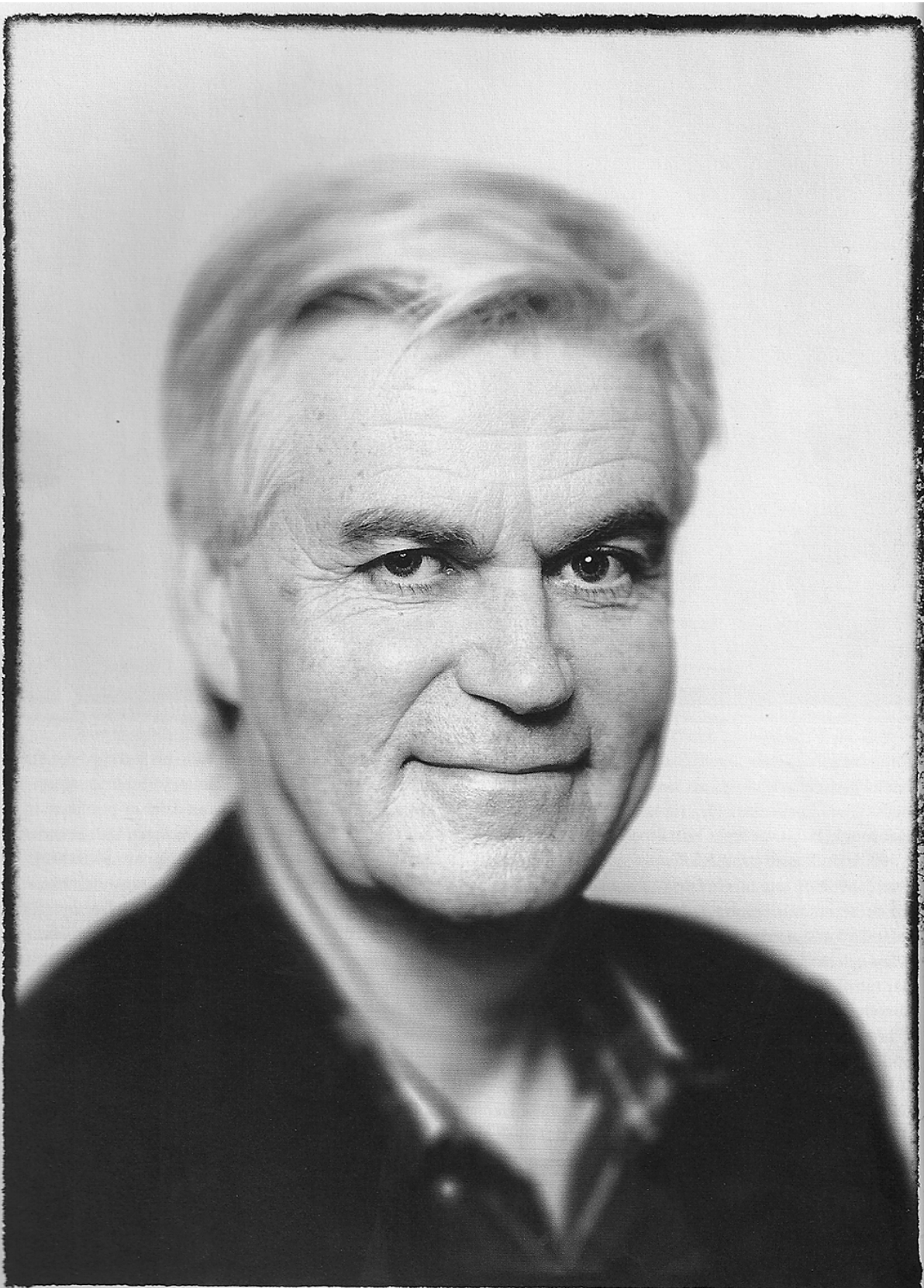




© Foto: Hasse Fridén.

Visionären som tänker nytt

”Jag är en katalysator”

TEXT PER CORNELL

En gång under säsongen höjde han rösten i omklädningsrummet. Nanne Bergstrand har gjort upp med många av fotbollens konservativa sidor och utvecklat ett mjukare ledarskap.

