

hat aus ihrer Sicht viel mit Selbstdisziplin, Selbstfürsorge und Selbststrukturierung zu tun. Neben den auftauchenden Hürden wissen sie aber die vielen Freiräume in der Promotionsphase zu schätzen. Als besonders wertvoll für den Aufbau des eigenen Selbstbewusstseins als Nachwuchswissenschaftlerinnen haben sie es empfunden, dass sie plötzlich selbst als eigenständige Wissenschaftlerinnen wahrgenommen wurden und auftreten konnten, etwa auch im Rahmen eigener Vorträge oder Publikationen neben der Dissertation.

In einem zweiten Teil des Abends haben sie einen Überblick über ihre Dissertation anhand einer groben Gliederung gegeben. Dadurch wurde das Publikum kurz mitgenommen auf einen gedanklichen Abstecher in die Welt des Wahlrechts einerseits und des Umweltrechts andererseits. Nicht zuletzt an diesem konkreten Aufhänger konnten *Carolin* und *Johanna*

die bereits genannten Tipps und Tricks noch einmal individuell veranschaulichen und wiedergeben.

Female Future Docs zielt als Veranstaltungsreihe darauf ab, Interessierte an einer Promotion auf dem Weg in die Wissenschaft zu unterstützen, mögliche role models sichtbar zu machen, Ansprechpersonen zu finden, offene Fragen und Unklarheiten zu klären und Mut zu machen, diesen Weg selbst einzuschlagen. Das Ziel dabei ist klar: Wir wollen die (Rechts-)Wissenschaft weiblicher machen!

Wir hoffen, der Abend hat ein realistisches Bild vom Promotionsprozess gezeichnet und Neugier am eigenen Weg in die Wissenschaft geweckt oder unterstützt!

Ihr habt Lust, selbst als Speakerin aktiv zu werden, oder wünscht euch eine *Female Future Docs*-Veranstaltung in eurer Nähe? Schickt uns gerne eine Nachricht an as.ausbildung-beruf@djb.de

DOI: 10.5771/1866-377X-2025-4-228

Unsichtbare Hürde? Der Zyklus und die Menstruation in der juristischen Ausbildung

Arbeitsstab Ausbildung und Beruf

In Bezug auf die juristische Ausbildung wird viel über Leistungsdruck, Chancengleichheit und strukturelle Hürden gesprochen. Ein Thema aber bleibt häufig unsichtbar, obwohl es viele betrifft: die Auswirkungen des Zyklus und der Menstruation auf Studium, Referendariat und – nicht zu vergessen – auf die Staatsexamensprüfungen.

Das Jurastudium bzw. das Referendariat ist von starren Anwesenheitsregeln, einer prüfungszentrierten Lernumgebung und einem hohen Erwartungsdruck geprägt. Wer unter starken Menstruationsschmerzen, zyklusbedingten Stimmungsschwankungen, Endometriose oder PMS leidet, hat es daher in mehrfacher Hinsicht schwer – zumal über das Thema selten in der Öffentlichkeit gesprochen wird;¹ erst seit einigen Jahren wird es seitens Gleichstellungsbüros zunehmend adressiert.² Das Bild deckt sich mit dem gesamtgesellschaftlichen Diskurs über Menstruation: Menstruation und alles, was mit ihr einhergeht, wird oftmals tabuisiert und stigmatisiert. Dabei geht es hier nicht um „Unpässlichkeit“, sondern um reale körperlich und psychisch spürbare Herausforderungen, die Teilhabe und Leistung beeinträchtigen können.

Der Arbeitsstab Ausbildung und Beruf im djb hat sich daher diesem blinden Fleck angenommen. Unsere These lautet: Die derzeitigen Ausbildungs- und Prüfungsstrukturen sind überwiegend auf männliche bzw. nicht-menstruierende Personen zugeschnitten und benachteiligen menstruierende Personen. Insbesondere die organisatorische Ausgestaltung der Staatsexamensprüfungen kann Personen mit Menstruationsbeschwerden vor ungleiche Voraussetzungen stellen: Dass der schriftliche Prüfungszeitraum

in eine sehr beschwerdevolle Zeit ihres Zyklus fällt, ist aufgrund der Ableistung der schriftlichen Prüfungsleistungen in einem sehr kurzen zweiwöchigen Zeitraum nicht unwahrscheinlich. Die gleichzeitig überproportional hohe Gewichtung der schriftlichen Noten kann weitreichende Folgen auf das Endergebnis des Staatsexamens und die weiteren Berufswahlmöglichkeiten haben. Dabei ist hervorzuheben, dass sich Zyklusbeschwerden mit anderen gesundheitlichen Beeinträchtigungen – wie etwa einer Sehnenscheidenentzündung – nicht gleichsetzen lassen, denn sie unterliegen einem immer wiederkehrenden – unter Umständen nicht vorhersehbaren – Rhythmus. Bereits bestehende Regelungen und Verfahrensweisen zum Nachteilsausgleich und zu anderen prüfungsrechtlichen Instrumenten müssen daher möglicherweise anders gedacht werden.

