

Personlig integritet: rätten att sköta sitt eget

Berättelse

En privat sfär runt varje person

I Sverige talar man ofta om “personlig integritet”. Begreppet handlar om rätten till en privat sfär – ett slags eget område runt varje människa som ska få vara i fred. Till den privata sfären hör sådant som tankar, känslor, hälsa, hemmet och information om vem man är. Grundtanken är att en person själv ska få bestämma över sitt privatliv och sina personuppgifter, och att andra inte otillåtet ska lägga sig i eller kartlägga en. För många i Sverige är detta en viktig värdering, även om man inte alltid pratar högt om den.

Att inte “lägga sig i”

I svensk vardag märks den personliga integriteten ofta i hur människor pratar med varandra. Det är vanligt att man inte “lägger sig i” andras privatliv. Att “lägga sig i” betyder att blanda sig i något som egentligen inte hör till en själv. När man nyss har träffat någon undviker många att ställa direkta personliga frågor, till exempel om lön, religion eller problem i familjen. I stället väntar man gärna och låter den andra själv bestämma vad hen vill berätta. Att inte fråga ut främlingar på det sättet ses ofta som artigt.

Men det här är inte en lag. Det är en social vana och norm. Det är därför viktigt att se det som en tendens och inte som en regel. Hur människor gör varierar mycket mellan olika personer, generationer och arbetsplatser, så man bör skriva “det är vanligt att...” i stället för “svenskar är...”. Var till exempel försiktig med att tro att en svensk skulle vara “mer privat” än andra människor – sådana generaliseringar stämmer sällan.

Skyddet i grundlagen

Personlig integritet är inte bara en social vana, utan något som också skyddas i lag. Det viktigaste skyddet finns i en av Sveriges grundlagar, regeringsformen. Där står det, enkelt sagt, att var och en är skyddad mot betydande, alltså stora, intrång i den personliga integriteten från det allmänna – det vill säga från stat och kommun. Det gäller intrång som sker utan samtycke, alltså utan att man har sagt ja, och som innebär att någon övervakar eller kartlägger en persons privata förhållanden. Den exakta texten i grundlagen är ganska svår, men det är själva innebörden som är viktig att förstå.

Skyddet stärktes genom en ändring i regeringsformen som började gälla 2011. Det är ändå viktigt att veta att skyddet inte är absolut. Det kan begränsas genom en annan lag, men en sådan begränsning får inte gå längre än vad som verkligen behövs för sitt syfte. Rätten till respekt för privat- och familjeliv finns dessutom i Europakonventionen (artikel 8), som gäller som svensk lag.

Myndigheten och dina personuppgifter

För att skydda människors uppgifter finns också en särskild myndighet:

Integritetsskyddsmyndigheten, som förkortas IMY. Den har tillsyn över hur personuppgifter och den

personliga integriteten skyddas i Sverige. Tillsyn betyder att myndigheten kontrollerar att reglerna följs. IMY hette tidigare Datainspektionen och bytte namn till Integritetsskyddsmyndigheten den 1 januari 2021.

Sedan maj 2018 gäller också EU:s gemensamma dataskyddsförordning, som brukar kallas GDPR. Den ger var och en rättigheter över sina egna personuppgifter, till exempel rätten att få veta vad ett företag har sparat om en. Om du tycker att ett företag eller en myndighet har behandlat dina uppgifter på fel sätt, kan du lämna ett klagomål till IMY. På så sätt finns det både en grundlag, en europeisk lag och en myndighet som tillsammans ska skydda din privata sfär. Att förstå det kan hjälpa dig att känna dig tryggare med hur det privata och det personliga hanteras i Sverige.

Ordlista

ORD	FÖRKLARING
begrepp	en idé eller ett ord med en bestämd betydelse
privat sfär	det egna området runt en person som hör till en själv
privatliv	det egna livet som hör till en själv
lägga sig i	blanda sig i något som inte hör till en själv
kartlägga	samla in och ställa samman uppgifter om någon
norm	en oskriven regel för hur man brukar göra
tendens	något som ofta händer, men inte alltid eller för alla
grundlag	en av de viktigaste lagarna i ett land
det allmänna	staten, regioner och kommuner tillsammans
samtycke	att man säger ja till något; ett godkännande
övervaka	att noga följa och kontrollera vad någon gör
tillsyn	att en myndighet kontrollerar att reglerna följs
personuppgift	information om en person, t.ex. namn, adress eller hälsa