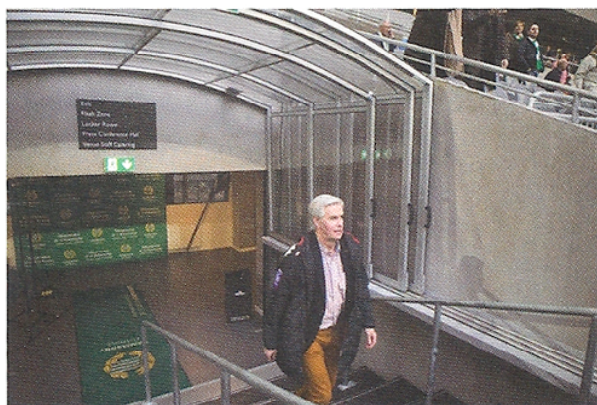
– Först blir spelarna förvirrade. Sen växer de.

★ **Stefan Batan uttrycker det bra** i dokumentärserien Bara Bajare som visades under hösten. Man kommer nära Nanne, men inte för nära, säger han. Man kan säkert skämta med Nanne till en viss grad, men spelarna vet ganska väl var gränsen går.

Därför infinner sig en viss osäkerhet kring om det är en god idé att bjuda honom på kanelbulle under intervjun för att skapa god stämning. Eller om det skulle kunna innebära motsatsen med tanke på alla de kanelbulleskämt som florerade på Twitter hos ”facedown-generationen” under hösten. För övrigt ytterligare en mina man inte vill kliva på. Nanne är visserligen på strålände humör, men bullarna får ligga kvar i väskan ett tag.

Den som känner Nanne bäst av spelarna är Erik Israelsson som haft honom som tränare i nio säsonger. Han pekar på några saker han tycker utmärker Nannes ledarskap och arbete med Hammarby säsongen 2014: Redan från första dan fick han hela gruppen intresserad av sitt ”tänkande” ledarskap som alltså i viss mån står i motsats till ett ledarskap där allt fokus ligger på fotboll och fysisk träning.

– Han är så otroligt intresserad av människan och hur vi tänker. För mig har det blivit naturligt, men jag förstår att det är lite ovanligt. En sån som Kennedy



Det är söndagen den 2 november och årets sista och avgörande match väntar för Nanne Bergstrand och Hammarby. © Foto: Peter Jonsson

som upplevt så många duktiga tränare verkar aldrig ha varit med om något liknande. Trots det är han den av spelarna som har gått i bräsch för det här och tycker det är riktigt spännande.

Nanne själv beskriver fotbollen som en väldigt konservativ värld, fylld av myter och där all förändring går långsamt. När han själv började som tränare trodde han att jobbet handlade mest om att skapa ett bra spelsystem och att träna tufft. Efter några år insåg han att det är människor han jobbar med. Både för sin egen skull och för att bli en bättre ledare utbildade han sig därför inom ledarskap och psykologi.

– Fotboll är en machoidrott och många spelare är rädda att visa svaghet. Allt det där vill vi förändra. Det är bland annat därför vi arbetar med en mental coach. Att bara träna kroppen och strunta i det som styr hela apparaten verkar inte logiskt tycker jag. Nanne ser ingen poäng med att spelarna ska vara

rädda för honom och fryser lite åt det där med att skälla ut spelarna när det går dåligt på plan.

– I omklädningsrummet har jag chansen att nå fram till spelarna om jag gör på rätt sätt. Jag lyfter aldrig fram mer än tre saker de ska göra, mer information når inte fram. Och jag aktar mig för att fokusera på det de inte ska göra, för pratar man om det börjar de tänka på det.

Så du höjer inte rösten i omklädningsrummet?

– Det finns så många myter inom fotbollen. Som att man måste skälla ut spelarna för att få till en förändring. Jag har höjt rösten i paus en gång i år, det var när vi låg under mot Sundsvall med 0-2 hemma. Spelarna var övertända, jag var tvungen att bryta deras tillstånd. Ett sätt är då att höja rösten, men alltid i kombination med ett innehåll.