Vor diesem Hintergrund hat das Team Gesundheit des Arbeitsstabs Ausbildung und Beruf zwei Online-Umfragen erarbeitet, welche die Prüfungsbedingungen der juristischen Staatsexamina aus der Perspektive von menstruierenden Personen in den Blick nehmen. Da es noch keinerlei Erhebungen hierzu gibt,

- 1 Deutsches Ärzteblatt, „Tabuthema Menstruation: Für Frauen wird zu wenig darüber geredet“, 15. Mai 2025, online: <https://www.aerzteblatt.de/news/tabuthema-menstruation-fur-frauen-wird-zu-wenig-daruber-geredet-cdf4679b-2a7c-4c6a-b70b-dd6bdcc741f7>.
- 2 Z.B. die Bundeskonferenz für Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten der Hochschulen e.V. zum Thema kostenlose Periodenprodukte für alle an Hochschulen (<https://bukof.de/wp-content/uploads/24-07-25-bukof-Stellungnahme-Kostenlose-Periodenprodukte-fuer-alle-an-Hochschulen-1.pdf>) oder das Team Geschlechtergerecht der FU Berlin zur Ausstellung zur Menstruation (<https://blogs.fu-berlin.de/frauenbeauftragte/2024/09/13/kein-tabu-die-ausstellung-zur-menstruation/>).

sollen mithilfe der Umfragen menstruations- und zyklusbedingte Barrieren der Examensprüfungen identifiziert und eine erste Bestandsaufnahme gemacht werden.

Die beiden Umfragen unterscheiden sich nur hinsichtlich des Adressat*innenkreises: Eine richtet sich an menstruierende Personen, die bereits mindestens ein schriftliches Staatsexamen absolviert haben, und die andere an Personen, die sich zurzeit in der Vorbereitung auf das erste schriftliche juristische Staatsexamen befinden. Sie wurden im Oktober 2025 freigeschaltet und werden derzeit ausgewertet. Insgesamt haben über 1000

Personen teilgenommen. Die Ergebnisse der Umfragen sollen nicht in einer Schublade verschwinden, vielmehr sollen sie in konkrete Empfehlungen für Prüfungsämter, Fakultäten und Ausbildungsgerichte übersetzt werden. Sie sollen dazu beitragen, ein gerechteres und inklusiveres juristisches Ausbildungssystem zu gestalten – eines, das auch menstruierende Personen nicht nur mitdenkt, sondern ernst nimmt.

Falls ihr Anmerkungen, Rückmeldungen oder Fragen habt, stehen wir unter folgender der E-Mail-Adresse zur Verfügung: umfragen@djb.de

Bewerbungen für den Marie-Elisabeth-Lüders-Wissenschaftspreis 2027

Der Deutsche Juristinnenbund e.V. (djb) vergibt in Anerkennung hervorragender rechts- oder wirtschaftswissenschaftlicher Arbeiten alle zwei Jahre den Marie Elisabeth Lüders-Preis. Ausgezeichnet werden Rechts- und Wirtschaftswissenschaftlerinnen. Preiswürdig sind rechts- oder wirtschaftswissenschaftliche Dissertationen und Habilitationsschriften zum Bereich Recht und Geschlecht sowie Arbeiten, die im Zusammenhang mit dem Thema Gleichstellung von Frau und Mann deutliche rechts- oder wirtschaftswissenschaftliche Bezüge aufweisen. Die Mitgliedschaft im djb ist keine Voraussetzung.

Der Preis besteht aus einem Druckkostenzuschuss in Höhe von 3.000,- Euro und wird alle zwei Jahre durch die Präsidentin im Rahmen der Mitgliederversammlung verliehen.

Bewerbungen für den Marie Elisabeth Lüders-Preis 2027 bitte bis zum 31. August 2026 über Anke Gimbal bei der Jury einreichen: anke.gimbal@djb.de

Weitere Informationen stehen in der Preisordnung: <https://www.djb.de/marie-elisabeth-lueders-preis/preisordnung>

Besetzung der Jury für den Marie-Elisabeth-Lüders-Wissenschaftspreis

Über die Verleihung des Marie Elisabeth Lüders-Preises entscheidet eine Jury aus drei djb-Mitgliedern. Mindestens ein Mitglied muss Bundesvorstandsmitglied, mindestens ein Mitglied soll kein Bundesvorstandsmitglied sein. Die Mitglieder der Jury werden vom Bundesvorstand für einen Zeitraum von vier Jahren – für eine Amtszeit bis 2029, d.h. für die zwei Preisvergaben 2027 und 2029 – eingesetzt.

Wer ist an einer Mitarbeit in der Jury interessiert? Auch Wirtschaftswissenschaftlerinnen bitten wir ausdrücklich um ihre Bewerbung!

Melden Sie sich bei Interesse bitte bis zum 20. März 2026 bei Anke Gimbal: anke.gimbal@djb.de