verbreitet.“

<https://www.lto.de/recht/juristen/b/ag-koeln-familiengericht-312f130-25-schriftsatz-ki-anwalt-berufspflichten>

### EVENTS FÜR JURIST:INNEN 2025

Job- und Karrieremessen für Jurastudierende und Absolventen ermöglichen den direkten persönlichen Kontakt mit Personalverantwortlichen. Einen umfassenden Überblick über die Angebote, die genau zu dir passen, bieten die Fakultätskarrieretage und Juracon-Karrieremessen. Sie finden als

Präsenzveranstaltung oder online statt.

<https://iqb.de/events/jurakarriere/>



### BEYOND:

#### KARLSRUHES KRAFT – ZWISCHEN HÜTERIN DER VERFASSUNG UND POLITISCHER GRENZGÄNGERIN

Zum 75. Jubiläum des Bundesverfassungsgerichts wirft Alexander Thiele einen pointierten Blick auf das mächtigste Gericht der Republik – und plädiert für eine mutigere Politik. In „Machtfaktor Karlsruhe“ erklärt Thiele, Professor für Staatsrecht, wie das Bundesverfassungsgericht arbeitet, warum es so viel Vertrauen genießt – und wo es sich in politische Räume drängt, die eigentlich anderen zustehen. Seine These: Karlsruhe hat die deutsche Demokratie stabilisiert, aber auch gelegentlich gehemmt. Wenn die Politik mutiger würde, müsste das Gericht weniger oft zum Retter werden.

Alexander Thiele. Machtfaktor Karlsruhe – Das Bundesverfassungsgericht im System des Grundgesetzes, 140 Seiten, Campus, 2025, 18 €

06 kuratiert

### 08 Top-Thema

#### Next Level Legal Work:

Wie KI Kanzleien produktiver macht

### 16 Top-Interview

#### Unser Gespräch mit Sophie Martinetz

Die Gründerin von Future Law erläutert, wie Legal Tech die Demokratie stärken kann.

### Aufsteigen

### 20 Zwischen Gerichtssaal und Instagram-Story

### Future Skills

### 24 Lebensverändernde Begegnungen bringen Karrieren weiter

### Jur Inspiration

### 26 Schrift-Sätze

Kultur-, Buch- und Linktipps

### Weiterbildung

### 28 Wo du als Jurist\*in arbeiten kannst

### Das letzte Wort hat

### 30 Diane Manz, Psychologin, mit Tipps gegen Prüfungsangst

01 Digitalia 01 Impressum 02 Inhalt



Den **karrierefuehrer recht** gibt es als Print-Version, E-Magazin, in der App und im Web. Gefällt dir? – Folge uns!

**Facebook:** facebook.com/karrierefuehrer

**X (vormals Twitter):** twitter.com/karrierefuehrer

**Instagram:** instagram.com/karrierefuehrer

# Start

“

News, Firmenprofile, E-Paper,  
Podcasts, Videos.

Besuch uns auf  
[www.karrierefuehrer.de](http://www.karrierefuehrer.de)

”



**karrierefuehrer-Service:**

.....  
**Checkliste Bewerbung auf**  
[www.karrierefuehrer.de](http://www.karrierefuehrer.de)

**Kompaktkurs Bewerbung –**  
von Online- bis Video-Bewerbung:  
[www.karrierefuehrer.de/  
bewerben/kompaktkurs](http://www.karrierefuehrer.de/bewerben/kompaktkurs)

## Apps & Mobile

Alle Ausgaben der karrierefuehrer-Reihe  
jetzt bequem auf dem Tablet oder  
Smartphone lesen.

Mit der kostenlosen App verpasst du keine  
Ausgabe mehr und bleibst immer auf dem  
Laufenden über die neuesten Trends in  
der Arbeitswelt.





## Karriere bei der BDA zu machen heißt ...

Wir, die Bundesvereinigung der Deutschen Arbeitgeberverbände (BDA), sind der Dachverband der Arbeitgeber in Deutschland und damit die sozialpolitische Spitzenorganisation der gesamten deutschen Wirtschaft.

Für unser Traineeprogramm suchen wir:

### Juristin / Jurist (m/w/d)

### Verbandskarriere

#### Was Sie erwartet:

- wechselnde Einsätze in unseren Mitgliedsverbänden und damit ein umfassender Einblick in die Verbandswelt
- Vertretung der Arbeitgeberseite vor Gericht sowie Beratung von Mitgliedsunternehmen
- Unterstützung der Verbandsgeschäftsführungen bei der Gestaltung von Betriebsvereinbarungen, Sozialplänen oder Tarifverträgen
- Vorbereitung von politischen Reden, Rundschreiben, Stellungnahmen an den Gesetzgeber, Leitfäden etc.
- Auslandstage in einem internationalen Arbeitgeberverband
- Aufbau eines breiten Netzwerks mit attraktiven Übernahmekancen

#### Was Sie mitbringen:

- abgeschlossenes juristisches Studium
- Leidenschaft für Politik und gesellschaftspolitische Themen
- Kommunikationskompetenz und Kontaktfreude
- Interesse, verschiedene Verbände kennenzulernen, regionale Flexibilität und Reisebereitschaft

#### Worauf Sie sich freuen können:

Zwei abwechslungsreiche und spannende Jahre im Zusammenspiel mit ...

- intensivem Mentoring, Teamwork und Erfahrungsaustausch
- Weiterbildung: politische Seminare, kaufmännische Inhalte, Führungskräftebildung und vieles mehr ... alles für den perfekten Karrierestart

Klingt nach einem spannenden Berufseinstieg? Dann hier direkt bewerben: [www.karriere.arbeitgeber.de](http://www.karriere.arbeitgeber.de).

Rückfragen beantwortet Ihnen  
Martin Jakubek | Referat Personal | Telefon: 030 / 2033-1122  
BDA | Bundesvereinigung der Deutschen Arbeitgeberverbände  
Breite Straße 29 | 10178 Berlin



**kuratiert**

Foto: Fotolia/Elena

## Software entlarvt unfaire Jura-Noten

Jurastudent Felix Kaiser hat eine Software entwickelt, die Ungerechtigkeiten bei der Notengebung aufdeckt. Im Pilotprojekt filterte das Programm 11 von 107 Hausarbeiten heraus, deren Bewertungen signifikant herausstachen. Drei Studierende erhielten nach Überprüfung bessere Noten. Die Software soll künftig auch an anderen Unis eingesetzt werden.

➔ <https://www.lto.de/karriere/jura-studium/stories/detail/bayreuth-korrektur-hausarbeiten-unterschiede-software-notengerechtigkeit>

## Anonymität gewahrt: OLG schützt bissige Kritik am Arbeitgeber

Das OLG Bamberg gab einem Unternehmen einen Korb: Keine Herausgabe von Nutzerdaten anonymer Bewerter auf Arbeitgeberplattformen. Kritische Kommentare wie „Der einzig fähige Leiter: ein Kupferkabel“ seien zwar bissig, aber keine strafbare Schmähekritik. Die Meinungsfreiheit (Art. 5 GG) deckt auch scharfe Kritik ab. § 21 TDDDG greift nicht bei reinen Textbewertungen ohne audiovisuelle Inhalte.

➔ <https://rsw.beck.de/aktuell/daily/meldung/detail/olg-bamberg-6W625e-bewertungsportale-arbeitgeber-auskunft-tdddg>

## Feministische Rechtsausbildung: Kostenlose Qualifizierung für Jura-Studierende

Die Feminist Law Clinic bietet eine umfassende Ausbildung in feministischem Recht an. Die Ringvorlesung „Feminismus und Recht“ vermittelt theoretisches Wissen und praktische Fähigkeiten in Bereichen wie Sexualstrafrecht, Familienrecht und Antidiskriminierungsrecht. Nach erfolgreichem Abschluss können Teilnehmende als Rechtsberater\*innen tätig werden. Informiert euch im Newsletter oder auf der Webseite über kommende Ausbildungstermine.

➔ <https://www.feministlawclinic.de/ausbildung>

Von Sonja Theile-Ochel

# Du hast einen arbeitsrechtlichen Schwerpunkt? Super, wir auch!

Bewirb Dich jetzt: [talents.kliemt.de](https://talents.kliemt.de)

Noch Fragen?

Dann melde Dich gerne bei uns:

T +49 (0) 211 88288-168

E [jochen.saal@kliemt.de](mailto:jochen.saal@kliemt.de)



Next Stop:  
Deine Karriere bei uns!



# Next Level Legal Work

**Der Rechtsmarkt verändert sich.** Durch die Anwendung von KI-Systemen ergibt sich eine ungeahnte Effizienz. Wer profitiert, wer steht unter Druck – und wie ändert sich die Arbeit in den Rechtsabteilungen der Unternehmen? Ein Blick auf juristische Arbeitswelten in Zeiten von Legal Tech.

