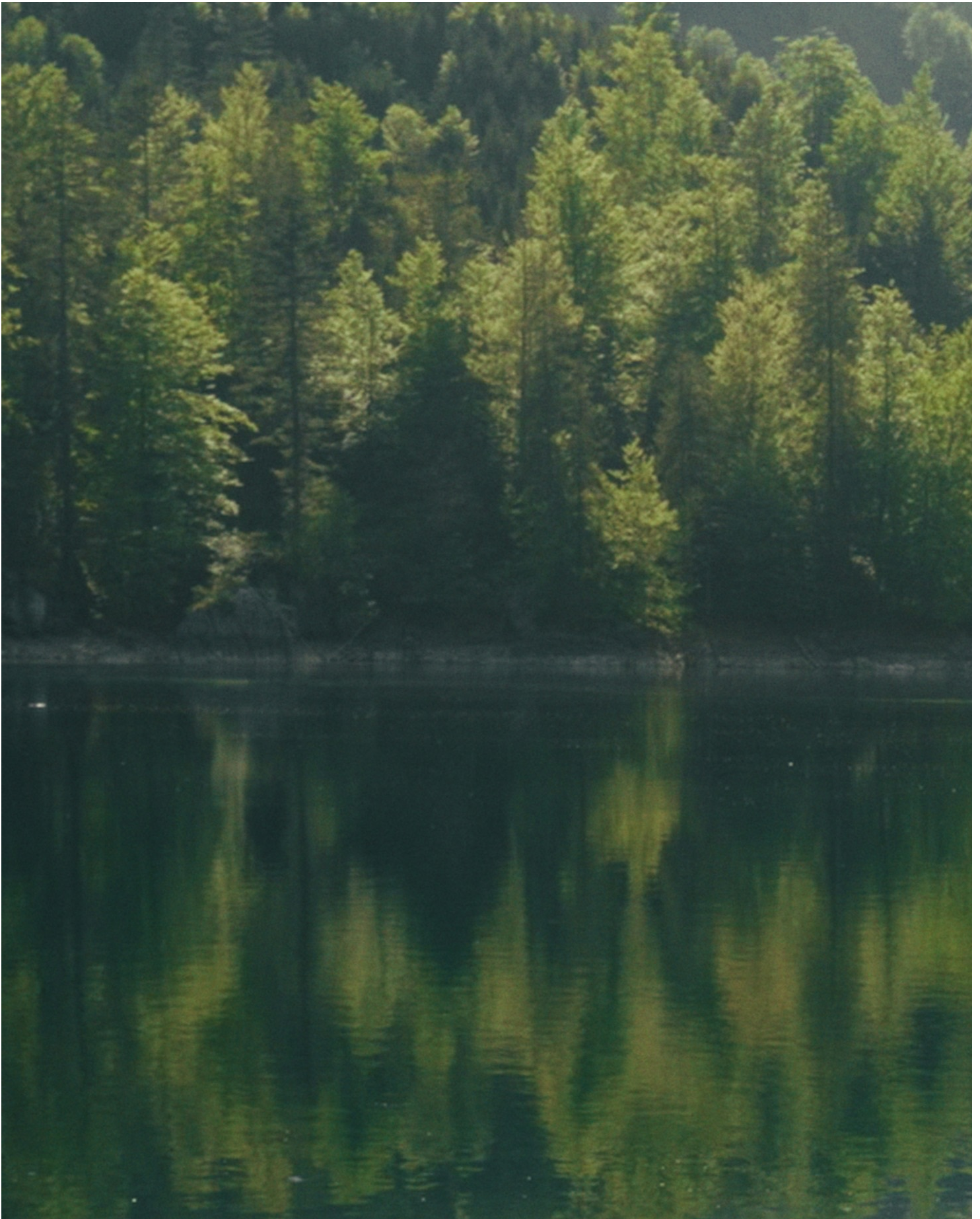


Dating im Wandel: Gen Z setzt beim Kennenlernen zunehmend auf einen gesünderen Lebensstil





Berlin, 16. Januar 2026 – Neue Tinder-Daten zeigen: Innerhalb nur eines Jahres zeigt sich ein klarer Wandel im Lebensstil junger Singles beim Dating. Während 2024 noch Ballermann, Drinks, Festivals und Party-Vibes viele Profile prägten, rücken 2025 ein gesunder Lebensstil in den Fokus. Auch die aktuellen Dating-Icks unterstreichen diesen Wandel: Neben Bars und Trinken zählten Rauchen zu den häufig genannten No-Gos in Tinder-Profilen 2025. Während Dating bei älteren Generationen häufig in Bars und bei Drinks stattfindet, verknüpft die Gen Z Kennenlernen heute stärker mit einem gesunden Lebensstil.

