

Lagen ingen har skrivit under — men många känner igen

Berättelse

En lag som inte finns i någon lagbok

I Sverige, Norge och Danmark talar man ibland om jantelagen. Namnet är lite lurigt, för det låter som en av landets riktiga lagar. Men jantelagen står inte i någon lagbok, ingen domstol dömer efter den, och ingen kan straffas för att ha brutit mot den. Ändå är det många i Norden som genast nickar igenkännande när ordet nämns. Jantelagen är nämligen en oskriven social regel — en tyst överenskommelse om hur man förväntas bete sig. Kortfattat handlar den om en enda sak: du ska inte tro att du är något. Du ska inte skryta, inte sticka ut för mycket och inte tro att du är bättre, klokare eller finare än de människor som finns runt omkring dig.

Var ordet kommer ifrån

Uttrycket har ett tydligt ursprung. Den dansk-norske författaren Aksel Sandemose gav 1933 ut romanen “En flykting korsar sitt spår”. I boken skildrar han en liten, påhittad stad som heter Jante, byggd på minnen från den stad i Danmark där han själv växte upp. I Jante gäller tio hårda bud. Det första, och mest kända, lyder: “Du ska inte tro att du är något.” De övriga nio upprepar samma budskap med andra ord — ingen får tro sig vara klokare, viktigare eller mer värd än grannarna. Det är viktigt att förstå att Sandemose inte skrev detta för att hylla reglerna. Tvärtom var de menade som skarp kritik. Han ville visa hur kvävande det kan vara att leva i en miljö där avund och kontroll hindrar människor från att växa.

Från roman till vardagsord

Trots att Jante bara är en plats i en bok lämnade orden boken och blev ett begrepp i vardagsspråket. I dag används jantelagen ofta för att beskriva en attityd. Om någon vinner ett pris, får ett fint jobb eller köper något dyrt, händer det att andra reagerar med tystnad eller avund i stället för med glädje. Då säger man gärna att “jantelagen slår till”. Begreppet känns igen i hela Skandinavien, och liknande tankar finns även i andra kulturer, även om namnet är nordiskt.

Finns jantelagen kvar i dag?

Just nu pågår en livlig diskussion om huruvida jantelagen fortfarande styr nordiskt beteende, eller om den hör till en svunnen tid. Å ena sidan menar vissa att den hämmar människor: den gör att man inte vågar visa sina talanger, starta eget eller berätta att man lyckats, av rädsla för vad andra ska tycka. Å andra sidan ser många något värdefullt i samma hållning. Att vara blygsam, att inte tro sig förmer än sin granne och att behandla alla som jämlikar kan vara en styrka i ett samhälle. Sanningen är förmodligen att båda sidor har rätt på sitt sätt, och att fenomenet ser olika ut för olika människor. Hur man än vänder och vrider på det säger jantelagen något om en spänning som många känner igen: balansen mellan att passa in och att våga vara sig själv.

Ordlista

ORD	FÖRKLARING
lagbok	en bok eller samling med ett lands skrivna lagar
domstol	en plats där man avgör om någon har brutit mot lagen
nicka igenkännande	visa med huvudet att man känner igen något
oskriven	inte nedskriven; finns ändå som en regel man följer
överenskommelse	när människor är överens om något
skildra	beskriva och måla upp i ord
bud	en regel om vad man ska eller inte ska göra
kvävande	så tungt och trångt att man knappt kan andas
avund	en sur känsla över att någon annan har eller klarar något
begrepp	ett ord eller uttryck för en bestämd idé
hämna	bromsa eller stoppa så att något inte kan växa
talang	en särskild förmåga att vara bra på något
jämlike	en person som är lika mycket värd som man själv
spänning	en motsättning eller dragkamp mellan två krafter

Läsförståelsefrågor

1. Vad menar texten när den kallar namnet jantelagen “lurigt”?
 1. Att ordet är svårt att uttala.
 2. Att det ger intryck av att vara en officiell lag, fast det inte är det.
 3. Att bara experter förstår vad det betyder.
2. Vad var Aksel Sandemoses avsikt med staden Jante?
 1. Att hylla en lugn och trygg småstad.
 2. Att visa hur tungt det är att leva där ingen tillåts utvecklas.
 3. Att beskriva en verklig stad där han bodde som vuxen.
3. Hur gick uttrycket från boken till vardagen?
 1. Uttrycket spreds från boken och blev något folk började säga till vardags.
 2. Regeringen bestämde att jantelagen skulle bli en riktig lag.
 3. Sandemose reste runt och lärde ut reglerna.
4. Vad menas i texten med att “jantelagen slår till”?
 1. Att polisen griper någon som skrutit.
 2. Att omgivningen blir tyst eller avundsjuk när någon har framgång, hellre än glad.
 3. Att en ny lag börjar gälla i Norden.
5. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. Jantelagen känns igen i flera nordiska länder.
 2. Sandemose skrev reglerna för att hylla dem.
 3. Sandemose skrev fler romaner än den om Jante.
6. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. Liknande tankar som jantelagen finns även utanför Norden.
 2. Alla forskare är överens om att jantelagen är borta i dag.
 3. Jantes viktigaste regel säger att ingen ska känna sig speciell.
7. Texten säger att vissa ser jantelagen som ett hinder. Förklara vad de menar, med stöd i texten.
8. Andra ser något gott i samma hållning. Vilket värde lyfter texten då fram?
9. Förklara med egna ord vad det betyder att jantelagen är “en oskriven social regel”.
10. Texten avslutar med att jantelagen handlar om “balansen mellan att passa in och att våga vara sig själv”. Vad tror du att det betyder? Ge ett eget exempel.
11. Varför tror du att Sandemoses ord blev ett vanligt begrepp, fast staden Jante bara fanns i en bok? Motivera ditt svar.

