

01.02.2022 – 09:30 Uhr

Dating-Studie: Vegan-vegane Paare sind glücklicher



Hannover (ots) -

Ist ein gemeinsamer veganer Lebensstil eine gute Basis für die Zufriedenheit und die Stabilität in einer Beziehung - oder werden Veganer mit Fleisch essenden Partnern ebenso glücklich?

Die Kennenlernplattform [Gleichklang.de](https://gleichklang.de) wollte dies wissen und befragte dazu 635 vegan lebende Personen, die alle zum Zeitpunkt der Umfrage in einer Beziehung lebten.

Kurzzusammenfassung der Ergebnisse

In der Umfrage schilderten Veganer mit veganen Beziehungspartnern glücklichere und stabilere Beziehungen als Veganer, die Beziehungen mit Fleisch essenden Personen führten.

Unabhängig davon, ob die eigenen Beziehungspartner vegan lebten oder Fleisch aßen, gab die große Mehrheit der Befragten an, sich vegane Beziehungspartner zu wünschen.

Als Vorteile für eine gemeinsame vegane Lebensweise in Beziehungen benannten die Befragten eine *Erleichterung des Alltages*, eine *bessere Passung von Moral und Ethik*, ein *tieferes und harmonischeres Verstehen*, die Möglichkeit, sich gemeinsam in der veganen Lebensweise zu bestärken, die *Vermeidung von Konfrontation mit Tierprodukten* im eigenen Haushalt oder mit dem Fleischessen von Partnern, sowie die *Erleichterung einer gemeinsamen Kindererziehung*.

Vegane Frauen waren wesentlich seltener mit veganen Beziehungspartnerinnen zusammen als vegane Männer, obwohl ihr Wunsch nach veganen Partnern ebenso groß war wie der entsprechende Wunsch der Männer. Ursache hierfür war, dass es wesentlich mehr vegane Frauen als Männer gibt, was sich auch in der aktuellen Umfrage widerspiegelte.

Umfrage in Detail

Stichprobe und Befragungsmethodik

Die Teilnehmenden für die Umfrage wurden gewonnen über den Newsletter von Gleichklang, die von Gleichklang betriebene Webseite vegan.eu, sowie über bezahlte Facebook-Anzeigen, die sich an Personen mit dem Interessenschwerpunkt Veganismus richteten.

Eingeschlossen wurden in die Auswertung nur Daten von Personen, die in der Umfrage schilderten, sich rein pflanzenbasiert zu ernähren und weder Fleisch oder Fisch noch Milch oder Eier zu konsumieren.

Eingeschlossen wurden zudem ausschließlich Personen, die aktuell in einer Beziehung lebten und deren Beziehungspartner entweder ebenfalls vegan lebten oder aber Fleisch aßen.

An der Befragung beteiligten sich 635 Personen, die den genannten Einschlusskriterien entsprachen. Es nahmen 479 Frauen, 137 Männer und 19 nicht-binäre Personen teil. Das Übergewicht von Frauen in der Stichprobe entspricht dem Überwiegen von Frauen unter vegan lebenden Personen.

Das Durchschnittsalter der Befragten betrug 34,9 Jahre und schwankte zwischen minimal 16 und maximal 84 Jahren. Durchschnittlich betrug die Dauer der aktuellen Beziehung 6,8 Jahre.

Die Befragung wurde als Online-Befragung durchgeführt und schloss einen quantitativen Teil mit Ankreuzoptionen und einen qualitativen Teil ein. Der qualitative Teil bezog sich auf die Analyse der von den Befragten frei benannten Vorteile einer gemeinsamen veganen Lebensweise in Partnerschaften.

Die Teilnehmenden wurden in der quantitativen Befragung nach ihrer globalen Beziehungszufriedenheit sowie der Stabilität ihrer Beziehung gefragt. Hier wurden Ihnen auf einer vierstufigen Skala (*starke Ablehnung, Ablehnung, Zustimmung, starke Zustimmung*) folgende beiden Fragen vorgelegt:

- ich bin mit meiner Partnerschaft rundum zufrieden und glücklich.
- meine Partnerschaft ist stabil und dauerhaft

Die Befragten wurden ebenfalls - unabhängig davon, ob ihre Beziehungspartner vegan oder Fleischesser waren - dazu befragt, ob sie sich vegane Beziehungspartner wünschten oder nicht.