Ein Essay von **André Boße**

### ALLBRIGHT-STUDIE: FRAUEN IN TOP-KANZLEIEN BENACHTEILIGT

Wenn Legal Tech die Art, wie in Kanzleien gearbeitet wird, auf den Kopf stellt – gilt das auch für die Besetzung der Spitzenpositionen? In den Top-Kanzleien mit Blick auf Geschlechtergerechtigkeit nicht. Die AllBright Stiftung veröffentlichte im Juni eine Studie, die aufzeigt, dass der Frauenanteil in den Partnerschaften der Großkanzleien bei 16 Prozent liegt. Zum Vergleich: In den DAX-Vorständen liegt der Frauenanteil bei 26 Prozent. Normal ist das nicht, denn laut Studie beenden seit 2007 mehr Frauen als Männer das Jurastudium. Woran es liegt? Die Studie nennt Indizien. So sei der Weg zur Partnerschaft lang, intensiv, umkämpft – und für Frauen geprägt von gläsernen Decken. Die Arbeitskultur ist auf Leistung getrimmt. Die Partnerschaften werden von anderen Partner:innen ausgewählt, Kontrollgremien wie den Aufsichtsrat im Unternehmen gibt es nicht. Die Studie stellt fest, dass sich viele Top-Juristinnen in diesem Umfeld einen alternativen Karriereweg schaffen, indem sie „in die Selbständigkeit, in kleinere Kanzleien, in die Justiz, den öffentlichen Dienst oder in Unternehmen wechseln“. Im AllBright-Bericht zu Wort kommt Dr. Stephanie Pautke, bis 2000 in einer Großkanzlei, jetzt Partnerin bei Commeo, wo neun Anwältinnen und drei Anwälte tätig sind. „Unsere Mandanten stellen uns dieselben Aufgaben und haben dieselben Ansprüche wie zu den Zeiten, als wir aus einer Großkanzlei für sie tätig waren“, wird sie zitiert. „Allerdings können wir dies nun aus einer Umgebung erfüllen, in der es wirklich nur um die bestmögliche Arbeit für die Mandanten geht. Hier muss niemand bis in die Nacht am Schreibtisch sitzen, um exzellente Rechtskenntnisse und Arbeitseinsatz zu demonstrieren.“

Foto: AdobeStock/OPA Design

**Montagfrüh in einer größeren Anwaltskanzlei** in der nahen Zukunft. Nicht morgen. Aber auch nicht in 20 Jahren. Der erste Kaffee läuft noch, da arbeiten die Systeme mit Künstlicher Intelligenz bereits auf Hochtouren. Ein Sprachmodell scannt und analysiert in Sekundenschnelle gigantische Mengen an Dokumenten, fasst diese zusammen, findet juristische Argumente. Ein generatives KI-Modell erzeugt parallel in Windeseile rechtlich wasserdichte Vertragstexte. Chatbots übernehmen im Namen der Kanzlei – freundlich und smart – die Kommunikationen mit Bestandsmandanten und solchen, die es sehr bald werden sollen. Auch die gesamte Termin- und Anmeldeprozedur läuft digital, das KI-System überwacht, ob alle nötigen Informationen einfließen, die eingebrachten Papiere echt und gültig sind. Ein Knopfdruck reicht – und die generative KI spuckt ein Konzept aus, über welche Zukunftsmärkte sich das Nachdenken lohnt und welche Geschäftsmodelle dort möglich sein könnten. Ah, und den Kaffeefullautomaten, den hat die KI auch selbstständig angestellt, sobald sie erkannte, dass sich die ersten hier Tätigen auf den Weg ins Büro machen.

#### Die KI läuft schon – und was machen die Jurist:innen?

Schöner, neuer Kanzleialltag. Nur, welche Aufgaben übernehmen die Menschen noch in dieser von der Künstlichen Intelligenz geprägten Kanzlei? Das Zukunftsszenario könnte den Eindruck erwecken, nicht nur ihr Kaffee-Know-how, sondern auch ihre juristische Expertise seien in dieser nahen Zukunftswelt überflüssig. Wer aber das Arbeiten in Kanzleien wirklich kennt, der hat eine Ahnung, dass es so nicht sein wird. Ein Partner einer großen US-Kanzlei hat die juristische Realität wie folgt zusammengefasst: „Jeder, der schon einmal praktiziert hat, weiß, dass es immer noch mehr zu tun gibt – ganz gleich, welche Hilfsmittel wir einsetzen.“

Das Zitat findet sich in einem Beitrag von Robert J. Couture, Senior Research Fellow an der Harvard Law School, dort tätig

im Bereich Legal Profession, wo er über die Arbeit von Anwält:innen forscht. Für seinen Leitartikel hat er mit Verantwortlichen aus den 100 größten Kanzleien der USA gesprochen, die jährlich im Index AmLaw100 aufgelistet werden. Die Befragten haben Couture eine Reihe von Insights gegeben, über das, was KI-Systeme in Kanzleien bereits heute leisten, sehr bald leisten werden – sowie darüber, wie sich dadurch die anwaltliche Arbeit wandeln wird. Denn Wandel ist es, was die Künstliche Intelligenz als revolutionäres Tool in der juristischen Welt auslöst: Sie stellt die Abläufe auf den Kopf – aber ohne, dass die dort Tätigen deshalb ihren Kopf verlieren sollten. Denn sie werden auch weiterhin gebraucht. Die Arbeit hört nicht auf. Sie verändert sich. Eine Tatsache, die wiederum nicht dazu führen darf, die Kraft der Legal Tech-Revolution zu unterschätzen. Denn wer den Wandel verschläft oder sich ihr verweigert, der wird den Anschluss verlieren.

#### Mandanten wollen Tempo, Service und Qualität

Couture hat durch seine Forschung herausgefunden, dass zwei Entwicklungen die Kanzleien aktuell vor besonders große Herausforderungen stellen: Erstens die steigenden Anforderungen ihrer Mandanten, die sich nicht unbedingt auf die Preisgestaltung der Rechtsberatung fokussieren, „sondern vielmehr schnellere Reaktionen und eine höhere Servicequalität“, wie er es formuliert. Zweitens die zunehmende Komplexität der juristischen Arbeit, mit Blick auf immer mehr Regularien sowie der international von vielen Unsicherheiten geprägten gesellschaftlichen, wirtschaftlichen und politischen Lage. Sowie nicht zuletzt auch der technischen Entwicklung selbst. Denn natürlich verlangt es von einer Kanzlei hohe Investitionen, um KI-Systeme erfolgreich im beruflichen Alltag zu integrieren. Gemeint ist hier Geld, schreibt Couture. Aber auch Zeit. Denn das Kanzleiteam muss lernen, diese Systeme zu bedienen. Vor allem dann, wenn sie halten sollen, was sie versprechen. Dieses Versprechen fasst der Harvard-Forscher so zusammen: Wenn es für die Kanzleien die große Heraus-



# Discover



## Master-Messe 2025

Berlin, Düsseldorf, Frankfurt, Hamburg,  
München, Wien u.w.

### Finde dein Master-Studium!

- Studienberatung mit Experten
- 100+ Masterprogramme
- Exklusive Stipendien

Aktuelle Termine und kostenlose Anmeldung:  
[TopUniversities.com/karrierefuehrer](https://topuniversities.com/karrierefuehrer)



# Connect



## MBA Messe 2025

Berlin, Düsseldorf, Frankfurt, Hamburg,  
München, Zürich u.w.

- Meetings mit top Business Schools
- Vorträge und Beratung
- CV-Check & Networking

Aktuelle Termine und Anmeldung:  
[TopMBA.com/karrierefuehrer](https://topmba.com/karrierefuehrer)



### KI SPEZIELL FÜR KANZLEIEN UND RECHTSABTEILUNGEN

Wie groß der Markt für KI-Lösungen speziell für den Rechtsmarkt ist, zeigt die Menge an Systemen, die speziell für die juristische Arbeit entwickelt wurden. Was sich alle Anbieter auf die Fahne schreiben: absolute Sicherheit, sowohl, was die Daten betrifft, als auch die Ergebnisse der KI-Arbeit. Denn ein System, das nicht akkurat läuft, sorgt im Rechtsbereich für Ärger. Beispiele für den konkreten Einsatz sind die Vertragsmanagement-Software Pacta, die auf KI-Basis Verträge prüft und managt, oder die Plattform Harvey, die mit Hilfe natürlicher Sprachverarbeitung Dokumente aller Art analysieren sowie Texte erstellen und verarbeiten kann. Das System basiert auf der KI von Open AI, 2024 gab die Kanzlei Gleiss Lutz nach einer Pilotphase eine strategische Partnerschaft mit Harvey bekannt. Die Idee: Die Anwält:innen nutzen die KI, geben ihre Erfahrungen an das Entwicklungsteam weiter. Bei Harvey gibt man an, eine Plattform anzubieten, die zwei Expertisen vereine: rechtliches Wissen und KI-Know-how.



Foto: AdobeStock/TeJuricon



Foto: AdobeStock/kastenoid

„Wenn es für die Kanzleien die große Herausforderung der Zeit ist, die Komplexität zu bewältigen und die Bedürfnisse der Mandant:innen zufrieden zu stellen, dann kann die Künstliche Intelligenz die Lösung sein“

forderung der Zeit ist, die Komplexität zu bewältigen und die Bedürfnisse der Mandant:innen zufrieden zu stellen, dann kann „die Künstliche Intelligenz die Lösung sein“, um diese Nachfrage zu bedienen.

#### Gefragt ist Geschäftssinn

Moment mal, Kundenbedürfnisse, Nachfrage, Innovationen – sind das nicht Begriffe, die eher in der Sprache von Unternehmen zu finden sind, genutzt von Manger:innen? Genau. Couture stellt in seinem Leitartikel fest, dass in erfolgreich arbeitenden Kanzleien auf Wachstumskurs das Company-Denken Einzug gefunden hat. Oder, wie er es im Text formuliert: „Diese Kanzleien haben inzwischen eine Managementreife entwickelt, wie sie in großen Anwaltskanzleien früher sehr oft vorzufinden war.“ Eine häufige Kritik an großen Anwaltskanzleien lautete jahrelang, sie erfüllten ihre Kernaufgaben – juristische Expertise und Dienstleistungen – zwar hervorragend, es mangle ihnen jedoch an dem, was ein Harvard-Forscher „Geschäftssinn“ nennt. Couture habe durch seine Befragungen festgestellt, dass dieser bei vielen der großen US-Kanzleien mittlerweile vorhanden sei. „Pragmatisch, ruhig und besonnen“ gingen diese Sozietäten dabei zu Werke, die neuen Technologien zu integrieren. Und zwar nicht nur auf der Ebene von IT-Fachleuten, sondern auch in der Kanzleileitung. Der Kritikpunkt des fehlenden Geschäftssinns? Sei laut Couture nicht mehr gegeben.

#### Druck auf die zweite Reihe

Der Harvard-Forscher schließt daraus, dass Kanzleien aus der „zweiten Reihe“ vor potenziellen Problemen stehen. Diesen kleineren Häusern fehle im Vergleich zu den Großen der Branche das finanzielle Kapital sowie das Personal, um die Integration neuer KI-Techniken genauso schnell und wirkungsvoll hinzubekommen. Vielleicht dauert es ein wenig länger. Vielleicht geschieht es auch nicht so allumfassend. Das Problem, das sich daraus ergibt: Legal Tech-Methoden könnten dafür sorgen, dass auch die großen Kanzleien ab jetzt auch solche Aufträge übernehmen, bei denen sie bislang gepasst haben. Zum Beispiel, weil sie geringere Margen versprochen. Hier konnten die kleineren Kanzleien punkten, doch Couture hat aus dem Markt Warnsignale empfangen: 50 Pro-

# CAREER Venture



## Recruiting-Events für Hochschulabsolventen



# Bewirb Dich fürs Consulting!



**GESTALTET EURE ZUKUNFT!**

Auf LinkedIn und Instagram findet ihr Inspiration, hilfreiche Tipps und Erfolgsgeschichten, die euch den Start ins Berufsleben erleichtern.