12. Texten ger inget enkelt svar på om jantelagen är bra eller dålig. Vad tycker du om det valet? Hade du velat att texten tog tydligare ställning? Varför, varför inte?

Facit

1. Att det ger intryck av att vara en officiell lag, fast det inte är det.
1. Att visa hur tungt det är att leva där ingen tillåts utvecklas.
1. Uttrycket spreds från boken och blev något folk började säga till vardags.
1. Att omgivningen blir tyst eller avundsjuk när någon har framgång, hellre än glad.
1. ja b) nej c) det står inte i texten (texten nämner inte om Sandemose skrev fler romaner)
1. ja b) nej c) ja
- Exempel på svar: De menar att jantelagen hämmar människor, så att de inte vågar visa sina talanger, starta eget eller berätta att de lyckats, av rädsla för vad andra ska tycka.
- Exempel på svar: Texten lyfter fram blygsamhet och att se alla som jämlikar — att inte tro sig vara mer värd än sin granne kan vara en styrka i ett samhälle.
- Exempel på svar: Det betyder att det inte är en lag som någon har skrivit ner, men ändå en regel som många följer för att andra förväntar sig det.
- Exempel på svar: Det betyder att man hela tiden väger mellan att vara som de andra och att våga vara annorlunda. Eget exempel godkänns, t.ex. att våga svara först i klassen fast man är rädd att verka mallig.
- Exempel på svar: För att många kände igen sig i känslan boken beskrev. Ett begrepp sprids lätt när det sätter ord på något folk redan upplever. (Godkänn varje rimligt motiverat svar.)
- Exempel på svar: Fritt, motiverat svar. Eleven kan tycka att det är bra att få tänka själv, eller önska ett tydligare ställningstagande. Det viktiga är motiveringen.

Bedöm öppna svar efter innehåll, inte efter exakt formulering.

FÖR LÄRAREN

Texten passar för arbete med värderingar, sociala koder och källkritik (ett begrepp föds ur en roman). Tema: blygsamhet kontra att sticka ut, och spänningen mellan grupp och individ. Fråga 10, 11 och 12 kräver inferens och egen reflektion. Var noga med den neutrala framingen — lyft hur texten skriver "vissa", "många diskuterar" och "förmodligen", och styr bort från generaliseringar av typen "svenskar är avundsjuka".

Diskussionsfrågor

- Finns det en jantelag i den kultur du växte upp i? Hur visar den sig, och liknar den den nordiska?
- Var går gränsen mellan sund blygsamhet och att hålla tillbaka sig själv för mycket?
- Sandemose menade reglerna som kritik, men i dag används ordet på många sätt. Kan ett ords betydelse förändras över tid? Ge fler exempel.

- Är det lättare eller svårare att sticka ut i en stor stad än i en liten by? Varför?
- **Skriv (6–8 meningar):** Skriv en kort text om hur man ser på framgång och att skryta där du kommer ifrån. Får man berätta när man lyckats, eller bör man vara blygsam? Ta upp både för- och nackdelar med den synen.

Källor och faktagranskning

- Nationalencyklopedin: Jantelagen (uppslagsord) – <https://www.ne.se/uppslagsverk/encyklopedi/lång/jantelagen>
- Svenskt översättarlexikon (Litteraturbanken): Aksel Sandemose – <https://litteraturbanken.se/oversattarlexikon/listor/avupphovsman/?a=Sandemose%2C+Aksel>
- Nordics.info (Aarhus universitet): Jantelov – <https://nordics.info/show/artikel/jantelov>
- Wikipedia: Jantelagen – <https://sv.wikipedia.org/wiki/Jantelagen>

Faktagranskad i juni 2026. Nyckelfakta: Jantelagen är ingen riktig lag, utan tio fiktiva, oskrivna regler som handlar om att man inte ska tro att man är bättre, klokare eller förmer än andra. Reglerna formulerades av den dansk-norske författaren Aksel Sandemose i romanen "En flykting korsar sitt spår" (på norska "En flyktning krysser sitt spor"), utgiven 1933. Den påhittade staden Jante bygger på Sandemoses egen uppväxtstad Nykøbing Mors i Danmark. Regel nummer ett lyder "Du ska inte tro att du är något". Ordet används i dag i hela Skandinavien (Danmark, Norge och Sverige) om en attityd där man ogillar att någon skryter eller sticker ut. Osäkerhet/tolkning: Sandemose skrev reglerna som kritik (satir) mot en kvävande bygd, inte som ett ideal. Huruvida "jantelagen" fortfarande styr nordiskt beteende är omdiskuterat — vissa menar att den hämmar människor, andra ser ett värde i blygsamhet. Den exakta ordalydelsen av de tio reglerna varierar lite mellan översättningar. Texterna framställer fenomenet neutralt ("många känner igen", "vissa tycker") och påstår aldrig att alla svenskar tänker likadant.

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