

Hen — ett nytt ord vid sidan av han och hon

Berättelse

I svenskan finns det tre personliga pronomen i tredje person: “han”, “hon” och “hen”. Med pronomen menar man små ord som ersätter ett namn. “Han” använder man om en man eller pojke, och “hon” om en kvinna eller flicka. Ordet “hen” är annorlunda, för det är könsneutralt. Det betyder att ordet kan användas om vem som helst, oavsett kön.

Institutet för språk och folkminnen (Isof) beskriver att hen används på två huvudsakliga sätt. Det första sättet är när könet är okänt, oviktigt eller inte ska anges. Ett exempel är meningen “Om någon ringer, be hen vänta.” Här vet man inte vem som ringer, så könet spelar ingen roll. Det andra sättet är om en person inte vill kallas “han” eller “hon”. Då kan personen själv använda hen.

En praktisk fördel med ordet är att det kan ersätta längre uttryck. Förr fick man ofta skriva “han eller hon”, “den” eller det formella ordet “vederbörande”. Med hen blir texten kortare och smidigare. Ordet böjs på ett enkelt sätt: subjektsform är hen (“Hen kommer i morgon”), objektsform är också hen (“Jag såg hen”), och possessiv form är hens (“Det är hens ensak”). Det finns även en form som heter “henom”, men enligt Isof är den mycket ovanlig.

Var kommer då ordet ifrån? En vanlig uppgift är att förslaget om ett könsneutralt pronomen “hen” framfördes redan 1966 av Rolf Dunås i tidningen Upsala Nya Tidning. Idén sägs ha kommit från finskan, som har ett könsneutralt ord, “hän”. Man bör dock vara försiktig, för exakt vem som “först” föreslog ordet anges olika i olika källor, och liknande förslag kom även senare. En bredare offentlig debatt om hen blossade upp omkring år 2012, bland annat i samband med barnboken “Kivi och Monsterhund”.

Ordet togs in i Svenska Akademiens ordlista (SAOL) år 2015. Isof och Språkrådet konstaterar att det inte finns några språkliga hinder för att använda hen, även om ordet ibland väcker reaktioner. Hur ofta ordet används och vad olika personer tycker om det förändras dessutom över tid.

Ordlista

ORD	FÖRKLARING
pronomen	ett litet ord som ersätter ett namn, t.ex. han, hon, hen
könsneutral	som passar för alla, oavsett kön
oavsett	det spelar ingen roll vad
ange	tala om eller skriva en uppgift, t.ex. en persons kön
ersätta	byta ut ett ord eller uttryck mot ett annat
formell	korrekt och högtidlig; passar i officiella texter
böja	ändra ett ords form efter hur det används

ORD	FÖRKLARING
possessiv	som visar ägande, t.ex. hens (= som tillhör hen)
ovanlig	som inte händer eller används ofta
väcka reaktioner	få människor att tycka till eller bli berörda

Läsförståelsefrågor

1. Vad menar texten med att “hen” är könsneutralt?
 1. Att ordet bara används om barn.
 2. Att ordet kan användas om vem som helst, oavsett kön.
 3. Att ordet är fel att använda.
2. Vilka två huvudsakliga sätt att använda hen beskriver Isof?
 1. Bara i tidningar och bara i böcker.
 2. När könet är okänt eller oviktigt, och om personer som inte vill kallas han eller hon.
 3. Bara på morgonen och bara på kvällen.
3. Vad är en praktisk fördel med ordet hen enligt texten?
 1. Det kan ersätta längre uttryck som “han eller hon”.
 2. Det gör texten mycket längre.
 3. Det betyder samma sak som “vi”.
4. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. Ordet hen togs in i SAOL år 2015.
 2. Formen “henom” är mycket vanlig enligt Isof.
 3. Isof säger att det inte finns några språkliga hinder för att använda hen.
5. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. Ett förslag om ett könsneutralt pronomen framfördes redan 1966.
 2. Alla i Sverige använder hen lika ofta.
 3. En bredare debatt om hen blossade upp omkring år 2012.
6. Texten säger att idén till hen sägs ha kommit från finskan. Förklara med egna ord vad det betyder.
7. Varför skriver texten “man bör dock vara försiktig” om vem som först föreslog ordet? Vad vill den visa?
8. Varför kan ordet hen vara praktiskt i en text? Svara med stöd i texten.