**Folgt uns und gestaltet eure Zukunft aktiv!** ✨📱



Foto: AdobeStock/Tatiana

zent der befragten Kanzleien aus dem Ranking der 100 Größten gaben an, „dass sie eine Aufnahme dieser Arbeiten in ihr Portfolio in Betracht ziehen würden, wenn KI-Tools ihnen eine effizientere Ausführung ermöglichen würden“, schreibt Robert J. Couture in seinem Beitrag.

**„Künstliche Intelligenz stellt die Abläufe auf den Kopf – aber ohne, dass die dort Tätigen deshalb ihren Kopf verlieren sollten.“**

Es ist daher davon auszugehen, dass sich im Zuge von Legal Tech die Geschäftsmodelle neu ordnen. Damit stehen Kanzleien vor der Aufgabe, umzudenken, neu zu denken – oder auch innovativen Projekten, die man auf die lange Bank geschoben hat, endlich mehr Aufmerksamkeit zu schenken. Couture zitiert in seinem Papier einen der Befragten, der ihm sagte: „KI ist ein Katalysator, um neue Gespräche über unser Geschäftsmodell anzustoßen. Vorher wollte niemand über Veränderungen diskutieren.“ Nun ist die Zeit für den Wandel gekommen. Das gilt auch für die Aspekte, mit denen eine Kanzlei für sich wirbt. Und zwar nicht nur bei den Mandant:innen, sondern auch bei der Suche nach juristischen Talenten. Die juristische Expertise und die Gehaltsstruktur – alles schön und gut, aber wer als junge juristische Fachkraft ein digitales Mindset mitbringt, möchte, dass die Kanzlei in dieser Hinsicht Entwicklungsfelder zu bieten hat. „Anwaltskanzleien sollten davon ausgehen, dass Jurastudenten nicht nur diese Art von Arbeitsumgebung erwarten, sondern auch, dass ihre Kanzleien ihnen fortschrittliche Technologien zur Verfügung stellen, die es ihnen ermöglichen, mehr zu denken und weniger zu wiederholen“, schreibt der Harvard-Forscher.

**Rechtsabteilungen: Endlich Zeit für Strategie**

Von den Kanzleien in die Unternehmen: Auch in den Rechtsabteilungen führen Digitalisierung und KI-Systeme zu einer Neudefinition der juristischen Arbeit. Eine aktuelle Benchmarkstudie der Branchen-Analysten Wolters Kluwer, veröffentlicht im Juni dieses Jahres, kommt zu dem Schluss, dass es in den Unternehmen vor allem um eines geht: Produktivität. „Unternehmensju-

rist:innen untersuchen zunehmend, wie KI alltägliche Aufgaben unterstützen und neue Möglichkeiten zur Effizienzsteigerung bieten kann – insbesondere im Vertragsmanagement und Beteiligungsmanagement“, heißt es in der Zusammenfassung der Studie. Dabei habe sich, so die Studienautor:innen, die Rolle der Rechtsabteilungen innerhalb der Unternehmen verändert. Die Zeit, als die Unternehmensjurist:innen vor allem dann gefragt waren, wenn es Feuer zu löschen gab, seien vorbei, wie es in der Studie heißt: „Rechtsabteilungen sind operative Strategen, die ein breites und stetig wachsendes Spektrum an Aufgaben bewältigen. Von Verträgen und Beteiligungen über Compliance und Rechtsstreitigkeiten bis hin zur Entwicklung von Unternehmensrichtlinien – Rechtsabteilungen stehen im Mittelpunkt geschäftskritischer Aktivitäten.“ Genau deshalb sind KI-Systeme in diesem Bereich so willkommen: Indem sie Routineaufgaben sehr viel schneller übernehmen, gewinnen die Jurist:innen in den Unternehmen Zeit, um ihre operativen und strategischen Aufgaben zu übernehmen.

Interessant wird sein, ob diese Veränderungen dafür sorgen, dass sich die geschäftlichen Beziehungen zwischen Rechtsabteilungen und Kanzleien ändern: Noch ist es üblich, dass Unternehmensjurist:innen bestimmte Tätigkeiten auslagern. In der Regel übernehmen dann Kanzleien. Laut Benchmarkreport tun sie das vor allem dann, wenn die Rechtsabteilungen in den Unternehmen keine Zeit für diese Aufgaben haben oder sie über zu wenig inhaltliche Fachkenntnisse verfügen. Was aber, wenn die Digitalisierung der Rechtsabteilungen abgeschlossen ist? Wenn also KI-Systeme die Arbeit dort so effizient gestalten, dass der Zeitmangel als Argument fürs Outsourcing ausgedient hat? „Eine Zukunft, in der Rechtsabteilungen ihre Aufgaben strategisch, effizient und souverän intern abwickeln können, ist vielleicht gar nicht mehr so fern“, lautet das Fazit der Benchmarkstudie von Wolters Kluwer.

Eines ist sicher: Auch, wenn in Rechtsabteilungen im KI-Zeitalter effizienter gearbeitet wird – zu tun geben wird’s auch dort immer etwas. Und zwar im besten Fall keine öden Routineaufgaben mehr, sondern strategisches Nachdenken auf Basis rechtlicher Expertise. Was Unternehmen dann anbieten können: Juristische Jobs auf dem nächsten Level.



CONSULTING WEEK

# Blick auf Deine Zukunft. Entdecke Consulting!

In nur wenigen Tagen öffnest Du Türen zu **5 führenden Beratungen** mit nur **einer Bewerbung**.

Tauche ein in **spannende Fallstudien**, entdecke die **Vielfalt des Consulting** und baue Dir ein **Netzwerk für die Zukunft** auf.

Die **Consulting Week 2026** bietet Dir mehr als Einblicke – sie schafft **echte Chancen für Deine Karriere!**

**Bewirb Dich zwischen dem  
14.10. – 14.11.2025**

**WANN?** 07.01.2026 – 20.01.2026

**WO?** Design Offices Stuttgart

**WER?** Studierende und Promovierende aller Fachrichtungen



hcw\_consultingweek



Consulting Week

Gestalte Deine Zukunft:  
[www.consulting-week.de](http://www.consulting-week.de)



#### **DIE LEGAL TECH-PRAKTIKERIN**

Als studierte Juristin mit langjährigen Erfahrungen in der Digitalwirtschaft und im Management besitzt Sophie Martinetz die optimale Expertise, um die Potenziale von KI im Rechtsmarkt zu analysieren. Sie tut dies als Forscherin an der Wirtschaftsuniversität Wien – und als Praktikerin mit der Plattform Future-Law. Im Interview erklärt sie, wo KI in der Rechtsabteilung und im Kanzleialltag unterstützen kann, warum kleinere Kanzleien aufpassen müssen und wie Legal Tech die Demokratie stärken kann.

**Die Fragen stellte André Boße**

Sophie Martinetz:

# Wie KI Jurist\*innen produktiver macht





Quelle: Marlene Rahmann

**Warum ist Legal Tech eine Innovation, die zu einer Revolution führen kann?**

Interessant ist die Frage, warum Systeme mit generativer Künstlicher Intelligenz in Kanzleien besonders gut funktionieren. Die Antwort ist ganz einfach: Juristerei ist Text, und KI-Language Models funktionieren am besten mit Sprache. Der revolutionäre Aspekt entsteht auch dadurch, dass sich im Bereich der digitalen Textverarbeitung in den vergangenen Jahren wenig geändert hat. Jetzt aber greift die generative KI ein, und besonders für Juristen und Juristinnen ergibt sich ein großer Produktivitätsgewinn.

**Wie genau?**

Indem nun auch enorm große Daten- und Textmengen einfach und niederschwellig handhabbar werden. Und von diesen gibt es in Rechtsabteilungen und Kanzleien mehr als genug. Erstens gibt es sehr lange Dokumente. Hier hilft mir die KI, diese ganz banal zusammenzufassen. Das bedeutet nicht, dass ich mir später die wichtigen Stellen nicht noch einmal selbst anschauen muss. Aber ich erhalte sehr schnell einen ersten guten Überblick. Zweitens gibt es in Kanzleien unglaublich viele Dokumente. Schon in einer mittelgroßen Kanzlei mit zehn bis 20 Juristen finden sich rund zehn Millio-

nen digitaler Dokumente, bei den Großen und in Rechtsabteilungen liegt ein Vielfaches davon. Auf dieses Wissen zugreifen zu können, bedeutete früher großen Aufwand. Man muss es so ehrlich sagen: Dieses Wissen lag meistens ungenutzt herum.

**Haben Sie ein konkretes Beispiel aus dem Alltag von Juristinnen?**

Angenommen, es geht um eine juristische Klausel in einem Vertrag, also um sehr feine Details. Ich habe im Hinterkopf, dass ich diese Klausel vor einigen Jahren schon einmal erfolgreich formuliert hatte, aber wann genau war das, vor drei, vier Jahren oder ob es die Klausel in die finale Vertragsversion geschafft hat...? Früher hätte ich der Assistenz sagen müssen: Schau doch mal die Dokumente einer gewissen Zeitspanne durch. Heute hilft mir die KI. Beim Suchen. Und, noch wichtiger: beim Finden. Und das ist nicht unerheblich: Es gibt eine Studie, nach der Wissensarbeiter pro Woche neun Stunden damit verbringen, Informationen zu suchen. Das ist ein ganzer Arbeitstag, und den verkürze ich mir mit Hilfe der KI.