Läsförståelsefrågor

1. Vad menar texten med en "privat sfär"?
 1. Ett rum som man hyr av kommunen.
 2. Ett slags eget område runt en person som ska få vara i fred.
 3. En grupp vänner man umgås med.
2. Vad är grundtanken med personlig integritet, enligt texten?
 1. Att staten ska veta allt om alla.
 2. Att en person själv får bestämma över sitt privatliv och sina personuppgifter.
 3. Att ingen får ha några hemligheter.
3. Vad betyder det att "lägga sig i" enligt texten?
 1. Att hjälpa någon med ett problem.
 2. Att blanda sig i något som inte hör till en själv.
 3. Att lägga sig och vila en stund.
4. Vad säger texten om skyddet i grundlagen?
 1. Det är absolut och kan aldrig begränsas.
 2. Det skyddar mot stora intrång från det allmänna, men kan begränsas genom lag.
 3. Det gäller bara för företag.
5. Vad är IMY för något?
 1. En lag som förbjuder kaffe på jobbet.
 2. En myndighet som har tillsyn över skyddet av personuppgifter och personlig integritet.
 3. En förening för nya svenskar.
6. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. Skyddet för personlig integritet finns i en av Sveriges grundlagar.
 2. Grundlagsskyddet stärktes genom en ändring som började gälla 2011.
 3. Det är förbjudet i lag att fråga en ny person om lön.
7. Stämmer påståendena med texten? Svara **ja**, **nej** eller **det står inte i texten**.
 1. Myndigheten IMY hette tidigare Datainspektionen.
 2. EU:s dataskyddsförordning GDPR började gälla i maj 2018.
 3. Grundlagsskyddet är absolut och kan aldrig begränsas.
8. Förklara med egna ord vad som menas med att en persons privata sfär ska "få vara i fred".
9. Texten skriver "det är vanligt att..." i stället för "svenskar är...". Vad vill texten visa med det sättet att skriva, och varför är det klokt?

10. Varför kan man säga att personlig integritet i Sverige skyddas på flera sätt? Svara med stöd i texten.
11. Texten säger att det kan ses som artig att inte fråga ut en främling om lön eller familj. Varför tror du att man kan uppleva sådana frågor som privata?
12. Vad är skillnaden mellan en lag (som grundlagen) och en social vana (som att inte "lägga sig i")? Förklara med hjälp av texten.

Facit

1. 1. Ett slags eget område runt en person som ska få vara i fred.
2. 1. Att en person själv får bestämma över sitt privatliv och sina personuppgifter.
3. 1. Att blanda sig i något som inte hör till en själv.
4. 1. Det skyddar mot stora intrång från det allmänna, men kan begränsas genom lag.
5. 1. En myndighet som har tillsyn över skyddet av personuppgifter och personlig integritet.
6. 1. ja b) ja c) nej (texten säger att det är en social vana och norm, inte en lag)
7. 1. ja b) ja c) nej (texten säger att skyddet inte är absolut och kan begränsas genom lag)
8. Exempel på svar: Att en person själv ska få bestämma vem som får komma in i hens privatliv och vem som får veta saker om hen. Andra ska inte tränga sig in, lägga sig i eller kartlägga personen utan att hen vill det.
9. Exempel på svar: Texten vill visa att det är en tendens, inte en regel eller statistik. Olika personer och arbetsplatser gör olika. Det är klokt att skriva så för att inte säga att alla är likadana, alltså för att vara rättvis och korrekt.
10. Exempel på svar: Det finns ett skydd i grundlagen (regeringsformen), ett skydd i Europakonventionen som gäller som svensk lag, regler i GDPR och en myndighet (IMY) som har tillsyn. Tillsammans skyddar de den privata sfären på flera olika sätt.
11. Exempel på svar: Sådana frågor handlar om sådant som hör till ens privatliv, och i många länder talar man inte om till exempel lön eller familjeproblem med någon man nyss träffat. Därför kan frågorna kännas för personliga och privata.
12. Exempel på svar: En lag bestäms av staten och gäller alla; man kan få konsekvenser om man bryter mot den. En social vana är ett mönster som många följer, men den är inte bestämd i lag och kan vara olika för olika personer. Att inte "lägga sig i" är en vana, medan grundlagsskyddet är en lag.

Bedöm öppna svar efter innehåll, inte efter exakt formulering.

