



Samstag, 25. Oktober 2025, 14:00 Uhr
~9 Minuten Lesezeit

Sich wehren, ohne zu töten

Soziale Verteidigung ist eine bedenkenswerte Alternative zu militärischen Optionen.

von Das Gewerkschaftsforum
Foto: SibRapid/Shutterstock.com

Im Zusammenhang mit dem Krieg Russlands gegen die Ukraine werden hierzulande Waffenlieferungen und

Ausbildung an der Waffe oft als einzig gangbare Option zur Unterstützung der Ukraine gesehen. Dabei wird übersehen, dass diese Waffenlieferungen letztlich dazu beitragen, den Krieg zu verlängern und die Zahl der Verletzten und Toten zu erhöhen. Eine andere, oft vergessene Alternative ist die Soziale Verteidigung, bei der sich eine Gesellschaft gegen gewaltsame Angriffe verteidigt, ohne selbst Gewalt anzuwenden. Soziale Verteidigung ist eine besondere Form des zivilen Widerstands. Eine Gesellschaft verteidigt gewaltfrei ihre (zivilen) Institutionen, ihre Identität und ihre Lebensweise gegen einen gewaltsamen Angriff. Dies kann zum Beispiel der Fall sein, wenn ein Land von außen militärisch angegriffen wird oder wenn Gruppen innerhalb eines Landes mit illegalen Mitteln, zum Beispiel einem Putsch, versuchen, die Macht an sich zu reißen. Dabei geht es nicht in erster Linie um die Verteidigung von Staatsgrenzen, sondern um den Schutz des Landes vor großflächiger Zerstörung durch den Verzicht auf gewaltsamen Widerstand. Es ist wichtig zu beachten, dass jeder Konflikt anders ist und es daher keine Methoden gibt, die auf alle Kontexte anwendbar sind.

von Victoria Kropp

Soziale Verteidigung – Was ist das?

Es gibt verschiedene Argumente und Überlegungen, die für den

Einsatz der Sozialen Verteidigung sprechen. Es ist bekannt, dass Gewalt zu mehr Gewalt führt (Gewaltspirale). Darüber hinaus stärkt Soziale Verteidigung den Ansatz, dass die Macht vom Volk ausgeht und konzentriert sich auf die Frage, was wir schützen wollen und wie wir es schützen wollen. Wenn wir uns diese Frage stellen, kommen wir zum Schluss, dass uns intakte Städte, eine funktionierende Infrastruktur und der Erhalt von Flora und Fauna einschließlich der Landwirtschaft wichtig sind. Elemente, die nicht durch militärische Verteidigung geschützt werden können. Das Besondere an der Sozialen Verteidigung ist der Verzicht auf eine gewaltsame Reaktion auf Gewalt. Sie ist damit ein dritter Weg zwischen gewaltsamer militärischer Verteidigung und Kapitulation. (1)

Gewaltfrei zu handeln, bedeutet nicht, vor Gewalt geschützt zu sein. Denn wie alle Formen des Kampfes ist auch gewaltfreies Handeln mit Risiken verbunden – manchmal mit schwerwiegenden Risiken. Gewaltfreie Bewegungen ziehen im Allgemeinen weniger tödliche Repressionen nach sich als bewaffnete Bewegungen. Dennoch wird Widerstand fast immer Sanktionen nach sich ziehen. Gewaltlose Aktivist*innen müssen also damit rechnen, dass sie unterdrückt werden, wenn ihre Bewegung eine Bedrohung für die andere Seite darstellt.

Im Laufe der Zeit haben Demonstrant*innen verschiedene Strategien entwickelt, Unterstützer*innenkreise aufgebaut und gelernt, effektiv mit den Medien zusammenzuarbeiten. Doch auch Regierungen und Aktivist*innen der Gegenbewegung haben eine steile Lernkurve durchlaufen und sind zunehmend geschickter darin geworden, soziale Bewegungen zu behindern und zu unterdrücken. (2)

Methoden und Strategien

Im Falle eines Putsches oder eines militärischen Angriffs verteidigt sich die Bevölkerung ohne Waffengewalt und versucht, die politischen und wirtschaftlichen Kosten des Aggressors so hochzutreiben, dass sie einen möglichen Nutzen übersteigen. Zu diesen Methoden gehören unter anderem Demonstrationen, Solidaritätsbekundungen wie Aufkleber oder Fahnen, mit denen die Verteidiger*innen den eigenen Zusammenhalt stärken. Beispiele hierfür sind das Aufhängen weißer Tücher während des Zweiten Golfkrieges oder das Tragen von Buttons und das Schwenken von Fahnen bei Protestmärschen.