**Wie ändert sich dadurch der Personalbedarf in Kanzleien oder Rechtsabteilungen?**

Früher gab es in den Kanzleien rund vier Assistentinnen oder Assistenten, die einer Partnerin oder einem Partner zugeordnet waren. Sie haben zum Diktat geschrieben, Vorbereitungen erledigt, Dinge gesucht, alle diese typischen Büroarbeiten. Heute teilen sich vier Partner eine Assistenz. Denn die Partnerinnen erledigen heute vieles selber. Mit Hilfe der KI können sie wieder freigespielt werden für kernjuristische Arbeiten. Auch in der Rechtsabteilung ist das ein Thema. Die Jurist:innen verbringen viel Zeit mit nicht juristischen Tätigkeiten, die nun von der KI erledigt werden können: ersetzt werden viele administrative Tätigkeiten wie Suchen und Finden, juristische Texte für andere Fachabteilungen oder Mandantinnen verständlich aufzubereiten, wie ein richterliches Urteil zu interpretieren und einfach darzustellen ist. Das ist eine Hauptaufgabe von Juristinnen. Wichtig dabei ist: Die KI ersetzt zwar die Assis-

tenz, sie ersetzt aber nicht die juristische Denkarbeit.

**Inwieweit kann die KI auch qualitativ helfen?**

Indem sie für mich Argumente findet, fürs Für oder Wider. Ein Auftrag an sie könnte lauten: „Ich habe hier sieben Argumente für ein bestimmtes juristisches Vorgehen, finde nun für mich sieben Argumente dagegen.“ In diesem Feld ist die KI wirklich gut. Nicht, dass ich diese Argumente nicht auch selbst finden könnte. Aber: Die KI macht das schneller, sodass ich mich als Juristin unmittelbar damit beschäftigen kann, was aus dem Für und Wider folgt. Hinzu kommt, dass die KI eine Kanzlei beim Business Development unterstützen kann.

**Wie tut sie das?**

Indem sie dafür sorgt, dass beim gezielten Einsatz gewisse Prozesse so funktionieren, wie sie bei einer gut laufenden Firma ablaufen müssen. Das kann zum Beispiel das ganz einfache Auslesen von Metadaten sein, um einen Akt als Rechtsabteilung gut abzulegen. In der Kanzlei betrifft das die buchhalterischen Bereiche, aber auch das Marketing oder die Personalabteilung. Aber, Achtung: Die KI ist nicht dafür da, Personalentscheidungen zu treffen. Überhaupt, ein automatisiertes Entscheiden ist nicht Sinn der Sache, denn die KI ersetzt den juristischen Menschenverstand nicht, sie unterstützt ihn. Ein wichtiger Aspekt ist auch der Umgang mit den Mandanten. Wenn Sie als Klient zum ersten Mal mit einer Kanzlei in Kontakt kommen, dann müssen Sie auch weiterhin alle Ihre Dokumente einbringen, dazu Ihren Pass und so weiter. Allerdings muss das heute alles nicht mehr zwingend vor Ort eingesehen und geprüft werden, das kann schon sehr reibungslos in digitalen Tools inklusive KI geprüft und freigegeben werden. Für Kanzleien wäre es daher sinnvoll, diese Prozesse so zu verändern, dass der Klient viele dieser Vorarbeiten bereits online von zu Hause aus erledigen kann. Hier geht es um digitale Services im Sinne der Mandanten.

**Beobachten Sie, dass sich durch die Technik das Verhältnis zwischen Mandant:innen und Anwält:innen ändert?**

Ja, das Net-Doktor-Syndrom erwischt auch den Rechtsmarkt. Ärzte kennen das, da kommt ein Patient, der sagt: „Schauen Sie mal, ich habe hier ein Muttermal, ich glaube, das ist Krebs, das sagen mir Google oder ChatGPT.“ Analog dazu kommen Mandanten mit der Aussage in die Kanzlei: „Die KI zu Hause hat mir gesagt, ich bekomme 80.000 Euro, weil mir dieses oder jenes widerfahren ist.“ An dieser Stelle ist juristische Überzeugungsarbeit notwendig, dahingehend, dass das Recht komplex und individuell ist. Aber ich glaube, es ist generell gut, dass Mandanten mit größerem Selbstbewusstsein zum Anwalt gehen. Es gibt eine Umfrage, nach der 70 Prozent der Befragten in Deutschland angeben, sie würden niemals zu einem Anwalt gehen. Vor allem aus Angst vor den Kosten: Man verzichtet lieber auf sein Recht, als sich in diesen Strudel hineinzugeben. Und das ist ein Problem, denn der freie Zugang zum Recht ist einer der wesentlichen Faktoren für eine Demokratie. Damit das Rechtssystem funktioniert, müssen die Menschen das Gefühl haben: „Wenn ich im Recht bin, dann soll mir dieses Recht auch zu gesprochen werden.“ Fühlen die Menschen hier eine Ohnmacht, ist das nicht gut für die Teilhabe, für die Demokratie.

### **Noch immer werden Anwälte häufig nach Stundensätzen bezahlt. Ist das im Zeitalter von LegalTech noch zeitgemäß?**

In vielen Fällen nicht, nein. Hier muss umgedacht werden, wobei der Rechtsmarkt noch nicht in allen Bereichen

bereit dafür ist. Studien zeigten, dass die großen Kanzleien nur wenig Befürchtungen haben, wenn zukünftig nicht mehr nach Zeit, sondern nach dem Wert der juristischen Arbeit bezahlt wird. Die kleineren Kanzleien haben diese Befürchtungen jedoch sehr wohl. Wobei diese Sorgen wiederum dazu führen, dass dort KI-Lösungen nicht eingesetzt werden, aus Angst, dadurch das bisherige Bezahlmodell nach Stundensatz zu torpedieren. Das ist natürlich ein Problem, weil diese Kanzleien dadurch den Anschluss verpassen. Und die Mandantinnen in den Rechtsabteilungen erwarten sich vom Einsatz der KI natürlich einen Synergieeffekt. Die generative KI ist da – und sie geht auch nicht mehr weg. Dadurch stellt sich im Recht übrigens eine Generationenfrage, der wir uns stellen müssen.

### **Wie lautet sie?**

Die älteren Generationen beschäftigen sich nicht gut genug mit dem Thema. Der Nachwuchs tut das schon – jedoch braucht er dringend den Input der erfahrenen Juristinnen und Juristen. Denn sie sind es, die auch heute noch das Wissen und auch die passenden Prozesse weitergeben. Gerade im Zeitalter der KI: Die Menschen mit ihren Erfahrungen und Kenntnissen sind wichtig, werden sogar noch wichtiger werden. Daher ist es entscheidend, den Austausch zu fördern und gemeinsam Anwendungsfälle umzusetzen. Nur dann kann Legal Tech in den Kanzleien und der Rechtsabteilung das volle Potenzial entfalten.

### **ZUR PERSON**

Sophie Martinetz studierte von 1995 bis 2000 Rechtswissenschaften in Wien. Nach einer internationalen Karriere in Berlin und London im Rechts-, Finanz- und Managementbereich kehrte sie nach Wien zurück, wo sie 2017 Future-Law gründete, ein beratendes Legal Tech-Netzwerk für den deutschsprachigen Raum. 2021 wurde sie als Brutkasten-Innovator of the Year nominiert, als Women of Legal Tech 2020 ausgezeichnet und gewann im selben Jahr auch den European Tech Women Award. Sophie Martinetz ist Kolumnistin und Herausgeberin und (Co-) Autorin zahlreicher Fachbücher- und Artikel zu den Themen Legal Tech und Digitalisierung der Rechtsbranche. Sie ist Co-Gründerin und Direktorin des Legal Tech Centers an der Wirtschaftsuniversität Wien.

### **WU LEGAL TECH CENTER**

Das von Sophie Martinetz mitgegründete Legal Tech Center an der Wirtschaftsuniversität (WU) Wien versteht sich als das erste Hochschulzentrum in Österreich an der Schnittstelle zwischen juristischer Praxis und rechtswissenschaftlicher Forschung im Bereich der Legal Tech. Es hat sich zur Aufgabe gemacht, die Rechtsdogmatik mit der Rechtstatsächlichkeit zu verknüpfen und Studierenden das Thema Digitalisierung und KI im Rechtsbereich für ihren beruflichen Erfolg näher zu bringen. „Im Zentrum des WU Legal Tech Center steht herauszufinden, welchen Einfluss Digitalisierung, Privatisierung und Ökonomisierung auf den Rechtsbereich haben“, heißt es auf der Homepage. Dabei seien die Chancen und Risiken von Legal Tech die zwei Seiten derselben Medaille. Klar sei: „Eine technisch und ökonomisch bestmöglich informierte rechtswissenschaftliche Begleitung von Legal Tech ist unverzichtbar.“



Quelle: Marlene Rahmann

# Zwischen Gerichtssaal und Instagram-Story

Wie Sandra Günther das Familienrecht revolutioniert



Foto: Thomas Witte

Sandra Günther ist Rechtsanwältin mit den Fachgebieten Scheidungs-, Familien- und Strafrecht. Die Trennungs- und Scheidungsspezialistin führt in Dortmund eine eigene Kanzlei und verhilft zahlreichen Frauen zu fairen, klaren Trennungskonditionen. Diverse Verfahren, die sie als Strafverteidigerin und Opferanwältin geführt hat, wurden von Print- und TV-Medien begleitet.

<https://intelligent-getrennt.de/>

Protokolliert von Sonja Theile-Ochel

## Ein steiniger Anfang

Das Referendariat war ernüchternd. „Wir dachten, nachdem wir die Uni hinter uns gelassen hatten: Wow, endlich geht es los“, erinnert sich Günther an ihre Zeit nach dem Jurastudium in Bochum. Doch die Realität sah anders aus. Wieder schulmäßiger Unterricht, wieder Zuschauen statt selbstständiges Arbeiten. Nur in der Kanzlei von Dr. Rauball durfte sie erste eigenständige Erfahrungen sammeln.