Facit

1. Att ordet kan användas om vem som helst, oavsett kön.
1. När könet är okänt eller oviktigt, och om personer som inte vill kallas han eller hon.
1. Det kan ersätta längre uttryck som "han eller hon".
1. ja b) nej (texten säger att formen "henom" är mycket ovanlig) c) ja
1. ja b) det står inte i texten (texten säger inget om att alla använder ordet lika ofta) c) ja
- Exempel på svar: Det betyder att man tror att idén kom från finska språket, som har ett könsneutralt ord, "hän". Man tog alltså inspiration från finskan.
- Exempel på svar: Den vill visa att uppgiften inte är helt säker. Olika källor säger olika saker om vem som var först, så texten är försiktig och påstår inte att en sak är säker.
- Exempel på svar: Ordet kan ersätta längre uttryck som "han eller hon" eller "vederbörande". Då blir texten kortare och smidigare.

Bedöm öppna svar efter innehåll, inte efter exakt formulering.

FÖR LÄRAREN

Texten passar för att öva personliga pronomen och böjning (han/hon/hen, hen/hens) samt enkel källkritik kring osäkra årtal. Tema: språk och uttryck. Ämnet kan vara känsligt, så håll diskussionen på fakta-, språk- och lagnivå och undvik värderingar; texten attribuerar konsekvent till Isof. Fråga 7 är en inferensfråga om varför man markerar osäkerhet. Låt gärna eleverna jämföra med pronomen i sina egna språk: finns det ett könsneutralt ord?

Diskussionsfrågor

- Hur fungerar pronomen i ditt språk? Finns det ord som motsvarar han, hon eller hen?
- Texten säger att hen kan göra en text kortare och smidigare. Kan du komma på en mening där ett kort ord är praktiskt i stället för "han eller hon"?
- Nya ord kommer in i språket hela tiden. Känner du till något nytt ord i ditt eget språk, och hur togs det emot?
- **Skriv (4 meningar):** Beskriv hur man säger "han", "hon" eller "han eller hon" i ditt språk. Finns det ett könsneutralt ord, och hur använder man det i så fall?

Källor och faktagranskning

- Institutet för språk och folkminnen (Isof), Frågelådan: Hur används pronomenet hen, och hur böjs det? – <https://frageladan.isof.se/faqs/30738>
- Institutet för språk och folkminnen (Isof), Frågelådan: Hur böjs hen? – <https://frageladan.isof.se/faqs/30741>
- SAOL (Svenska Akademiens ordlista), sökbar på [svenska.se](https://svenska.se/saol/) – <https://svenska.se/saol/>
- Wikipedia: Hen (pronoun) – översikt med spårning till primärkällor – [https://en.wikipedia.org/wiki/Hen_\(pronoun\)](https://en.wikipedia.org/wiki/Hen_(pronoun))

Faktagranskad mot ovanstående källor i juni 2026. Nyckelfakta: "Hen" är ett könsneutralt personligt pronomen i tredje person, vid sidan av "han" och "hon". Enligt Isof används hen på två huvudsakliga sätt: 1) när könet är okänt, oviktigt eller inte ska anges, och 2) om personer som inte vill kallas "han" eller "hon". Hen kan ersätta längre uttryck som "han eller hon",

”den” eller det formella ”vederbörande” (t.ex. ”Om någon ringer, be hen vänta”). Böjning: subjektsform hen, objektsform hen (”Jag såg hen”), possessiv form hens (”Det är hens ensak”); formen ”henom” förekommer men är enligt Isof mycket ovanlig. Ordet togs in i Svenska Akademiens ordlista (SAOL) i 14:e upplagan år 2015. Isof/Språkrådet konstaterar att det inte finns några språkliga hinder för att använda hen. OSÄKERHET/MYTER: Förslaget om ett könsneutralt pronomen framfördes redan 1966 av Rolf Dunås i Upsala Nya Tidning, inspirerat av finskans könsneutrala ”hän”, men exakt vem som ”först” föreslog hen anges olika i olika källor, och liknande förslag återkom senare (t.ex. 1994); 1966 är det mest spridda året. En bredare offentlig debatt blossade upp omkring 2012, bl.a. kring barnboken ”Kivi och Monsterhund” av Jesper Lundqvist. Lekfulla påståenden om mycket gamla rötter (t.ex. runstensfynd) bör behandlas försiktigt och inte presenteras som etablerad fakta. Frekvens och attityder förändras över tid; siffror bör hämtas från aktuella studier och anges med årtal. Texterna håller sig till ”Isof rekommenderar...” och ”det är vanligt att...” och undviker generaliseringar av typen ”svenskar tycker att...”.

Berättelser om svenskar · läromedel för svenska som andraspråk. Skapat inom Läromedelsprojektet. Senast uppdaterad 2026-06-25.