Ein anderes Beispiel sind Generalstreiks, die aber oft nur kurzfristig durchzuhalten sind. Langfristig ist es sinnvoll, in den Strukturen zu arbeiten, die verteidigt werden sollen. Theodor Ebert hat dafür den Begriff der „dynamischen Weiterarbeit ohne Kollaboration“ geprägt. Damit ist gemeint, dass Menschen an ihrem Arbeitsplatz bleiben, aber die Anweisungen von Besatzer*innen verweigern. (3)

Weitere mögliche Methoden sind die Sabotage von Industrieanlagen oder Verkehrswegen, sofern keine Menschenleben gefährdet werden, und Menschenblockaden gegen Sicherheitskräfte. Dies sind die risikoreichsten Methoden der Sozialen Verteidigung, weil es keine Garantie gibt, dass die Aktivist*innen unversehrt bleiben. Die Erfahrungen sind sehr unterschiedlich. Während 1989 auf dem Tian'anmen-Platz in Peking Panzer über Studierende rollten, stoppten Protestierende 1987 in Manila Panzer und trugen zur Abdankung des Diktators Marcos bei. (4) Soziale Medien werden heute auch genutzt, um anderen Menschen – auch auf der gegnerischen Seite – die Ereignisse aus der eigenen Perspektive darzustellen und sie zur Solidarisierung mit dem Widerstand zu bewegen. (5)

Im Gegensatz zum militärischen Widerstand kann sich praktisch jede*r am gewaltfreien Widerstand beteiligen, da keine spezielle Ausbildung oder körperliche Fitness

erforderlich ist. Außerdem können Taktiken leichter geändert und angepasst werden.

Es ist auch möglich, den Widerstand vorübergehend einzustellen und zu einem späteren Zeitpunkt wieder aufzunehmen.

Voraussetzungen und Bedingungen für eine erfolgreiche Soziale Verteidigung sind die Einbeziehung möglichst vieler unterschiedlicher Menschen, der konsequente Verzicht auf Gewalt und die Fähigkeit, die Reihen der Gegner*innen zu spalten. (6)

Ein Blick auf die Forschung

Die theoretischen Argumente für gewaltfreien Widerstand werden auch von der Forschung gestützt. Erica Chenoweth und Maria Stephan veröffentlichten im Jahr 2011 das Buch „Warum ziviler Widerstand funktioniert: Die strategische Logik des gewaltlosen Konflikts“. Darin untersuchten sie 323 gewaltsame und gewaltlose Aufstände zwischen 1990 und 2006 – darunter auch solche gegen repressive Regime und militärische Besatzungen. Die Autorinnen räumen mit der weit verbreiteten Überzeugung auf, dass es zum Rückgriff auf Gewalt in bestimmten Situationen kein anderes erfolgversprechendes Mittel gäbe. Das Argument, dass die Anwendung von Gewalt der einzig effektive Weg sei, um Zugeständnisse von einem repressiven Gegner zu erlangen, sei nicht belegbar und gewaltfreier Widerstand strategisch im Vorteil. (7)

Gewaltfreier Widerstand habe eine fast doppelt so hohe Wahrscheinlichkeit, teilweise oder vollständig erfolgreich zu sein, wie gewaltsamer Widerstand. Dies gelte auch dann, wenn sich Menschen gewaltfrei gegen ein repressives Regime zur Wehr setzten. (8)

Im Jahr 2021 führte Erica Chenoweth eine zweite Studie durch, in

der sie die Fallzahl von 323 auf 627 erhöhte und den Zeitraum von 1900 bis 2019 ausweitete. Das Ergebnis: Zwar sank die Erfolgsquote gewaltfreien Widerstands über den gesamten Zeitraum auf 50 Prozent, zwischen 2010 und 2019 waren nur noch 34 Prozent aller gewaltfreien Widerstände erfolgreich. Gleichzeitig vergrößerte sich jedoch der Abstand zu militärischen Mitteln, die in diesem Zeitraum nur zu rund 9 Prozent erfolgreich waren.