Diese prägenden Momente sollten ihren Blick auf den Anwaltsberuf für immer verändern. In einer anderen Kanzlei erlebte sie das Gegenteil: „KEINE BEQUEMEN STÜHLE FÜR DIE MANDANTEN UND AUCH KEINEN KAFFEE ANBIETEN“, lautete dort das Motto. Zeit sei Geld, Mandanten sollten sich nicht wohlfühlen. „Damals dachte ich: Irgendwie ganz schön gemein“, sagt Günther heute. „Wohlfühlen sollen sich meine Mandanten bei mir schon.“

## Der Mut zur Selbstständigkeit

Nach dem Examen 2007 verschlug es Günther zunächst in einen Immobilienbetrieb, der sich mit Zwangsvollstreckungen beschäftigte. Doch das Arbeitsklima war toxisch. Gemeinsame Frühstückspausen mit den Chefs waren Pflicht, Lästereien über abwesende Kollegen an der Tagesordnung. „Da mag ich mir ja gar nicht ausdenken, wie an diesem Tisch über mich gelästert wird, wenn ich mal nicht zugegen bin“, dachte sich Günther – und kündigte.

„Ich sage eben, was ich denke“, erklärt sie ihre damalige Entscheidung. Es war die beste ihres Lebens. Direkt danach baute sie ihre Selbstständigkeit auf, in

einem kleinen Büro in der Beurhausstraße in Dortmund. Der Grundstein für eine außergewöhnliche Karriere war gelegt.

## Empathie trifft auf juristische Präzision

Günthers Spezialisierung auf Familien- und Strafrecht erfordert ein besonderes Feingefühl. „Ich versuche zu Beginn eines Mandats, den Menschen zu verstehen, nicht zu bewerten und ihn emotional-geistig dort abzuholen, wo er gerade steht“, beschreibt sie ihren Ansatz. Der Zugang zu Menschen gelingt ihr gut – auch wenn Konfrontation nötig ist.

„Auch wenn ich von Mandanten angelogen werde und dies herauskommt, konfrontiere ich sie damit. Zwar häufig mit einem Lächeln, aber dennoch konsequent in der Sache.“ Diese emotionale Intelligenz ist für sie im juristischen Beruf unerlässlich. Gerade im Familienrecht müsse man sich in andere hineinversetzen können, den gegnerischen Anwalt nicht zu nah an sich heranlassen und Richter sowie Zeugen richtig einschätzen.

## Die Medien-Anwältin

Was Sandra Günther von ihren Kollegen unterscheidet, ist ihre Vielseitigkeit. Bücher, Onlinekurse, Podcasts, Fernsehen – sie nutzt alle Kanäle, um juristische Inhalte zu vermitteln. „Fernsehen, Bücher schreiben, Instagram, Podcast – das alles sind kreative Bereiche, wo ich mein berufliches Know-how gut mit einbinden kann, und das empfinde ich wirklich als Luxus.“

Dabei sind die Unterschiede zwischen den Medien gravierend. Ihre Bücher

# KARRIERETAG FAMILIENUNTERNEHMEN

1

Tag

50+

Familienunternehmen

5000+

Karrierechancen

14.11.25  
Münster

InhaberInnen & Top-EntscheiderInnen  
für dich vor Ort!

[karrieretag-familienunternehmen.de](https://karrieretag-familienunternehmen.de)

JETZT bis  
20.10.2025  
bewerben



**FIEGE**



DER ENTREPRENEURS CLUB



Stiftung  
Familienunternehmen

Lead-Medienpartner

**Frankfurter Allgemeine**  
ZEITUNG FÜR DEUTSCHLAND

Medienpartner

**karriere**fürher



Unter der Schirmherrschaft des



Bundesministerium  
für Wirtschaft  
und Klimaschutz



Foto: AdobeStock/Andrey Popov

„Schuldzuweisungen haben noch nie etwas gebracht, denn jeder hat **seine ganz eigene Wahrheit und Sicht der Dinge.**“

schreibt sie meist nachts, basierend auf beruflichen Erfahrungen – sie ist „Urheberin, Regisseurin und Scripterin in einer Person“. Im Fernsehen hingegen wird sie geführt: Drehbuch, Moderation, Maske, sogar die Kleidung wird vorgegeben. „Es ist ein toller Ausgleich“, sagt sie über diese Abwechslung.

#### Social Media als Karriere-Booster

Ihre Medienpräsenz hat ihr „wahnsinnig geholfen, beruflich erfolgreich zu sein“. Mit ihrem Instagram-Account „Frau Familienrecht“ erreicht sie täglich 15.700 Follower. „Heutzutage sind die sozialen Medien unerlässlich für ein berufliches Vorankommen“, ist sie überzeugt.

#### Lösungen statt Schuldzuweisungen

Günthers Philosophie ist geprägt von einem lösungsorientierten Ansatz. „Schuldzuweisungen haben noch nie etwas gebracht, denn jeder hat seine ganz eigene Wahrheit und Sicht der Dinge.“ Diese Erkenntnis entwickelte sie über Jahre, auch durch eigene schwierige Beziehungen. „Der Weg ist Loslassen und nach vorne schauen. Alles andere zermürbt doch nur.“

Besonders im Familienrecht sei Loslassen wichtig, um wieder Glück empfinden zu können. „Denn nur glückliche Eltern können ihre Kinder glücklich

machen.“ Ein Grundsatz, der sich durch ihre gesamte Arbeit zieht.

#### Kritik am System

Bei allem Optimismus sieht Günther auch Probleme im System. Besonders beim Gewaltschutz: „Wer einmal schlägt, der tut es wieder. Wer einmal sexuell übergriffig wird, der tut es wieder.“ Sie kritisiert, dass gewalttätige Väter trotzdem Umgangsrecht mit ihren Kindern haben. Frauenhäuser seien zu wenige, bezahlbarer Wohnraum rar, Therapieplätze hätten Wartezeiten über Jahre.

#### Rat für Berufseinsteiger

Junge Kollegen macht sie Mut, warnt aber vor typischen Fehlern. „Sie gehen in eine familienrechtliche Sitzung und gehen auf Konfrontation, werden laut und leider auch unangenehm.“ Dabei sei souveränes Arbeiten das Gegenteil: vermitteln, gemeinsam Lösungen suchen, stets das Kindeswohl im Blick behalten.

Ihr Rat für Nachwuchs-Juristen: „Macht euer Ding. Schaut nicht auf andere. Spezialisiert euch erst, wenn ihr wirklich sicher seid, dass der Bereich für euch der richtige ist.“ Medienarbeit setze ein Netzwerk voraus, das man sich langjährig erarbeiten müsse.

Sandra Günther verkörpert eine neue Generation von Juristen – medienaffin, empathisch, lösungsorientiert. Ihr Weg zeigt: Der klassische Anwaltsberuf kann durchaus mit moderner Kommunikation und digitalen Medien verknüpft werden. „Der Weg zur erfolgreichen Kanzlei ist steinig, besonders am Anfang“, räumt sie ein. „Aber wenn man seine Arbeit mit Leidenschaft macht, so wie ich, dann ist der zeitliche Faktor auch kein Problem.“

Eine Anwältin, die beweist: Zwischen Gerichtssaal und Instagram-Story liegt manchmal nur ein Klick – und viel Mut zur Veränderung.



#### BUCHTIPP

Sandra Günther: Intelligent getrennt – Der Trennungs- und Scheidungsratgeber für Frauen. Verlag Goldegg, 220 Seiten, 2024, 22 €

# Die Jobmesse in der Region Eintritt frei!

## Die Karrieretage

Du bist gerade auf Jobsuche, weißt aber nicht so richtig, wo du anfangen sollst? Es gibt so viele Bereiche, die dich interessieren, du weißt aber nicht, wofür du qualifiziert bist? Auf den Karrieretagen profitieren Besucher von dem direkten Kontakt mit

einer bunten Mischung spannender Arbeitgeber. Interessierte Messebesucher nutzen die Chance, um sich im persönlichen Gespräch mit Personalverantwortlichen namhafter regionaler Unternehmen über Karrierechancen und freie Stellen zu informieren.



Auf jedem Karrieretag findet den ganzen Tag ein umfangreiches Rahmenprogramm statt.

Hier können die Besucher wertvolle Tipps rund um die Themen Job, Jobsuche, Bewerbung und Karriere bekommen.

Wir bieten Bewerbungsfotoshooting, Bewerbungsscheck, Coachings und Vorträge von erfahrenen Experten – **und das komplett kostenfrei für die Besucher.**

## Termine 2025

Aachen	30.04. & 25.11.2025	Düsseldorf	06.03. & 16.09.2025	Koblenz	15.05. & 13.11.2025
Augsburg	26.06.2025	Essen	19.03. & 09.09.2025	Köln	09.04. & 27.11.2025
Berlin	18.02. & 01.10.2025	Frankfurt	21.05. & 12.11.2025	Leipzig	16.04.2025
Bielefeld	12.06.2025	Hamburg	29.04. & 16.10.2025	Mannheim	03.06.2025
Bonn	20.03. & 09.10.2025	Hannover	05.11.2025	München	28.05. & 20.11.2025
Bremen	18.09.2025	Karlsruhe	10.04. & 22.10.2025	Nürnberg	08.04. & 23.10.2025
Dortmund	02.04. & 03.12.2025	Kassel	05.06.2025	Stuttgart	11.03. & 24.09.2025
Dresden	18.11.2025	Kiel	07.10.2025	Wuppertal	26.03. & 02.09.2025

[www.karrieretag.org](http://www.karrieretag.org)

**karriere**  
tag.org



Dorothea Assig und Dorothee Echter

**Eine Karriere** wäre ohne den Einfluss und die Empfehlungen von anderen Menschen nicht möglich, sagen Dorothea Assig und Dorothee Echter. Gemeinsam leiten sie Seminare für Community-Building im Topmanagement und erleben, wie die vielversprechenden Karrieren von Menschen stagnieren, wenn ihnen Impulse von anderen Hochkarätären fehlen. In ihrem Gastartikel beschreiben sie, **welch positive Wendungen Leben und Karrieren mit nur wenigen Begegnungen nehmen können.**



Assig + Echter sind Beraterinnen für Topmanager\*innen und Organisationen. Ihre Erkenntnisse teilen sie in Vorträgen, Seminaren und Fachzeitschriften. In ihren Büchern haben sie ihr Wissen im Detail konzeptualisiert:

- **AMBITION.** Wie große Karrieren gelingen (Campus Verlag)
- **FREIHEIT für Manager.** Wie Kontrollwahn den Unternehmenserfolg verhindert (Campus Verlag)
- **Eines Tages werden sie sehen, wie gut ich bin!** Wie Karrieremythen Ihren Erfolg blockieren und Sie dennoch weiterkommen (Ariston Verlag).

