

10.02.2026 - 09:15 Uhr

Studie mit 2.100 Veganer:innen zu Sexualität und Partnerschaft



Hannover (ots) -

Wenn Veganismus sexuell anziehend wird - zentrale Ergebnisse einer groß angelegten Umfrage

In der sozial- und sexualwissenschaftlichen Diskussion wird seit einigen Jahren zunehmend die Frage aufgeworfen, ob vegane Lebensweise für manche Menschen nicht nur eine ethische Überzeugung, sondern auch ein Faktor sexueller Anziehung ist. Entsprechende Beschreibungen wurden bislang jedoch häufig als sprachliche Überhöhung oder als identitätspolitisches Selbstetikett bewertet. Große quantitative Untersuchungen, die systematisch prüfen, ob sich eine solche Präferenz konsistent messen lässt und ob sie reale Zusammenhänge mit Partnerschaft und Sexualität aufweist, fehlten bislang.

Vor diesem Hintergrund führte vegan.eu in Kooperation mit der psychologisch fundierten Kennenlernplattform [Gleichklang.de](https://gleichklang.de) eine großangelegte Umfrage unter 2.100 vegan lebenden Erwachsenen durch. Ziel der Untersuchung war es, empirisch zu klären, ob Veganismus für einen Teil vegan lebender Menschen eine eigenständige sexuelle Anziehungskomponente darstellt, wie verbreitet eine solche mögliche vegansexuelle Präferenz ist und welche Bedeutung sie für das Erleben von Partnerschaft sowie für Beziehungszufriedenheit und sexuelle Zufriedenheit besitzt.

Die Ergebnisse zeigen, dass für einen Teil der befragten Veganer:innen Veganismus selbst zu einer sexuellen Anziehungskomponente wird. Je nach Schwellenwert wiesen zwischen 14 und 27 Prozent der Teilnehmenden eine konsistent und stark ausgeprägte vegansexuelle Präferenz auf. Diese Präferenz bezog sich auf die Fantasie- und die Verhaltensebene. Personen mit vegansexueller Präferenz lebten häufiger mit veganen Partner:innen zusammen, und sie waren in Beziehungen mit veganen Partner:innen glücklicher und sexuell zufriedener als in Beziehungen zu nicht veganen Partner:innen. Demgegenüber zeigte sich bei Personen ohne vegansexuelle Präferenz kein Zusammenhang ihrer Beziehungszufriedenheit oder ihrer sexuellen Beziehungszufriedenheit mit der Partnerernährung.

Eckpunkte zu Studienleitung und Durchführung

Die Untersuchung wurde von dem Psychologen Guido F. Gebauer geleitet und auf dem Informationsportal vegan.eu veröffentlicht. Die Datenerhebung erfolgte in Zusammenarbeit mit der psychologisch fundierten Kennenlernplattform Gleichklang, die vegane Ernährung seit 2006 als Matching-Kriterium berücksichtigt.

Weitergehende Befunde, detaillierte statistische Auswertungen, methodische Prüfungen zur Repräsentativität sowie die Einordnung der Bedeutung der Ergebnisse werden im vollständigen Artikel auf vegan.eu ausführlich dargestellt.

Ziel der Studie war es, die bislang offene Frage zu klären, ob Vegansexualität lediglich ein modisches Selbstetikett darstellt oder eine eigenständige, konsistente sexuelle Präferenzstruktur beschreibt, die sich empirisch nachweisen lässt und praktische Relevanz für Beziehungen besitzt.

Vegansexualität wurde nicht vorausgesetzt, sondern als mögliche sexuelle Präferenzstruktur empirisch geprüft, indem ihre psychometrische Konsistenz sowie ihre Zusammenhänge mit dem tatsächlichen Beziehungs- und Sexualerleben untersucht wurden.

Zahlreiche weitere Ergebnisse, Ausführungen zur Repräsentativität und zur theoretischen Einordnung der Befunde können direkt im [Artikel auf vegan.eu](https://www.vegan.eu) nachgelesen werden.