Es wurden außerdem Informationen zu Alter, Geschlecht, Bildungsstand, Beziehungsdauer, Dauer der veganen Lebensweise, Strenge der veganen Lebensweise (*Vermeidung von Honig? Vermeidung von Gelatine? etc.*) erhoben.

Zusätzlich wurden die Befragten gebeten, in einem freien Text mögliche Vorteile oder Nachteile einer gemeinsamen veganen Lebensweise in einer Beziehung zu schildern. Es resultierten 549 freie Texte, die in einer thematischen Analyse qualitativ ausgewertet wurden.

Die Untersuchung wurde von dem Diplom-Psychologen Guido F. Gebauer angeleitet.

Ergebnisse der Untersuchung

Prozentsatz veganer Beziehungspartner

- Bei 57,2 % der Befragten lebten die Partner ebenfalls vegan, während bei 42,8 % der Befragten die Partner weiterhin Fleisch aßen.
- Vegane Männer hatten mit 75,9 % wesentlich häufiger vegane Beziehungspartner als befragte Frauen, wo lediglich 48,6 % der Beziehungspartner vegan lebten. Bei den nicht-binären Personen betrug der Prozentsatz der vegan lebenden Beziehungspartner 68,4 %.

Beziehungszufriedenheit

- 56,7 % der Befragten mit veganen Partnern bejahten die Zufriedenheit mit ihrer Beziehung auf der stärksten Stufe (*starke Zustimmung*), während dieser Prozentsatz bei den Befragten mit Fleisch essenden Partnern lediglich 34,9 % betrug.
- 5,5 % der Befragten mit veganen Partnern verneinten die Zufriedenheit mit ihrer Beziehung (*starke Ablehnung oder Ablehnung*), während 23,2 % der Befragten mit Fleisch essenden Partnern die Beziehungszufriedenheit verneinten.
- 41,9 % der Befragten mit Fleisch essenden Partnern gaben eine einfache Zustimmung, aber keine starke Zustimmung zur Beziehungszufriedenheit, während dieser Prozentsatz bei den Befragten mit veganen Partnern bei 37,7 % lag.

Beziehungsstabilität

- 66,9 % der Befragten mit veganen Partnern stimmten der Aussage stark zu, dass ihre Beziehung stabil und dauerhaft sei, während bei den Befragten mit Fleisch essenden Partnern nur 46,3 % dieser Aussage stark zustimmten.
- 5,5 % der Befragten mit veganen Partnern verneinten die Beziehungsstabilität (*starke Ablehnung oder Ablehnung*). Dieser Prozentsatz betrug bei den Befragten mit Fleisch essenden Partnern 15,1 %.
- 38,6 % der Befragten mit Fleisch essenden Partnern stimmten der Aussage einfach, aber nicht stark zu, dass ihre Beziehung stabil sei. Bei den Befragten mit veganen Partnern betrug dieser Prozentsatz 27,5 %.

Statistische Bewertung

Die statistische Auswertung zeigte folgende Ergebnisse:

- Befragte mit veganen Partnern bejahten die Zufriedenheit mit ihrer Beziehung und die Stabilität ihrer Beziehung signifikant häufiger (*starke Zustimmung oder Zustimmung*) als Befragte mit Fleisch essenden Partnern.
- Befragte mit Fleisch essenden Partnern verneinten die Zufriedenheit mit ihrer Beziehung und die Stabilität ihrer Beziehung signifikant häufiger (*starke Ablehnung oder Ablehnung*) als Befragte mit veganen Partnern.
- Wenn Befragte mit veganen Partnern die Zufriedenheit oder die Stabilität mit ihrer Beziehung bejahten, bejahten sie diese

signifikant häufiger stark als Befragte mit Fleisch essenden Partnern, die seltener die starke Form der Zustimmung wählten.

