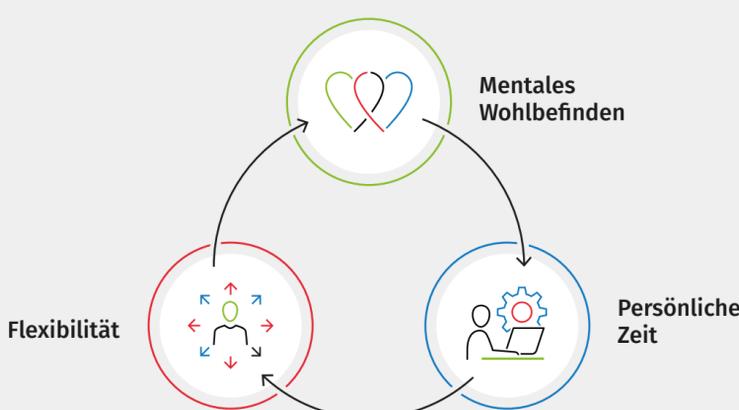


Können Anwält:innen ein wirklich ausgewogenes Verhältnis zwischen Beruf und Privatleben erreichen?

Definition der Work-Life-Balance in der heutigen Rechtslandschaft

Work-Life-Balance bedeutet für jede Juristin und für jeden Juristen etwas anderes - sei es in Form von **flexiblen Arbeitszeiten**, der Möglichkeit, **von zu Hause aus zu arbeiten** oder Zeit für persönliche Interessen zu haben. Die Vereinbarkeit von Beruf und Privatleben erfordert heute mehr Anpassungsfähigkeit denn je, um sowohl den anspruchsvollen Anforderungen der Kund:innen als auch den strengen Fristen der Gerichte gerecht zu werden. Gleichzeitig gilt es, ausreichend Zeit für Erholung, Hobbys und persönliche Beziehungen einzuplanen, um einem Burnout vorzubeugen.

Die wesentlichen Bestandteile einer ausgewogenen Work-Life-Balance



Die Ausübung des Rechtsanwaltsberufs kann sehr zeitintensiv sein, und die Flexibilität der Wahl des Arbeitsortes kann sich positiv auf die Vereinbarkeit von Beruf und Familie auswirken.

Janet LeVee, Vizepräsidentin und Associate General Counsel für Wolters Kluwer Legal & Regulatory, in der [Die Future Ready Lawyer Studie 2024 von Wolters Kluwer](#).



Herausforderungen, mit denen Anwaltskanzleien heute konfrontiert sind

Einem Bericht der [Wellbeing Taskforce der IBA](#) zufolge gab **ein Drittel der Anwält:innen** weltweit an, dass sich ihre Arbeit negativ auf ihr Wohlbefinden auswirkt.

Trotz der Vorteile, die flexible Arbeitsregelungen bieten können, stehen Anwält:innen immer noch vor erheblichen Hürden, wenn es darum geht, eine echte Work-Life-Balance zu erreichen. Dies ist vor allem auf die folgenden Faktoren zurückzuführen:

73 %

Zunehmende Arbeitsbelastung

73 % der Jurist:innen geben an, dass sie sich von der Komplexität und der Menge der Informationen, die sie verwalten müssen, überfordert fühlen.

[Die Future Ready Lawyer Studie 2024 von Wolters Kluwer](#) →

Verschwommene Grenzen

Die Flexibilität im Home Office kann zwar die Work-Life-Balance fördern, jedoch fällt es vielen Anwält:innen schwer, wirklich abzuschalten, was häufig zu langen Nächten und Wochenendarbeit führt.

71 %

Druck durch abrechenbare Stunden

Der unerbittliche Fokus auf abrechenbare Stunden kann zu chronischem Stress und Angstzuständen führen, da er lange Arbeitstage mit sich bringt, die oft zu Lasten der persönlichen Zeit gehen.

Laut der Umfrage [2023 ALM and Law.com Compass mental health survey of the legal profession](#) gaben rund 71 % der fast 3.000 befragten Anwält:innen an, unter Angstzuständen zu leiden - ein Anstieg um 5 % gegenüber 2022.

Die Bedeutung der Work-Life-Balance für den Erfolg

Eine gesunde Work-Life-Balance ist nicht nur vorteilhaft, sondern aus einer Vielzahl von Gründen unerlässlich:



Bessere geistige und körperliche Gesundheit

Regelmäßige Pausen, körperliche Betätigung und Zeit für sich selbst sind wichtig für die allgemeine Widerstandsfähigkeit und das Wohlbefinden und tragen dazu bei, einem beruflichen Burnout vorzubeugen.



Erhöhung der Produktivität

Ein ausgewogener Lebensstil sorgt für mehr Energie und eine bessere Konzentration, was letztlich zu einer Steigerung der Produktivität führt. Um effizient arbeiten und fundierte Entscheidungen treffen zu können, ist das Wohlbefinden von entscheidender Bedeutung.



Mehr Arbeitszufriedenheit

Eine ausgewogene Work-Life-Balance führt zu einer geringeren Fluktuation, was sehr wichtig ist, um Spitzenkräfte zu binden.

„Die meisten Jurist:innen (81 %) betonen, dass eine akzeptable Work-Life-Balance der entscheidende Faktor für die Einstellung von Nachwuchskräften ist.“

[Die Future Ready Lawyer Studie 2024 von Wolters Kluwer](#) →



Gestärkte Kundenbeziehungen

Anwält:innen, die ihre geistige und körperliche Gesundheit priorisieren, sind besser in der Lage, stabile Beziehungen zu ihren Kund:innen aufzubauen, da sie ihre Dienstleistungen fokussiert, aufmerksam und mit Empathie erbringen können.