Stichprobe und Auswertungen

An der Erhebung nahmen insgesamt 2.100 volljährige, vegan lebende Personen teil. Die Stichprobe umfasste 1.379 Frauen (65,7 %), 620 Männer (29,5 %) sowie 101 nicht-binäre Personen (4,8 %). Der hohe Frauenanteil entspricht dabei Befunden aus internationalen Erhebungen und Studien, die ebenfalls zeigen, dass vegane Stichproben überwiegend weiblich zusammengesetzt sind. Das Alter der Befragten lag zwischen 18 und 84 Jahren, mit einem Durchschnittsalter von 41,4 Jahren. Zum Zeitpunkt der Erhebung lebten 1305 Personen (62,1 %) in einer romantischen Partnerschaft, während 795 Personen (37,9 %) angaben, aktuell Single zu sein.

Die Rekrutierung erfolgte über mehrere Kanäle (*Facebook, Reddit, vegane Newsletter, Gleichklang/vegan.eu, Restgruppe*). Um mögliche Verzerrungen durch Selbstselektion oder spezifische Zugangswege zu prüfen, wurden alle zentralen Analysen unter Kontrolle des Rekrutierungswegs sowie von Geschlecht, Alter, Bildungsstand und Wohnsitzland (Deutschland, Österreich, Schweiz, sonstige) durchgeführt. Die Auswertungen erfolgten mittels multivariater statistischer Verfahren.

Durch dieses Vorgehen konnte geprüft werden, ob die berichteten Zusammenhänge unabhängig von Rekrutierungskanälen und soziodemografischen Merkmalen bestehen. Alle zentralen Effekte zur Vegansexualität erwiesen sich unter diesen Kontrollen als stabil und konsistent.

Forschungsstand und Ausgangsfrage

In der sozial- und sexualwissenschaftlichen Literatur wurde in den vergangenen Jahren wiederholt beschrieben, dass vegane Lebensweise für manche Menschen nicht nur eine ethische Überzeugung, sondern auch ein Faktor sexueller Anziehung sei. Kritiker:innen bewerteten diese Beschreibungen häufig als sprachliche Überhöhung oder als identitätspolitisches Label. Bislang fehlten jedoch große quantitative Erhebungen, die systematisch prüfen, ob sich eine solche Präferenz psychometrisch konsistent messen lässt und ob sie reale Korrelate im Beziehungserleben aufweist. Gemeint sind dabei Zusammenhänge mit der Beziehungszufriedenheit, der sexuellen Zufriedenheit sowie mit der Ernährung der jeweiligen Partner:innen im Zusammenhang mit vegansexuellen Präferenzstrukturen.

Genau hier setzte die vorliegende Untersuchung an. Sie basierte auf einer großen Stichprobe, erhob detaillierte demografische Informationen und kontrollierte systematisch zentrale Einflussfaktoren. Dass alle Effekte unter diesen Kontrollen vollständig erhalten blieben, gilt als starker Hinweis auf Robustheit und Generalisierbarkeit der Befunde.

Kern der Studie war die Entwicklung und Prüfung einer 24-Item-Skala zur Erfassung veganer sexueller Präferenzen. Die Items erfassten sowohl sexuelle Anziehung durch vegane Lebensweise als auch Abstoßungsreaktionen gegenüber dem Konsum von Tierprodukten.

Die Items wurden auf einer fünfstufigen Skala erhoben (*starke Ablehnung, Ablehnung, weder noch, Zustimmung, starke Zustimmung*). Numerisch entsprachen Werte von 1 oder 2 einer Ablehnung, 3 einer neutral-indifferenten Haltung und 4 oder 5 einer Zustimmung zur vegansexuellen Präferenz.

Zur inhaltlichen Veranschaulichung enthielt die Skala unter anderem folgende Aussagen:

- Für mein sexuelles Wohlbefinden ist es entscheidend, dass die andere Person keine Tierprodukte konsumiert.
- Ich spüre eine unangenehme Anspannung bei sexueller Nähe zu Menschen, die Tierprodukte konsumieren.
- Ich suche sexuelle Nähe ausschließlich zu vegan lebenden Menschen.
- In meinen sexuellen Fantasien erscheinen mir nur vegan lebende Menschen anziehend.
- Der Geruch oder Geschmack beim Küssen einer Person, die Tierprodukte konsumiert hat, wirkt für mich abstoßend.
- Ich empfinde Menschen als sexuell besonders anziehend, wenn sie aus Überzeugung vegan leben.