## Lebensverändernde Begegnungen bringen Karrieren weiter

Wie alle Menschen kennen auch Sie lebensverändernde Begegnungen und besitzen die Fähigkeit, neue Menschen in ihr Leben zu integrieren. Sie haben sich verliebt, Freundschaften geschlossen, in Ihrem Leben gibt es Menschen, denen Sie nahe und verbunden sind. „Ohne Begegnung mit anderen können wir unmöglich wissen, was uns wirklich antreibt, wozu wir fähig sind; wir können unmöglich aus dem Gefängnis unserer Identität ausbrechen, unsere sozialen und mentalen Fesseln sprengen; unmöglich auch, unsere moralische Ader zu entdecken, jene Disposition, uns manchmal zurückzunehmen und dem anderen den Vortritt zu lassen.“ – so schreibt Charles Pépin in seinem Buch „Kleine Philosophie der Begegnung“ (Hanser 2022).

Die Bedeutung des Community-Habitus für die eigene berufliche Entwicklung zu erkennen, ist unfassbar schwer: weil er nirgendwo erklärt wird, nie auch nur ausgesprochen, deshalb unterschätzt wird. Es scheint so selbstverständlich, doch wenn schon beim Gedanken an eine einzige Cappuccino-Einladung an Business-Partner oder -Freunde Ihre Widerstände rebellieren – „keine Zeit – vielleicht später“, „das kann ich doch nicht einfach so machen ohne Anlass“, „das ist gar nicht üblich“ etc. pp. ... dann müssen Sie wissen: Sie können das nicht nur machen, Sie sollten das wirklich tun. Jetzt. Immer wieder.

Die eigene Komfortzone verlassen, das kennen Sie, und jetzt, während und nach dem Studium, brauchen Sie diesen Modus. Unbekannten Menschen nach einer Begegnung, nach einem Auftritt, per E-Mail, LinkedIn oder mit einer Karte gratulieren. Jemanden in der Lounge ansprechen, der gerade auch einen griechischen Bergtee bestellt. Auf einer Konferenz die eigene In-Group verlassen und sich zu einer „fremden“ Gruppe gesellen. Einladungen annehmen, auch an anderen Orten. Einladungen aussprechen, zu der auch Menschen willkommen sind, die Sie (noch) nicht kennen. Dieses Verlassen der Komfortzone kann Vorfreude auslösen oder soziale Ängste stimulieren: „Werde ich überhaupt gesehen, bin ich interessant genug? Werde ich alles richtigmachen, gehöre ich überhaupt da hin?“. Menschen gehen Risiken ein, wenn sie auf neue Menschen treffen. Diese Risikofreude kennen Sie, jeder Entwicklungsschritt war davon begleitet.

Begegnungen können lebensbestimmend sein, auch wenn Sie das im Augenblick des Kennenlernens nicht wissen können. Nicht einmal ahnen, welche Chancen sich draußen für Sie erschließen, wenn Sie es nicht ausprobiert haben. Sie streben eine Karriere an? Stellen Sie sich ein auf: Weit mehr.

Hessens größte Messe für Beruf und Karriere

# Chance

Zukunft  
selbst  
gestalten

18. + 19. Januar  
Messe Giessen

So. 10 – 17 Uhr · Mo. 9 – 16 Uhr

[www.chance-giessen.de](http://www.chance-giessen.de)



Die Chance  
auch als App!



Auf Instagram und  
Facebook folgen!

Karten  
online!



# Schrift-Sätze

Kultur-, Buch- und Linktipps



### MARKE? KLAR GEREGLT.

Ob Startup oder Mittelstand – wer seine Marke nicht schützt, riskiert viel. Patentanwalt Rolf Claessen liefert mit „Marken.Recht.Einfach.“ einen praxisnahen Guide für alle, die Marken professionell aufbauen und absichern wollen. Verständlich, konkret, mit echten Tipps aus über 3.000 Beratungen – ein echtes Arbeitsbuch für die Markenpraxis. Der Erfolg spricht für sich: Platz 8 auf der Bestsellerliste des Manager Magazins.  
Rolf Claessen: Marken.Recht.Einfach. Grundlagen der Markenpraxis. Frankfurter Allgemeine Buch, 288 Seiten, 2025, 28 €.



### PLÖTZLICH REICH – UND JETZT?

Ein Erbe zu bekommen kann überfordern. Dieser kluge Ratgeber zeigt, wie man damit souverän umgehen kann. Mit Milliardenbeträgen rollt die Erbwellen heran – und viele fühlen sich unvorbereitet. Dieser praxisnahe Leitfaden macht Lust auf finanzielle Selbstbestimmung und erklärt verständlich - vom Erbschaftsrecht über Finanzplanung bis zur Weltreise.  
Irene Genzmer, Ulrike Scheffer: Erben für Anfängerinnen. Econ Verlag, 304 Seiten, 2025, € 24,99.



### MONTAG MIT MEHRWERT

Wie New Work wieder Lust auf Arbeit macht: Anke Serafin entwirft eine Vision von Arbeit, die inspiriert: Mit praxisnahen Impulsen und einem klaren Blick auf die Herausforderungen moderner Arbeitswelten zeigt sie, wie New Work Sinn stiftet – und warum Montag der beste Tag der Woche werden kann. Anke Serafin: Lust auf Montag. Haufe Verlag, 192 Seiten, 2025, 29,99 €.

### FÜR EINEN KLAREN KOPF: MOCKTAILS MIT STIL

„Like a Virgin“ hebt alkoholfreie Drinks auf neues Niveau: Mit 60 raffinierten Rezepten und fundiertem Mixologie-Wissen zeigt Linh Nguyen, die mehrfach preisgekrönte „Queen of Cocktails“, wie alkoholfreie Cocktails zur echten Kunstform werden. Ihr Buch „Like a Virgin“ ist Inspirationsquelle, Handbuch und Designobjekt zugleich – für alle, die Genuss ohne Promille zelebrieren wollen.



Linh Nguyen: Like a Virgin. Callwey Verlag, 240 Seiten, 2025, 45,00 €.

### F.A.Z. PODCAST: EINSPRUCH

Ukraine-Krieg, Datenschutz, Mord und Totschlag: Keine Woche vergeht, ohne dass neue Gesetze und Urteile die Öffentlichkeit beschäftigen. Jeden Mittwoch verhandelt der F.A.Z. Podcast „Einspruch“ die wichtigsten Themen für Recht, Justiz und Politik mit ausgewiesenen Fachleuten und hat dabei stets im Blick, welche Bedeutung juristische Themen in der Praxis, aber auch für die Examensvorbereitung von Studenten und Referendaren haben. Hier Reinhören: <https://www.faz.net/podcasts/f-a-z-einspruch-podcast>



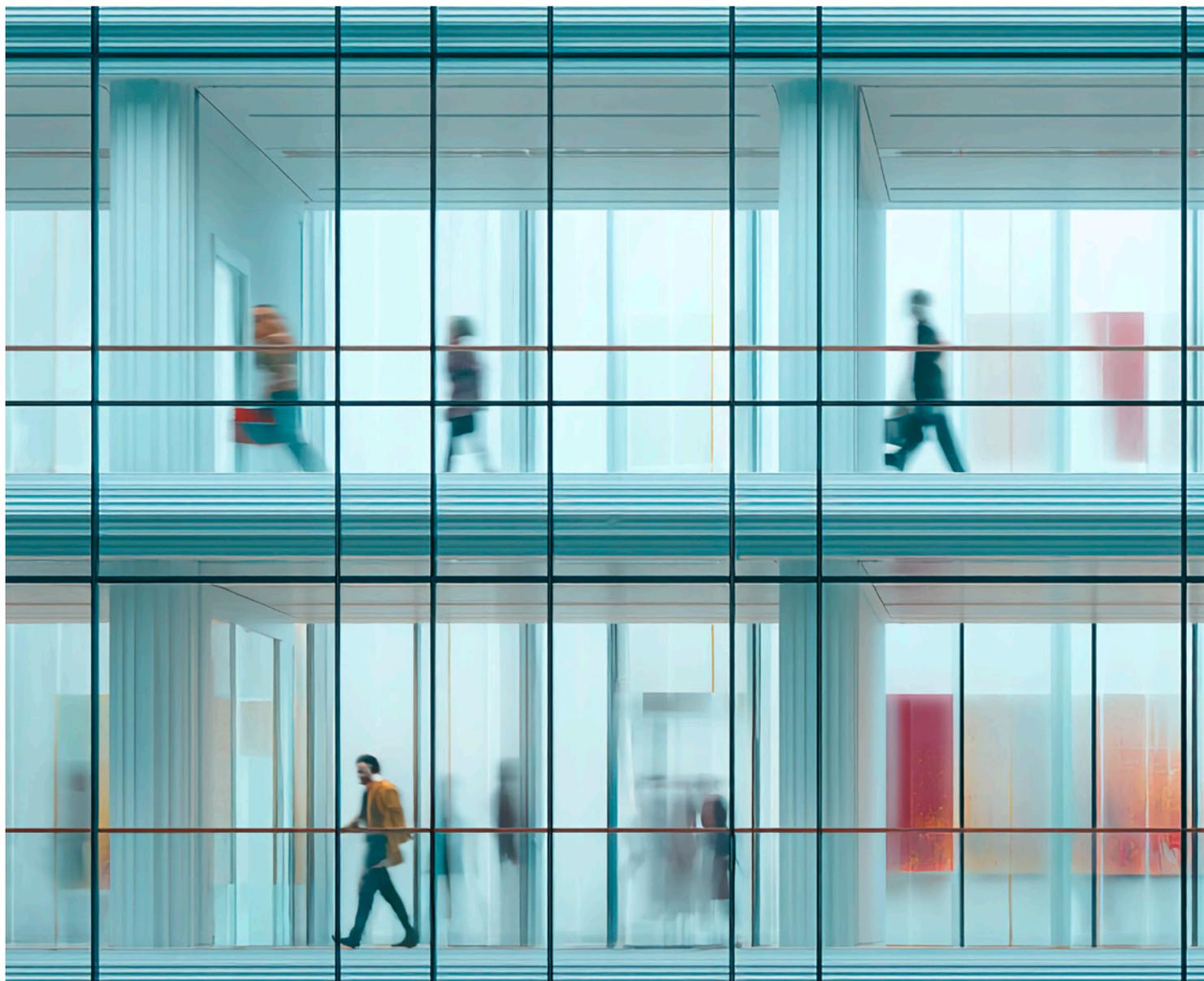
### WERKZEUGKASTEN FÜR DEN DIGITALEN WANDEL

Wie Unternehmen mit klarem Konzept und KI-Potenzial ihre Zukunft gestalten können: Roman Stöger liefert mit „Digitalisierungsmanagement“ ein praxisnahes Handbuch für alle, die Digitalisierung strategisch, strukturell und kulturell meistern wollen – inklusive Tools, Kennzahlen und Impulsen zur KI-Nutzung. Roman Stöger: Digitalisierungsmanagement. Schäffer-Poeschel, 208 Seiten, 2025, 49,99 €.



