INTERVIEW

Mentale Gesundheit in der Rechtsbranche:

„Unsere Chefin hat mehr Einfluss auf unser Wohlbefinden als unser Ehepartner."

Die mentale Belastung in der Rechtsbranche ist hoch. Nach einer anspruchsvollen und mental herausfordernden juristischen Ausbildung sehen sich viele Juristinnen und Juristen auch im Berufsleben ständigem Druck und beruflichem Stress ausgesetzt – mit zum Teil gravierenden Auswirkungen auf ihre mentale Gesundheit. Im Gespräch mit ZURe erläutert Dr. Franziska Haberl, welchen Einfluss Führungskräfte und die Unternehmenskultur auf das Wohlbefinden haben und erklärt, welche Strategien und Maßnahmen die mentale Gesundheit positiv beeinflussen können.

FH — Dr. Franziska Haberl
IS — Isabelle Schnieders für ZURe

IS Frau Dr. Haberl, Sie haben zunächst die klassische juristische Laufbahn eingeschlagen. Sie waren im Referendariat in einer Großkanzlei, nach ihrem 2. Staatsexamen waren Sie als wissenschaftliche Mitarbeiterin an der Universität, anschließend als Richterin am Verwaltungsgericht Augsburg und danach als Präsidialreferentin und Pressesprecherin am Bayerischen Verwaltungsgerichtshof. Heute sind sie als Rechtsanwältin und Coach für Juristinnen und Juristen aktiv, dies mit besonderem Fokus auf das Thema mentale Gesundheit. Wie kam es zu diesem beruflichen Wandel? Welchen Einfluss hatten dabei die Erfahrungen, die sie bei ihren bisherigen beruflichen Stationen gemacht haben?

FH Mit der Entscheidung mich in den Staatsdienst zu begeben habe ich damals eine sehr klassische juristische Laufbahn eingeschlagen, wobei die Promotion und die Arbeit an der Uni noch ein kleiner „Ausreißer" war, weil ich nicht so genau wusste, was ich mit 25 Jahren und zwei Staatsexamina so machen soll. Die Entscheidung für den Staatsdienst kam besonders bei meiner Familie sehr gut an.
Während der ganzen Zeit hatte ich häufig das Gefühl nicht so richtig reinzupassen. Anfangs dachte ich, mit mir stimmt etwas nicht, aber es gab immer mehr Momente, in denen ich gemerkt habe, dass das System einfach nicht zu mir passt. Um nur ein paar Beispiele zu nennen: Am Verwaltungsgericht kam ich nicht damit klar, wie gearbeitet wurde. Es war aus meiner Sicht eine eher einsame und isolierte Tätigkeit. Täglich habe ich Entscheidungen über menschliche Schicksale getroffen, es gab aber zu keinem Zeitpunkt Schulungen, Weiterbildungen oder Gesprächsangebote dazu, wie man diese Entscheidungen trifft. Damit meine ich natürlich nicht juristisch. Das habe ich lange genug gelernt. Ich meine Themen wie z.B. wie kann ich mit diesen Entscheidungen leben, wie kann ich die Konfrontation mit menschlichen