Chenoweth kommt zu dem Schluss, dass bewaffnete Auseinandersetzungen immer seltener erfolgreich sind. Ein Abwärtstrend, der seit den 1970er Jahren eingesetzt habe. (9) Auf der Grundlage der Daten kommt sie zum Schluss, dass erfolgreicher gewaltfreier Widerstand um ein Vielfaches wahrscheinlicher zu Demokratie und zivilem Frieden führt, während gewaltsamer Widerstand Demokratie verhindert und gleichzeitig die Wahrscheinlichkeit eines erneuten Bürgerkriegs erhöht. (10)

Erfolgreiche vergangene Beispiele

Die sogenannten „Unterdrückungsjahre“ zwischen 1899 und 1905 lösten in Finnland, das damals eine autonome Region Russlands war, verschiedene Formen des „passiven“ Widerstands aus. Der Widerstand war gewaltfrei und basierte auf den Prinzipien „nicht gehorchen, nicht anerkennen, nicht kooperieren“. Aus Protest gegen die sogenannte Russifizierungspolitik des Zaren Nikolaus II. führten viele Beamt*innen die Befehle des russischen Generalgouverneurs nicht aus. Junge Männer boykottierten die Musterung, russische Post wurde nicht zugestellt und die Polizei duldete Demonstrationen gegen die neuen Gesetze des Zaren. Die Frauen trugen schwarze Kleidung und die Schüler*innen blau-weiße. Der passive Widerstand trug seinen Teil dazu bei, dass in den Jahren 1905 bis 1907 nach einer umfassenden Wahlrechtsreform alle Bürger*innen Finnlands wählen durften und die verhängten

Maßnahmen des Zaren zurückgenommen wurden. (11)

Ein weiteres Beispiel ist der Generalstreik während des Kapp-Putsches in Deutschland 1920, der zum Ziel hatte, den Gründer der Vaterlandspartei, Wolfgang Kapp, an die Macht zu bringen. Auslöser war die Absicht der Regierung, im Zuge des Versailler Vertrags die Wehrmacht drastisch zu verkleinern und die von ehemaligen Soldaten organisierten Freikorps aufzulösen.

Ein wesentlicher Grund für das Scheitern des Putsches war die Lähmung des öffentlichen Lebens durch den Generalstreik, der auch vom Deutschen Beamtenbund unterstützt wurde. (12)

Der Ruhrkampf 1923 war eine vorwiegend mit zivilen Mitteln geführte Protestaktion im Ruhrgebiet, als französische und belgische Truppen 1923 das Gebiet besetzten, um Reparationen in Form von Kohle und Stahl einzutreiben, nachdem Deutschland seinen im Versailler Vertrag eingegangenen Zahlungsverpflichtungen nicht nachgekommen war. Die Reichsregierung rief die Bevölkerung zum passiven Widerstand (Streik) auf. Der Widerstand wurde nach knapp neun Monaten abgebrochen; es folgten Verhandlungen, die zum Rückzug Frankreichs und Belgiens führten. (13)

Zwei weitere bekannte Beispiele sind die Widerstandsbewegungen in Dänemark und Norwegen während des Zweiten Weltkriegs: Bürger*innen in Dänemark verhalfen Jüd*innen, die in Konzentrationslager deportiert werden sollten, zur Flucht nach Schweden und retteten damit einem Großteil der jüdischen Bevölkerung Dänemarks das Leben. (14) In Norwegen weigerten sich die Lehrer*innen, der von der mit den Nazis kollaborierenden Regierung Quisling angeordneten „Nazifizierung“ der Schulen Folge zu leisten. Viele Lehrer*innen wurden vorübergehend verhaftet, aber wieder freigelassen. (15)

Ein vorsichtiger Demokratisierungsversuch im sogenannten „Prager Frühling“ 1968 endete am 21. August 1968 mit dem Einmarsch von Truppen anderer Warschauer-Pakt-Staaten. Die Regierung unter Alexander Dubček verzichtete auf militärischen Widerstand und die Bevölkerung der Tschechoslowakei wehrte sich mit verschiedenen Aktionen des zivilen Widerstandes gegen die Truppen. Obwohl es vereinzelt zu Gewalttaten kam, gelten die rund fünf Tage des Widerstands als Beispiel für spontanen gewaltfreien Widerstand. (16)