Prüfung der Struktur vegansexueller Präferenzen

Cronbachs Alpha ist ein Maß für die interne Konsistenz einer Skala. Über die 24 vegansexuellen Items ergab sich ein Wert von 0,985, der zeigt, dass die 24 Items äußerst zuverlässig dasselbe Merkmal erfassen.

Der sehr hohe Alpha-Wert ist dabei auch vor dem Hintergrund der Itemanzahl sowie der engen theoretischen Anbindung der Items an das zugrunde liegende Konstrukt zu interpretieren. Die Skala umfasst 24 inhaltlich klar unterscheidbare Aussagen, die unterschiedliche Facetten vegansexueller Präferenzen abbilden und erwartungsgemäß hoch miteinander korrelieren, ohne bloße Wiederholungen identischer Inhalte darzustellen. Statistisch erwiesen sich dabei auch die Aspekte der sexuellen Anziehung durch vegan oder der Abstoßung durch Tierprodukte als zwei Seiten einer gemeinsamen Dimension.

Mit einer Hauptkomponentenanalyse wurde geprüft, ob die unterschiedlich formulierten Items tatsächlich auf eine einzige gemeinsame zugrunde liegende Dimension verweisen. Die Analyse diente der explorativen Prüfung der Dimensionalität und zeigte eindeutig, dass sich alle 24 Items auf eine einzige dominante Komponente zurückführen lassen, die inhaltlich als Vegansexualität interpretiert wird. Die Befunde sprechen damit für eine klar eindimensionale Struktur vegansexueller Präferenzen innerhalb der untersuchten Stichprobe.

Verbreitung: Wie häufig ist Vegansexualität?

Zur Auswertung wurde über alle 24 Items hinweg ein Mittelwert gebildet. Auf der fünfstufigen Skala galten Werte bis einschließlich 2,5 als Ablehnung einer vegansexuellen Präferenz, Werte über 2,5 bis unter 3,5 als neutral-indifferent und Werte ab 3,5 als Zustimmung zur vegansexuellen Präferenz.

Die Einteilung erfolgte nach gängigen Rundungs- und Klassifikationsregeln. Die Klassifikation diente dabei der deskriptiven Einordnung der Präferenzstärke und stellte noch keine diagnostische Grenzziehung dar.

Auf dieser Grundlage ergab sich folgende Verteilung der Befragten:

- 24,9 % lehnten eine vegansexuelle Orientierung ab
- 37,0 % befanden sich im Indifferenzbereich
- 38,9 % lagen im Zustimmungsbereich zur vegansexuellen Präferenz

Schwellenwerte und Einordnung der Präferenzstärke

In der sexualwissenschaftlichen Fachliteratur zu alternativen sexuellen Orientierungen Schwellenwerte auf fünfstufigen Skalen wurden Schwellenwerte von 4,0 (mildere Schwelle) und 4,5 (strengere Schwelle) vorgeschlagen, um zwischen bloßer Präferenz und orientierungsähnlicher Ausprägung zu unterscheiden.

Bei Übertragung dieser Kriterien auf die vorliegenden Daten, ergab sich, dass je nach Schwellenwert zwischen 14,4 % und 26,6 % der befragten Veganer:innen eine konsistent ausgeprägte vegansexuelle Orientierung aufwiesen.

Beziehungskonstellationen: Partnerernährung und Vegansexualität

Unter den 1.305 Personen in Partnerschaften wurde analysiert, wie die vegane sexuelle Orientierung mit der Ernährung der Partner:innen zusammenhing.

Auf Basis der milderen Schwelle für vegansexuelle Orientierung wurden hierfür 26,6 % der Stichprobe mit den übrigen Befragten verglichen; vergleichbare Ergebnisse ergaben sich auch bei Anwendung der strengeren Schwelle:

- Bei den vegansexuellen Personen gaben 79,3 % an, dass ihre Partner:innen ebenfalls vegan lebten, während dieser Anteil bei den nicht vegansexuellen Personen lediglich 40,9 % betrug.

