

Inte för mycket, inte för lite

Berättelse

“Lagom” är ett litet svenskt ord. Det betyder ungefär “precis rätt”. Något är lagom när det inte är för mycket och inte för lite. Det är mitt emellan.

Du kan använda ordet om nästan allt. Kaffet kan vara lagom varmt. Då är det inte för hett och inte för kallt. På tallriken kan du ta lagom mycket mat. Då blir du mätt, men du äter inte för mycket. En semester kan vara lagom lång. Då hinner du vila, men du blir inte uttråkad.

Ordet är praktiskt, eftersom det inte säger exakt hur mycket. Det beror på personen. För en människa är ett glas vatten lagom. För en annan är det för lite. Lagom betyder alltså olika saker för olika människor.

Många svenskar använder ordet varje dag. Någon frågar: “Vill du ha mer mat?” Då kan du svara: “Nej tack, jag har lagom.” Det är ett enkelt och artigt svar.

En del människor tycker att lagom är typiskt svenskt. De menar att många i Sverige gillar att inte ta för mycket och inte sticka ut. Men alla håller inte med. Vissa tycker att det är bra att vara försiktig och nöjd med lagom. Andra tycker att man ibland ska våga mer och inte alltid nöja sig med mitten.

Hur är det för dig? Vill du ha lagom, eller vill du ha mycket?

Ordlista

ORD	FÖRKLARING
lagom	precis rätt, inte för mycket och inte för lite
precis	exakt, helt rätt
mitt emellan	i mitten, mellan två saker
hett	mycket varmt
mätt	när man har ätit nog och inte är hungrig
uttråkad	trött och less för att inget händer
praktiskt	bra och lätt att använda
artigt	vänligt och trevligt mot andra
typiskt	något som är vanligt för en grupp
sticka ut	synas mycket, vara annorlunda än andra
nöjd	glad och inte arg, har det man vill ha

Läsförståelsefrågor

1. Vad betyder ordet “lagom”?
 1. Mycket och stort.
 2. Något mitt emellan — varken för stort eller för smått.
 3. Alltid för lite.
2. Varför säger texten att lagom betyder olika saker för olika människor?
 1. För att ordet är gammalt.
 2. För att alla pratar olika språk.
 3. För att en mängd kan kännas rätt för en person men för liten för en annan.
3. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. Man kan bara använda ordet lagom om mat.
 2. “Jag har lagom” kan vara ett artigt svar när någon bjuder på mer mat.
 3. Ordet lagom är svårt att översätta till engelska.
4. Ge ett eget exempel på något som kan vara lagom. Skriv en mening.
5. Texten säger att alla inte håller med om att lagom är bra. Vad tycker du själv?

Facit

1. 1. Något mitt emellan — varken för stort eller för smått.
2. 1. För att en mängd kan kännas rätt för en person men för liten för en annan.
3. 1. nej b) ja c) det står inte i texten
4. Exempel på svar: Jag tycker att tio minuter är en lagom lång rast.
5. Exempel på svar: Jag tycker att lagom är bra, för då blir man nöjd och slösar inte. (Godkänn alla svar som eleven motiverar.)

Bedöm öppna svar efter innehåll, inte efter exakt formulering.

FÖR LÄRAREN

Texten övar ordet “lagom” och adjektiv för mängd och grad (för mycket, för lite, lagom). Tema: måttfullhet och att ett ord kan betyda olika för olika personer. Fråga 2 är en enkel inferens. Lyft gärna den neutrala framingen: “många tycker”, inte “svenskar är”.

Diskussionsfrågor

- Finns det ett ord som “lagom” på ditt språk? Hur säger man “inte för mycket och inte för lite”?
- När är det bra att ta lagom, och när är det bra att ta mycket?

- Är det lätt eller svårt att veta hur mycket som är lagom? Ge ett exempel.
- **Skriv (4 meningar):** Beskriv en dag som var lagom för dig. Vad gjorde du? Varför var den lagom?

Källor och faktagranskning

- Institutet för språk och folkminnen (Isof), Frågelådan: 'Vad har lagom för ursprung?' — <https://frageladan.isof.se/faqs/21282>
- Svenska Akademiens ordbok (SAOB), uppslagsord 'lagom' — https://www.saob.se/artikel/?unik=L_0001-0124.4qon
- Nationalencyklopedin, uppslagsord 'lagom' — <https://www.ne.se/uppslagsverk/ordbok/svensk/lagom>
- Mikael Parkvall, 'Lagom finns bara i Sverige och andra myter om språk' (Schibsted, 2009)

Faktagranskad mot ovanstående källor i juni 2026. Säkra fakta: 'lagom' betyder ungefär 'precis rätt'/'passande', varken för mycket eller för lite, och kan användas om nästan allt (temperatur, mängd, tid). Ordet är enligt Isof och SAOB en stelnad böjningsform (dativ plural, -om) av det fornsvenska 'laghum', en gammal form av 'lag' med betydelsen 'efter lagens föreskrift'/'rätt ordning'; jämför ord som stundom, sinom, ömsom. OMTVISTAT/MYT: den populära förklaringen att ordet kommer från 'laget om' (att kärlet eller skålen skulle räcka runt hela laget vid en gemensam måltid) är en folketymologi utan vetenskaplig grund. NOTERA: den vanligast belagda formen av denna folketymologi (Isof/NE) handlar om gemensamma måltider/skålar i bondesamhället där kärlet gick 'laget om'; vikingaversionen med dryckeshorn som texterna använder är en populär variant av samma myt, främst spridd i livsstilslitteratur. Båda är myter. MYT: att 'lagom' skulle vara unikt för svenskan; samma ord finns i norskan (bokmål och nynorsk) med samma betydelse, och liknande ord finns i danskan (tilpas) och många andra språk (se Parkvall). Texten framställer 'lagom som ideal' neutralt ('många tycker'), eftersom alla inte är överens om att lagom är något positivt.

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