### MAGISCHES RECHT IM REALITÄTSCHECK

Was passiert, wenn Jura auf Hogwarts trifft? Jannina Schäffer beleuchtet die Rechtsordnung der Zauberwelt und zieht verblüffende Parallelen zum deutschen Recht – inklusive NS-Unrecht und Voldemorts Machtergreifung. Eine ungewöhnliche, kluge Analyse im Stil von „Law and Literature“. Jannina Schäffer: Harry Potter und die Gesetze der Macht. Fachmedien Recht und Wirtschaft, 550 Seiten, 2024, 49,00 €.



## Wo du als Jurist\*in arbeiten kannst

Als Jurist\*in stehen dir viele Türen offen. Dein Studium hat dich mit dem nötigen Werkzeugkasten ausgestattet, um in den verschiedensten Bereichen erfolgreich zu sein.

Von **Stefan Trees**

Natürlich sind die klassischen Bereiche wie die Rechtsanwaltschaft, die Staatsanwaltschaft oder das Richteramt immer eine Option. Stell dir vor, du vertrittst Mandanten vor Gericht, ermittelst Straftaten oder fällst selbst wichtige Entscheidungen. Aber das ist längst nicht alles!

Viele Unternehmen haben eigene Rechtsabteilungen, in denen du Verträge prüfen, Rechtsstreitigkeiten managen und die Geschäftsführung beraten kannst. Du könntest auch als Unternehmensberater\*in tätig werden und Unternehmen in rechtlichen Fragen zur Seite stehen.

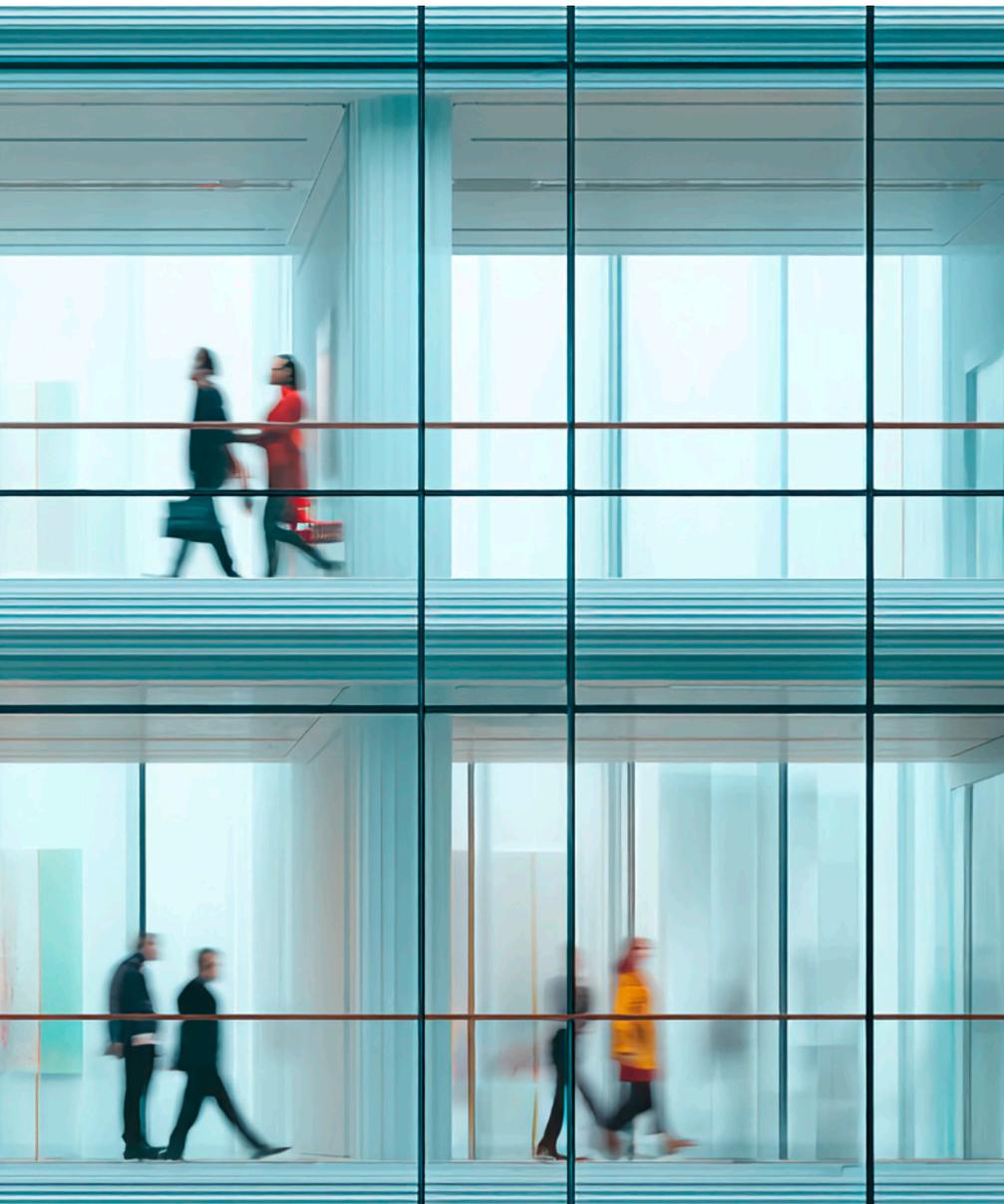


Foto: AdobeStock/Inspire Shots Hub

„Ob Wirtschaftsrecht, Steuerrecht oder ein Nischenbereich wie Medizinrecht – die Auswahl sollte sowohl **persönliche Interessen als auch die Anforderungen des Arbeitsmarktes berücksichtigen.**“

Die Politik bietet ebenfalls spannende Möglichkeiten für Juristinnen. Ob als Politikerin, Mitarbeiterin in einem Ministerium oder als Rechtsberaterin einer Partei – hier kannst du aktiv an der Gestaltung der Gesellschaft mitwirken.

Auch in der Verwaltung, in internationalen Organisationen wie der EU oder den Vereinten Nationen und in speziellen Bereichen wie dem IT-Recht, dem Umweltrecht oder dem Medizinrecht sind Juristen\*innen gefragt.

#### **Warum ist die Nachfrage nach Juristen\*innen so hoch?**

Das Recht ist allgegenwärtig. In nahezu jedem Lebensbereich spielen Gesetze

eine Rolle. Unternehmen müssen sich an Gesetze halten, Verträge werden rechtlich gestaltet und bei Streitigkeiten müssen Gerichte entscheiden. Juristen\*innen sind die Experten, die diese Komplexität durchdringen und rechtssichere Lösungen finden.

#### **Weiterbildung für Juristen: Lohnt sich der Aufwand?**

Die Entscheidung für eine Weiterbildung nach dem Staatsexamen ist für viele Juristen ein wichtiger Schritt. Ein Master oder ein MBA eröffnet neue berufliche Perspektiven und kann die Karrierechancen deutlich verbessern.

Ein solcher Abschluss verspricht in der Regel ein höheres Einstiegsgehalt.

Arbeitgeber schätzen die zusätzliche Qualifikation und die erweiterten Fähigkeiten, die Absolventen mitbringen. Zudem eröffnen sich durch eine Spezialisierung oder ein breiteres Wissensspektrum bessere Karrierechancen. Die Wahl des Spezialgebiets ist dabei von entscheidender Bedeutung.

Ob Wirtschaftsrecht, Steuerrecht oder ein Nischenbereich wie Medizinrecht – die Auswahl sollte sowohl persönliche Interessen als auch die Anforderungen des Arbeitsmarktes berücksichtigen. Denn nicht nur in klassischen Rechtsberufen, sondern auch in Führungspositionen oder an der Schnittstelle zwischen Recht und Wirtschaft sind Absolventen gefragt.



Foto: AdobeStock/Inspire Shots Hub

„Bevor du dich für einen Master oder einen MBA entscheidest, solltest du deine persönlichen Ziele klar definieren.“

Ein weiterer Vorteil ist die persönliche Weiterentwicklung. Ein Studium fördert das kritische Denken, die Kommunikationsfähigkeit und das Selbstbewusstsein. Wer sich für einen MBA entscheidet, erwirbt zusätzlich wertvolle betriebswirtschaftliche Kenntnisse und kann so komplexe rechtliche Fragestellungen in einem wirtschaftlichen Kontext besser verstehen.

Ein MBA ist besonders für Juristen interessant, die sowohl juristisches als auch betriebswirtschaftliches Wissen anwenden möchten. Der Abschluss qualifiziert für Führungsaufgaben in Unternehmen und fördert den unternehmerischen Geist. Durch die internationale Ausrichtung vieler MBA-Programme entsteht ein wertvolles Netzwerk und die Möglichkeit, interkulturelle Kompetenzen zu erwerben.

#### **Aber wann lohnt sich ein weiterführendes Studium wirklich?**

Bevor du dich für einen Master oder einen MBA entscheidest, solltest du deine persönlichen Ziele klar definieren. Möchtest du dich auf ein bestimmtes Rechtsgebiet spezialisieren, in eine Führungsposition aufsteigen oder vielleicht sogar deine eigene Kanzlei gründen?