FÖR LÄRAREN

Texten lämpar sig för arbete med värderingar, sociala koder och grundläggande samhällskunskap. Tema: den privata sfären samt skillnaden mellan lag och social norm i Sverige. Flera frågor (8, 9, 10, 11, 12) kräver inferens och att eleven väger samman olika delar av texten. Lyft tydligt skillnaden mellan fakta (grundlagsskydd i regeringsformen, Europakonventionen artikel 8, IMY, GDPR från maj 2018, namnbytet 1 januari 2021) och kulturell iakttagelse (att man ofta inte "lägger sig i"), samt hur texten markerar att det senare är en tendens och inte en regel. Bra utgångspunkt för att jämföra med vad som räknas som privat i elevernas egna länder.

Diskussionsfrågor

- Vilka frågor ser du som privata, och vilka är helt okej att ställa till en person man nyss träffat? Skiljer det sig mellan Sverige och ditt eget land?
- Texten beskriver att man i Sverige ofta undviker att "lägga sig i". Tycker du att det är artigt eller lite kallt? Varför?
- Personlig integritet skyddas av flera lagar, men skyddet är ändå inte absolut och kan begränsas. Hur tänker du kring den balansen mellan att skydda det privata och att samhället ibland behöver veta saker?
- Det finns en myndighet (IMY) dit man kan klaga om ens personuppgifter behandlas fel. Varför är det bra att en sådan myndighet finns, tror du?
- **Skriv (6–8 meningar):** Skriv en kort text om vad personlig integritet betyder för dig. Vilka saker vill du ha för dig själv, och hur tycker du att andra ska visa respekt för din privata sfär? Jämför gärna med hur man tänker kring privatliv där du kommer ifrån.

Källor och faktagranskning

- Regeringen.se – Grundlagar och integritet: <https://www.regeringen.se/regeringens-politik/grundlagar-och-integritet/>
- Integritetsskyddsmyndigheten (IMY) – startsida och om myndigheten: <https://www.imy.se/>
- Sveriges riksdag – SOU 2008:3 Skyddet för den personliga integriteten (Bedömningar och förslag): https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/statens-offentliga-utredningar/skyddet-for-den-personliga-integriteten_gwb33/html/
- IMY – Datainspektionen blir Integritetsskyddsmyndigheten (IMY): <https://www.imy.se/nyheter/datainspektionen-blir-integritetsskyddsmyndigheten-imy/>

Faktagranskad mot ovanstående källor i juni 2026. Nyckelfakta: Personlig integritet handlar om rätten till en privat sfär – att själv få bestämma över sitt privatliv och sina personuppgifter, utan att andra otillåtet lägger sig i eller kartlägger en. Skyddet finns i grundlagen, regeringsformen (2 kap. 6 §), som ger var och en skydd mot betydande intrång i den personliga integriteten från det allmänna som sker utan samtycke och innebär övervakning eller kartläggning av den enskildes personliga förhållanden; detta grundlagsskydd stärktes genom en ändring i regeringsformen som trädde i kraft 2011. Skyddet är inte absolut – det kan begränsas genom lag, men begränsningen får inte gå längre än vad som är nödvändigt för ändamålet. Rätten till respekt för privat- och familjeliv finns även i Europakonventionen (artikel 8), som gäller som svensk lag. Integritetsskyddsmyndigheten (IMY) har tillsyn över skyddet av personuppgifter och den personliga integriteten; IMY hette tidigare Datainspektionen och bytte namn till Integritetsskyddsmyndigheten den 1 januari 2021. EU:s dataskyddsförordning GDPR, som ger var och en rättigheter över sina egna personuppgifter, började gälla i maj 2018, och en privatperson som anser sig felbehandlad kan lämna klagomål till IMY. OSÄKERHETER OCH MYTER: Att "många i Sverige inte vill lägga sig i andras privatliv" och att man ofta inte frågar främlingar om lön, religion eller familjeproblem är en social vana och norm, inte en lagregel eller verifierad statistik – texterna skriver "många" / "det är vanligt att" och aldrig "svenskar är". Påståenden om att svenskar skulle vara "mer privata" än andra folk är en generalisering som undviks. Den exakta paragrafhänvisningen återges förenklat och innebörden förklaras utan övertolkning. Gränsen för vad som räknas som

”privat” (t.ex. att tala om lön) varierar mellan personer, generationer och arbetsplatser och presenteras som tendens, inte regel.

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