Bewusster Umgang mit Alkohol

Der bewusste Umgang mit Alkohol ist eines der deutlichsten Signale dieses Wandels. Tinder-Daten zeigen, dass viele junge Singles angeben, nüchtern zu leben, „sober curious“ zu sein oder Alkohol nur bei besonderen Anlässen zu trinken. Alkohol verschwindet damit nicht gänzlich aus dem Dating, verliert aber seine frühere Selbstverständlichkeit und spielt im Leben vieler junger Singles eine deutlich geringere Rolle als noch vor ein paar Jahren.

Die größten Icks 2025

1. Trinken
2. Fußball
3. Motorräder
4. Angeln
5. Rauchen
6. Bars
7. Marvel

Von Bar-Dates zu gemeinsamen Erlebnissen

Parallel dazu verändert sich auch die Art der Dates. Natur, Wandern, Sport, Fitnessstudio und Reisen zählten 2025 zu den häufigsten Interessen-Angaben in den Tinder-Profilen der Gen Z. Viele junge Singles haben wenig Lust auf verrauchte Bars oder klassische Drinks bei einem Date, sondern mehr Interesse an Spaziergängen, Dates in der Natur oder kleinen Abenteuern zu zweit, bei denen man sich wirklich begegnen kann und ganz bei sich selbst ist.

Top-Interessen in Tinder-Profilen im Jahr 2025

1. Reisen
2. Natur
3. Singen
4. Sport
5. Wandern

Lebensstil entscheidet zunehmend über die Partnerwahl

Für die Gen Z wird Dating zunehmend zu einer Lifestyle-Entscheidung. Interessen, Trinkgewohnheiten und Abneigungen dienen nicht mehr nur als Gesprächsstarter, sondern als Filter, denn sie helfen einzuschätzen, wie gut zwei Menschen im Alltag zusammenpassen. Ein bewusster, verantwortungsvoller Lebensstil steht dabei für Klarheit, Verlässlichkeit und gemeinsame Routinen und wirkt beim Kennenlernen als positiver Verstärker. Dating wird dadurch bewusster, gesünder und alltagstauglicher: Statt kurzfristiger Reize rücken gemeinsame Lebensrhythmen, Werte und Gewohnheiten in den Fokus. Entscheidend ist weniger das einzelne Date als die Frage, ob zwei Lebensstile langfristig kompatibel sind.

Legende:

¹ Eine Umfrage unter 4000 18-30-Jährigen, die aktiv in den USA, Großbritannien, Kanada und Australien daten, durchgeführt von OnePoll im Auftrag von Tinder zwischen dem 25. September 2024 und dem 4. November 2024.

² Eine Umfrage unter 4000 18- bis 25-Jährigen, die zwischen Oktober 2025 und November 2025 in den USA, Großbritannien, Kanada und Australien aktiv auf Partnersuche sind, durchgeführt von Opinium im Auftrag von Tinder („2025 International Opinium Survey“).

³ Eine Umfrage unter 4000 18- bis 25-Jährigen, die zwischen Oktober 2025 und November 2025 in den USA, Großbritannien, Kanada und Australien aktiv auf Partnersuche sind, durchgeführt von Opinium im Auftrag von Tinder („2025 International Opinium Survey“).

⁴ Interne Daten von Tinder von September 2024 bis September 2025. Referenzierte Statistiken stammen aus der internationalen Opinium-Umfrage von 2025.

⁵ Interne Daten von Tinder von September 2024 bis September 2025. Referenzierte Statistiken stammen aus der internationalen Opinium-Umfrage von 2025.

Für nähere Informationen: Tinder Medienbüro | Schröder + Schömb's PR GmbH | Torstraße 107 | 10119 Berlin | tinder@schroederschomb's.com | 030.349964-50

<https://de.tinderpressroom.com/datingimwandel>