Was wünschten sich die Befragten?

- 95,6 % der Befragten mit veganen Partnern gaben an, dass sie sich in einer Beziehung vegane Partnern wünschen. 2,5 % wünschten sich vegetarische Partner, 1,4 % war dies egal und 0,4 % gaben an, sich pescetarische Partner (Fischesser) zu wünschen. Niemand gab an, sich Fleisch essende Partner (Mischkost mit Fleisch) zu wünschen.

- 64,3% der Befragten mit Fleisch essenden Partnern gaben an, sich in einer Beziehung vegane Partner zu wünschen. 23,5 % gaben an, dass ihnen dies egal sei. 11,8 % wünschten sich vegetarische Partner und 0,4 % wünschten sich Pescetarier (Fischesser). Auch in dieser Gruppe wünschte sich niemand Partner, die sich mit einer Mischkost mit Fleisch ernährten.

Einflüsse von Geschlecht, Alter und weiteren Faktoren

Es traten keine oder nur triviale Zusammenhänge zwischen Geschlecht, Alter, Dauer der veganen Lebensweise und Streugegrad der veganen Lebensweise mit der Zufriedenheit und Stabilität der Partnerschaft auf.

Bei Männern und bei Frauen zeigte sich eine signifikant größere Zufriedenheit und höhere Stabilität in Beziehungen mit veganen als mit Fleisch essenden Partnern. Bei non-binären Personen erlaubte die geringe Anzahl der Fälle keine sinnvolle Analyse.

Obwohl die befragten veganen Frauen wesentlich häufiger Fleisch essende Partner hatten als die befragten Männer, wünschten sie sich genau oft vegane Partner wie Männer dies taten.

Warum waren vegan-vegane Beziehungen glücklicher?

In den Ergebnissen der Umfrage zeigten sich Beziehungen mit gemeinsamer veganer Lebensweise als glücklicher und stabiler als Beziehungen zwischen Veganern und Fleischessern. Zudem wünschte sich eine große Mehrheit der Veganer vegane Partner. Dieser Wunsch war selbst bei denjenigen Veganern vorhanden, die aktuell in einer Beziehung mit einer Fleisch essenden Person lebten.

Was aber waren die Gründe, warum vegan-vegane Beziehungen glücklicher und stabiler sind? Was erlebten die Befragten als Vorteile einer gemeinsamen veganen Lebensweise?

Zur Beantwortung dieser Frage wurden die vorliegenden 549 freien Texte nach ihren Inhalten codiert. Es wurden folgende sechs grundlegende Thematiken identifiziert.

(1) Erleichterung des Alltags: Durch die Übereinstimmung in der veganen Lebensweise werde der Alltag erleichtert, insbesondere das Einkaufen, Essen und Kochen, wobei aber auch die Pflege sozialer Kontakte von einigen Befragten bei gemeinsamen Veganismus als einfacher erlebt wurde.

(2) Passung von Moral und Ethik: Der gemeinsame Veganismus entspreche grundlegenden ethischen Werten, wobei eine geteilte Ethik für eine Beziehung wichtig und förderlich sei.

(3) Tieferes und harmonischeres Verstehen: Die Beziehung werde verbessert durch weniger Konflikte, mehr Verbundenheit und bessere Gespräche.

(4) Vegane Lebensweise stärken: Durch eine gemeinsame vegane Lebensweise entstünden mehr Motivation und Möglichkeiten, um die vegane Lebensweise weiter zu entwickeln, Neues zu lernen, sich vor Versuchungen und Rückfällen zu schützen oder auch gemeinsam für die vegane Lebensweise einzutreten.

(5) Vermeidung negativer Gefühle: Der gemeinsame Veganismus schütze vor belastenden Konfrontationen und negativen Gefühlen, wie Ekel, Ärger oder Traurigkeit, die durch Tierprodukten im eigenen Haushalt oder den Konsum von Tierprodukten durch Partner ausgelöst werden können. Küssen und Zärtlichkeit werde so erleichtert.