Dieser Zusammenhang blieb auch nach Kontrolle aller relevanten demografischen und rekrutierungsbezogenen Variablen vollständig erhalten.

Die Analyse bezieht sich dabei ausschließlich auf bestehende Partnerschaften und erlaubt keine Aussagen darüber, auf welchem Weg oder zu welchem Zeitpunkt diese Beziehungskonstellationen entstanden sind.

Beziehungs- und sexuelle Zufriedenheit

Im nächsten Schritt wurde untersucht, wie Vegansexualität mit der Beziehungszufriedenheit und der sexuellen Zufriedenheit in Abhängigkeit von der Ernährung von Partner:innen zusammenhängt.

Die folgenden Analysen bezogen sich auf die Teilgruppe der Befragten, die zum Zeitpunkt der Erhebung in einer Partnerschaft lebten.

Beziehungs- und sexuelle Zufriedenheit wurden auf Skalen von 0 (sehr unzufrieden) bis 10 (extrem zufrieden) erfasst.

Es zeigten sich die folgenden Ergebnisse:

- Vegansexuelle Personen berichteten in Beziehungen mit veganen Partner:innen eine statistisch signifikant höhere Beziehungszufriedenheit (Durchschnitt = 8,75) als in Beziehungen mit fleischessenden Partner:innen (Durchschnitt = 4,19). Eine vergleichbare Effektrichtung zeigte sich für die sexuelle Zufriedenheit (7,65 versus 3,52). Beziehungen mit vegetarisch lebenden Partner:innen lagen hinsichtlich beider Zufriedenheitsmaße im mittleren Bereich. Der Zusammenhang zeigte sich damit als Interaktion zwischen vegansexueller Präferenz und der Ernährung der Partner:innen.
- Bei nicht vegansexuellen Befragten zeigte sich hingegen kein Zusammenhang zwischen der Ernährung der Partner:innen und ihrer Beziehungszufriedenheit oder sexueller Zufriedenheit.

Auch nach Kontrolle von Rekrutierungskanälen, Wohnsitzland, Alter, Geschlecht und Bildungsstand blieben alle Effekte vollständig erhalten.

Zur Einordnung veganer sexueller Präferenzstrukturen

Laut Gebauer ist der Begriff der sexuellen Orientierung dort angemessen, wo eine sexuelle Präferenz ein so konsistentes, verhaltensrelevantes und subjektiv bedeutsames psychisches Phänomen darstellt, das Anziehung, Beziehungserleben und Zufriedenheit nachhaltig beeinflusst.

Wer in der Begrifflichkeit nicht so weit gehen will, könne Vegansexualität auch ohne Bezug zum Begriff der Orientierung als sexuelle Präferenz benennen, die eine hohe Stärke erreichen könne.

Zur Einordnung der Größenordnung verweist Gebauer darauf, dass in der Allgemeinbevölkerung Prävalenzen homosexueller Orientierung meist im Bereich von etwa zwei bis drei Prozent, bisexuelle Orientierung unter zehn Prozent und alternativer sexueller Präferenzen wie Sapiosexualität im Bereich von etwa ein bis acht Prozent berichtet werden.

Diese Angaben dienen ausschließlich der groben Einordnung der Größenordnung und erlauben keinen direkten Vergleich zwischen veganer Stichprobe und Allgemeinbevölkerung.

Vor diesem Hintergrund seien die innerhalb der veganen Stichprobe ermittelten Anteile einer konsistent ausgeprägten vegansexuellen Orientierung von rund 14 bis 27 Prozent substantiell.

Inhaltlich, betont Gebauer, solle Vegansexualität klassische sexuelle Orientierungen wie heterosexuell, homosexuell oder bisexuell nicht ersetzen, sondern ergänzen.