In anderen Fällen, in denen autoritäre Regime gewaltfrei gestürzt wurden, kamen unterschiedliche Methoden zum Einsatz, etwa bei der Befreiung Sambias von der britischen Herrschaft 1961 bis 1963, beim Sturz Marcos‘ auf den Philippinen 1986 oder bei den Aufständen in Osteuropa einschließlich der DDR, die das Ende des Warschauer Pakts und der Sowjetunion besiegelten. (17)

Beispiele des zivilen Widerstands in der Ukraine

In der Ukraine gibt es verschiedene Beispiele für gewaltfreien Widerstand. (18) Dazu gehören Protestmärsche und Demonstrationen innerhalb und außerhalb der angegriffenen Städte, Straßenblockaden, um Panzern und anderen Fahrzeugen den Zugang zu Städten und wichtiger Infrastruktur zu verwehren, das Entfernen von Straßenschildern, (19) direkte verbale Konfrontationen mit russischen Soldat*innen (20) und die Beschlagnahmung russischer Militärfahrzeuge. Ein solcher Widerstand kann den Vormarsch der Truppen verzögern und sie desorientieren, logistische Hindernisse schaffen und die Moral schwächen. Die Verzögerung gibt der Zivilbevölkerung Zeit, zu fliehen oder humanitäre Hilfe zu koordinieren. (21)

Eine Besonderheit der Ukraine sind die biografischen und familiären Verbindungen zwischen der Ukraine und Russland. Diese Gemeinsamkeiten haben dazu beigetragen, die Dämonisierung der Ukraine durch die russische Propaganda teilweise zu unterlaufen. Zudem sprechen viele Ukrainer*innen Russisch, weshalb sie die russischen Soldat*innen auch direkt ansprechen konnten. (22)

Ein weiteres Beispiel ist die Wehrdienstverweigerung in Russland. Auch wenn die genaue Zahl der Kriegsdienstverweigerer nicht bekannt ist, stellt der Mangel an Truppen eines der größten Hindernisse für Russland in der Ukraine dar. (23)

Natürlich kann und darf niemand den Menschen in der Ukraine vorschreiben, wie sie sich zu verteidigen haben. Gleichzeitig gibt es aber auch keine Pflicht zur militärischen Unterstützung, zumal es Alternativen zum Griff zur Waffe gibt.

Alle, die sich jetzt für Waffenlieferungen an die Ukraine aussprechen, damit andere den bewaffneten Kampf gegen Russland aufnehmen, sollten die Folgen ihres Handelns bedenken, zumal Krieg in einer solchen Situation nicht das letzte, sondern das schlechteste Mittel der Selbstverteidigung ist.

Als Ausblick lässt sich sagen, dass Soziale Verteidigung, wie andere Formen des gewaltfreien Widerstands auch, immer unter dem Vorbehalt des „Unrealistischen“ steht. Zudem herrscht in weiten Teilen von Politik und Gesellschaft die Überzeugung vor, dass nur Gewalt gegen Gewalt helfe. Deshalb macht es wenig Sinn, Soziale Verteidigung isoliert als Alternative zu propagieren. Stattdessen muss Soziale Verteidigung in ein umfassenderes Werte- und Handlungskonzept eingebettet sein. Nur wenn die Gesellschaft davon überzeugt ist, ihre eigene Lebenswelt ohne Waffen und mit minimaler Zerstörung der Lebensgrundlagen verteidigen zu können, kann Soziale Verteidigung erfolgreich sein. Denn Soziale

Verteidigung kann nicht „verordnet“ werden in dem Sinne, dass die Bevölkerung einfach zivile Widerstandsformen trainiert.

Redaktionelle Anmerkung: Dieser Text erschien zuerst unter dem Titel „Soziale Verteidigung als Alternative zu militärischen

Optionen (<https://gewerkschaftsforum.de/soziale-verteidigung-als-alternative-zu-militaerischen-optionen-4/#more-24543>)“ beim Gewerkschaftsforum.



Das **Gewerkschaftsforum** ist ein Internetjournal, das sich vorrangig mit gewerkschaftlichen Themen, aber auch mit sozial- und wirtschaftspolitischen Fragen kritisch auseinandersetzt. Es wurde Ende 2013 von Gewerkschaftsaktivisten in Dortmund gegründet und möchte auf die Interessen der Mächtigen aufmerksam machen, den gewerkschaftlichen Kampf der Beschäftigten begleiten und den immer leiser gewordenen erwerbslosen und armen Menschen eine Stimme geben. Weitere Informationen unter **gewerkschaftsforum.de** (<https://gewerkschaftsforum.de>).