(6) Erleichterte Kindererziehung: Die Kindererziehung werde durch ein gemeinsames veganes Leben erleichtert, da so eine vegane Ernährung und Erziehung der Kinder ohne Konflikte und Diskussionen erfolgen könne.

Interpretation und psychologische Einordnung

Der Psychologe Gebauer fasst die Befunde dahingehend zusammen, dass vegan lebende Menschen in ihren Beziehungen glücklicher und stabiler werden, wenn ihre Beziehungspartner ebenfalls vegan leben. Die Sehnsucht nach veganen Beziehungspartnern bestehe selbst bei denjenigen, die aktuell in einer Beziehung mit einer Fleisch essenden Person leben.

Die Befunde zeigten zudem, dass der Wunsch nach veganen Beziehungspartnern tatsächlich die Partnerwahl von Veganern stark prägte:

Während der Anteil von Veganern an der Allgemeinbevölkerung zwischen 1 - 2 % liege, habe die Mehrheit der Befragten angegeben, dass ihre Beziehungspartner ebenfalls vegan seien.

Deutlich werde, dass Veganer ganz offensichtlich sich gezielt nach veganen Beziehungspartnern suchten.

Psychologisch seien diese Befunde gut zu erklären:

Eine hohe Beziehungsqualität könne entstehen und bleibe erhalten, wenn zentrale moralische Überzeugungen miteinander harmonierten, Konflikte gut lösbar seien, der gemeinsame Alltag positiv gestaltet werden könne, die eigene Person eingebracht und weiter entwickelt werde, körperliche Nähe als positiv erlebt werde ohne Ekelgefühle, sowie Kinder nach gemeinsamen

Prinzipien beiderseits erzogen werden können.

Der Veganismus sei eine stark ethisch geprägte Lebensweise. Die Konfrontation mit Tierprodukten im eigenen Haushalt oder mit einem Fleisch essenden Partner sei daher für viele Veganer eine psychische Belastung.

Wunsch nach veganen Beziehungspartnern nachvollziehbar

Es gehe bei dem Wunsch nach veganen Beziehungspartnern nicht um Rigidität, Intoleranz oder mangelnde Akzeptanz von Vielfalt, sondern um den authentischen Wunsch von Menschen, in ihren intimsten Beziehungen eine besonders tiefe Form von Verbindung und Zusammengehörigkeit zu erleben.

Gerade für Menschen, die starke ethische Überzeugungen haben, die mit der Mehrheitsgesellschaft im Konflikt stünden, können nach Gebauer Intimbeziehungen zu einem Schutzraum werden, der es ihnen möglich mache, den eigenen Lebensstil zu leben und dabei in seelischer Balance zu bleiben.

Gebauer rät allerdings veganen Partnersuchenden, bei ihrer Partnersuche nicht nur bereits vegan lebende Personen zu berücksichtigen, sondern auch noch nicht vegan lebende Personen einzubeziehen, die für einen Wechsel zur veganen Lebensweise aufgeschlossen seien. Dadurch werde der Suchraum erweitert, ohne auf den Wunsch nach Übereinstimmung in den Grundeinstellungen zu verzichten.

Zahlreiche weitere Details zu Umfrage und Ergebnissen können in zwei Artikeln im [Psychologie-Blog](#) von Gleichklang zur [quantitativen Analyse](#) und zur [qualitativen Analyse](#) (mit zahlreichen Zitaten) der Befragungsergebnisse nachgelesen werden.

Pressekontakt:

Dr. Guido F. Gebauer
Gleichklang limited
Oesterleystr 1
30171 Hannover
Tel.: 0511 51516678
E-Mail: gebauer@gleichklang.de

Medieninhalte



Vegan-vegane Paare erleben eine besonders hohe Verbundenheit / Weiterer Text über ots und www.presseportal.de/nr/71147 / Die Verwendung dieses Bildes ist für redaktionelle Zwecke unter Beachtung ggf. genannter Nutzungsbedingungen honorarfrei. Veröffentlichung bitte mit Bildrechte-Hinweis.

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100015842/100884634> abgerufen werden.