Die Ergebnisse liefern laut Gebauer erstmals in einer großen quantitativen Stichprobe Evidenz dafür, dass Vegansexualität ein reales, psychologisch stimmiges und wirksames Phänomen sei. Für einen Teil vegan lebender Menschen beschreibe sie eine konsistente sexuelle Präferenz. Diese Präferenz spiegele sich deutlich im Beziehungserleben wider und gehe damit über ein bloßes Selbstetikett hinaus.

Als weiteren Zusammenhang betont Gebauer die Einbettung von Sexualität in Werte:

"Die Daten zeigen, dass sexuelle Präferenzen nicht ausschließlich biologisch oder körperlich zu verstehen sind. Vielmehr sei Sexualität auch in ethischen Werten und Lebensweisen eingebettet, was sich auf Anziehung und Beziehungserleben auswirke. Vegansexualität sei eine solche empirisch belegbare Präferenzstruktur mit realen Konsequenzen."

Begrenzungen der Umfrage

Gebauer weist darauf hin, dass es sich um eine querschnittliche Online-Befragung handelt. Entsprechend lassen sich statistische Zusammenhänge beschreiben, jedoch keine direkten Kausalzusammenhänge ableiten. Diese Einschränkung gilt für den überwiegenden Teil empirischer Erhebungen zur veganen Lebensweise und stellt kein Spezifikum der vorliegenden Untersuchung dar.

Kontext der Untersuchung

Die Ergebnisse zur Vegansexualität sind Teil der Vegan-2025-Umfrage von vegan.eu und Gleichklang. Die Online-Befragung lief von April bis September 2025 und dauerte im Durchschnitt etwa eine Stunde.

In vorangegangenen Auswertungen wurden bereits Befunde zu [politischen Einstellungen](#), Wertorientierungen und [Motiven der veganen Lebensweise](#) veröffentlicht. Weitere Analysen, unter anderem zu religiösen und spirituellen

Einstellungen sowie zu Fragen von Familie und Kinderernährung, sind geplant.

Nach Abschluss der gesamten Auswertungsreihe sollen die Ergebnisse in zusammenfassender Form als öffentlich zugängliches Handbuch auf vegan.eu veröffentlicht und der interessierten Öffentlichkeit zur Verfügung gestellt werden.

Mögliche Interessenkonflikte durch die Beteiligung der Kennenlernplattform Gleichklang sieht Gebauer nicht. Die große Mehrheit der Teilnehmenden wurde nicht über Gleichklang oder vegan.eu rekrutiert. Zudem blieben sämtliche zentrale Befunde auch unter Kontrolle der Rekrutierungswege stabil und zeigten sich konsistent in allen relevanten Teilgruppen.

Ziel der Untersuchung war es nicht, bestimmte Präferenzen zu fördern, sondern empirisch zu erfassen, wie verbreitet vegansexuelle Präferenzen tatsächlich sind und wie sie sich im Beziehungserleben auswirken.

Ansprechperson für Medien und Hintergrundgespräche

Für Rückfragen, Interviews sowie weiterführende Hintergrundgespräche steht der Studienleiter *Dr. Guido F. Gebauer* Journalist:innen und Medienvertreter:innen zur Verfügung. Dies gilt für klassische Medienformate ebenso wie für Blogs, Podcasts und Videoformate, einschließlich spezialisierter Online- und Influencer-Kanäle. Gespräche können je nach Bedarf als Interview, Hintergrundgespräch oder zur vertiefenden Einordnung der Befunde geführt werden.

Pressekontakt:

Dr. Guido F. Gebauer
Gleichklang limited
Oesterleystr 1
30171 Hannover
Tel.: +49 (0)15228973672
E-Mail: gebauer@gleichklang.de

Medieninhalte



Gemeinsamer Veganismus fördert Beziehungen, wenn eine starke vegansexuelle Präferenz bei den Beteiligten besteht. / Weiterer Text über ots und www.presseportal.de/nr/71147 / Die Verwendung dieses Bildes für redaktionelle Zwecke ist unter Beachtung aller mitgeteilten Nutzungsbedingungen zulässig und dann auch honorarfrei. Veröffentlichung ausschließlich mit Bildrechte-Hinweis.

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100015842/100938357> abgerufen werden.