Während des Studiums können Praktika und Wahlpflichtfächer erste Einblicke in verschiedene Rechtsgebiete geben. Nach dem Studium bieten Fachanwalt-

schaften, LL.M.-Programme und Zertifizierungen sowie weiterbildende Studien die Möglichkeit zur Vertiefung.

Natürlich solltest du auch die Kosten und den Zeitaufwand bedenken. Ein Studium kostet Geld und erfordert eine gute Organisation. Überlege dir im Vorfeld, wie du das Studium finanzieren kannst und ob du bereit bist, neben dem Studium noch berufstätig zu sein.

Neben Stipendien und Bankkrediten gibt es auch andere Möglichkeiten wie BAföG, Arbeitgeberförderung oder Stipendien von Stiftungen und Unternehmen. Zudem können Weiterbildungskosten unter bestimmten Voraussetzungen steuerlich abgesetzt werden.

#### **Worauf du bei deiner Bewerbung achten solltest**

Die Bewerbung für einen Master- oder MBA-Studiengang erfordert eine sorgfältige Vorbereitung. Neben guten Noten sind oft Berufserfahrung, ein überzeugendes Motivationsschreiben und gegebenenfalls Sprachkenntnisse gefragt. Für internationale Studiengänge sind meist Sprachtests und die Anerkennung ausländischer Zeugnisse erforderlich. Dein Motivationsschreiben sollte klar darlegen, warum du dich für den Studiengang interessierst und welche Ziele du verfolgst. Der Lebenslauf sollte deine bisherigen Erfahrungen und

Qualifikationen übersichtlich zusammenfassen.

#### **LL.M. vs. MBA für Juristen: Welche Weiterbildung passt zu dir?**

Die Entscheidung zwischen einem LL.M. (Master of Laws) und einem MBA (Master of Business Administration) ist für viele Juristen eine wichtige Weichenstellung. Beide Studiengänge bieten attraktive Karriereperspektiven, unterscheiden sich jedoch in ihren Schwerpunkten und Zielen.

Ein **LL.M.** vertieft dein juristisches Wissen in einem spezifischen Rechtsgebiet. Du spezialisierst dich auf Bereiche wie internationales Recht, Europarecht oder Steuerrecht und kannst dich so auf eine wissenschaftliche Karriere vorbereiten. Ein LL.M. ist ideal, wenn du eine akademische Laufbahn anstrebst oder du dich auf ein bestimmtes Rechtsgebiet konzentrieren möchtest.

Ein **MBA** hingegen kombiniert juristische Kenntnisse mit betriebswirtschaftlichen Grundlagen. Du erwirbst Fähigkeiten in Bereichen wie Finanzwesen, Marketing, Strategie und Unternehmensführung. Ein MBA ist die richtige Wahl, wenn du eine Karriere in der Wirtschaft anstrebst, Führungsaufgaben übernehmen möchtest oder ein eigenes Unternehmen gründen willst.

# Gestalte deine Zukunft!

Wir unterstützen dich mit unseren Karrieremessen, unserem Online-Karrieremagazin sowie vielen weiteren Angeboten:

- Juracon Karrierekongresse
- Fakultätskarrieretage
- Online-Karrieremagazin
- Jura-Jobportal
- Legalbrains – das juristische Stellenportal der F.A.Z.

Folge uns auf

*Instagram*



@karriereziel.jura





Foto: Fotolia/fotofabrik

# Diane Manz

Dipl.-Psychologin und Business Coach



Foto: Stephan Sieber

## DIANE MANZ

ist Dipl.-Psychologin, systemischer Business Coach und Beraterin für Kanzleien, Unternehmen und Privatpersonen. Ihr Fokus liegt auf den Bereichen Führung, Karriereentwicklung und Selbstmanagement, insbesondere im Hinblick auf Umgang mit Stress. Mit 17 Jahren Erfahrung im Personalwesen, darunter 13 Jahre als Personalleiterin einer internationalen Großkanzlei, hat sie sich auf die Beratung von Juristinnen und Juristen spezialisiert.

Die Fragen stellte **Sonja Theile-Ochel**

 [www.brandung-consult.com](http://www.brandung-consult.com)

### Was geschieht im Körper und im Kopf, wenn wir unter Prüfungsangst leiden – und warum fühlen sich viele dabei wie „blockiert“?

Prüfungsangst beschreibt einen Zustand intensiver, anhaltender Furcht vor Prüfungen oder während der Vorbereitung, der oft unverhältnismäßig erscheint. Sie gleicht einer starken Stressreaktion auf eine vermeintlich bedrohliche Situation. Obwohl keine reale Gefahr besteht, bewertet das Gehirn die Prüfung als Bedrohung – etwa für den Selbstwert oder die Zukunft. Der Körper schaltet in den „Kampf-oder-Flucht-Modus“. Das Gehirn schränkt den Zugriff auf kognitive Ressourcen ein, da es sich auf Schutz und Reaktion konzentriert. Es priorisiert „Überleben“ vor „Denken“. Dadurch kann das Abrufen von Gelerntem blockiert werden. Diese Erfahrung verstärkt die Angst zusätzlich.

### Welche Rolle spielt Prüfungs- oder Versagensangst im juristischen Berufsleben?

Die Angst zu versagen endet oft nicht mit dem Zweiten Examen. Viele Juristinnen und Juristen tragen sie ins Berufsleben, was den Druck und das Stressempfinden erhöht. Verstärkt wird dies durch das Gefühl, mit diesen Ängsten allein zu sein, und die Überzeugung, Schwäche verbergen zu müssen. Dadurch wird eine wichtige Ressource unterdrückt: der Austausch mit anderen. Denn offene Gespräche zeigen, dass viele ähnliche Ängste haben.

### Was raten Sie Studierenden, die sich trotz intensiver Vorbereitung immer wieder selbst sabotieren?

Selbstsabotage ist zunächst ein Schutzmechanismus. Kurzfristig schützt sie vor unangenehmen Gefühlen: Wer nichts tut, kann nichts falsch machen. Wer nicht lernt, muss nicht merken, dass ihm das Lernen schwerfällt. Doch langfristig verstärkt dieses Verhalten die Probleme. Ich rate, die Ursachen der Angst zu ergründen. Nur wer weiß, wovor er sich fürchtet, kann gezielt Strategien entwickeln. Bei Prüfungsangst hilft es, das eigene Leistungsniveau realistisch einzuschätzen: Liegt die Angst am mangelnden Lernen oder an der Furcht vor einem Blackout? Gerade in juristischen Examina erschwert die Abhängigkeit von prüfenden Personen die Situation, da die Noten nur bedingt kontrollierbar sind.

Eine strategische, strukturierte Vorbereitung ist entscheidend: Motivation, Lernplan, Zeitmanagement, Gedächtnistechniken und das Üben von Prüfungssituationen helfen, sich an die „Gefahrensituation“ zu gewöhnen. Förderliche Denkmuster stärken Selbstvertrauen und Gelassenheit. Der Austausch mit anderen reduziert Scham und ungesunde Vergleiche. Selbstfürsorge ist essenziell: Batterien sollten aufgeladen werden, bevor sie leer sind. Und es braucht Zeiten, in denen Jura keine Rolle spielt – für Freude und Entspannung.

### Viele Studierende empfinden es als Schwäche, sich Hilfe zu holen. Wann ist es sinnvoll, professionelle Unterstützung – etwa durch Coaching oder psychologische Beratung – in Anspruch zu nehmen?

Hilfe zu suchen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern von Stärke. Es zeigt, dass man Verantwortung übernimmt und bereit ist, etwas zu verändern. Wer merkt, dass bewährte Strategien nicht mehr helfen oder chronische Stresssymptome wie Schlafstörungen, Konzentrationsprobleme oder Grübeln auftreten, sollte Unterstützung in Betracht ziehen. Auch körperliche Beschwerden können ein Warnsignal sein. Coaching hilft, Lerntechniken zu verbessern, förderliche Denkmuster zu entwickeln und den Alltag selbstfürsorglich zu gestalten. Liegen die Ursachen tiefer – etwa bei schwerer Versagensangst oder geringem Selbstwertgefühl – kann psychologische Beratung oder Therapie notwendig sein. Sich der eigenen Verletzlichkeit zu stellen, erfordert Mut und Rückgrat. Es ist ein Zeichen von Stärke, sich selbst besser kennenzulernen und die Kraft für Veränderungen aufzubringen.

# her CAREER

## DAS GRÖSSTE KARRIERE- & NETZWERKEVENT

9.-10. OKTOBER 2025 | MOC, MÜNCHEN

Für Absolvent:innen, Frauen\* in Fach- und Führungspositionen und Gründer:innen



über 200  
Aussteller:innen



über 300  
MeetUps & Talks



über 450  
Role Models



über 60  
Vorträge & Panels



**Mo Asumang**  
Antirassismus-Expertin und -Botschafterin, Gründerin Mo:Lab e.V., Trägerin des Bundesverdienstkreuzes

Speakerin



**Martina Farkas, LL.M**  
Partnerin Linklaters LLP

Table Captain



**Katrin Habenschaden**  
Leiterin Nachhaltigkeit & Umwelt Deutsche Bahn AG

Table Captain & Speakerin



**Anna Sophie Herken**  
Vorständin der Deutschen Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ)

Table Captain



**Saskia Schlemmer**  
Rechtsanwältin für Familienrecht und Autorin

Table Captain

Kostenfreier  
Eintritt und  
Anreise mit FlixBus

Infos unter:



9. Oktober 2025

herCAREER@Night

Das Netzwerkevent mit über 60 Table Captains!

Anmeldung unter

her-career.com/atnight

SPONSOR:INNEN



HAUPTMEDIENPARTNER:INNEN



# **Perspektiven für schlaue Köpfe. Seit 20 Jahren.**

**Kompetenzen erweitern.  
Berufsbegleitend studieren.**

**[www.berufsbegleitendstudieren.org](http://www.berufsbegleitendstudieren.org)**



**BERGISCHE  
UNIVERSITÄT  
WUPPERTAL**