Som det är för tränare under vintermånaderna råder det en viss osäkerhet kring hur kommande säsongstrupp ska formuleras. Vad Nanne däremot är säker på är att han vill gå tillbaka till en trupp som består av 19 utespelare, inte av 21 som säsongen avslutades med.

– Det är en viktig pusselbit för att skapa en bra laganda. Ju större trupp desto fler hamnar utanför. Fotbollen har ett inbyggt problem i att man alltid har dubbelt så många spelare som det finns plats för på planen.

Hur arbetar ni med dem som står utanför truppen?

– Vi måste hjälpa dem att strukturera sina tankar och att ställa rätt frågor till sig själva. Det här har blivit allt viktigare på senare år eftersom narcissismen i samhället bara växer. Unga i dag klarar motgångar sämre som jag upplever det.

Vilka förändringar vill du göra av upplägget inför nästa säsong?

– Vi har lagt in åtta veckor fysträning som startade sju dagar efter den sista matchen – fyra tillsammans

med Claes Hellgren och fyra enligt ett eget program över ledigheten.

Går det att öka tempot ni hade på slutet ytterligare alltså?

– Vi utvecklades mycket under säsongen. Det är bara att sätta på en match från våren bredvid en från hösten så ser man det. Men det finns definitivt mer att ta av.

Det talades mycket om er styrka, blir det självuppfyllande?

– Som med allt annat, det finns en placeboeffekt på cirka 30 procent. Tror vi att vi är vältränade blir vi mer vältränade. Och för varje gång motståndaren läser att vi är vältränade blir det till en sanning för dem.

Varför lägger ni så stor vikt vid fysträningen?

– Det är kopplat till min vision om att skapa en modernare fotboll även i Sverige. Ett högre tempo är receptet – det går för långsamt i dag. Vi kan inte fortsätta så här. Jag ser tyskarna som de stora föregångarna just nu och för oss borde det inte vara omöjligt att närma oss deras tempo. Jag tror det skulle vara svårare för oss att försöka oss på den spanska tiki-taka-fotbollen som kräver enormt mycket inlörd teknik.

Vi stannar upp lite vid det där med Nannes vision.

En vanlig fotbollstränare kanske skulle sätta upp ett sportsligt mål i början av säsongen. Det skulle kunna vara att han vill komma topp tre i serien. Nannes vision ligger på en annan nivå, den är grandios. Den handlar inte ens om det fotbollslag han leder. Han har alltså ambitionen att hjälpa svensk fotboll.

– Om man ska trivas i nuet måste man göra upp med framtiden för det är den som ger energi. Framtidstro är en av de starkaste drivkrafterna vi har. För en ledare är den viktigaste faktorn att skapa framtidsstro och få andra att tro på sig själva. Det gäller i alla organisationer och har inget specifikt med fotboll att göra.

Det diskuterades en hel del direkt efter avance-mangnet varför Nanne inte verkade lika lycklig som de andra. Han började prata om dåliga träningsförutsättningar och felaktig bengalbränning redan i den första segerintervjun och något vilt firande på Kvarnens bardisk var inte aktuellt. Sett till hans vision och hans noggranna läggning var ändå beteendet logiskt. Han har aldrig sagt att det är ett mål att gå upp. Och att bygga ett spel som är hållbart för Allsvenskan är ju bara ett delmål för att närma sig visionen att hjälpa svensk fotboll. Att då ställa sig och fira med fansen

Om man ska trivas i nuet måste man göra upp med framtiden



Det är den 2:a februari. Träningsmatch mot Gefle IF på Stadshagen och Nannes andra match med sitt nya lag. Det blev seger med 1-0 efter mål på straff av Kennedy. © Foto: Hasse Fridén.

skulle ju nästan bevisa att pratet om visionen bara var en bluff. Det skulle undergräva trovärdigheten i det mantra han har haft hela säsongen.

Men någon glädje måste väl ändå även denna behärskade herre från Markaryd känna efter serieseger? – Det är viktigt att fira, men det är inte alltid det måste synas utåt. Om du aldrig kan känna glädje bränner du snart ut dig. Och jag har njutit av det.

Vi går tillbaka till det där med utveckling, vad förutom fysträningen vill du förändra kommande säsong?

– Träningslägret kommer att innehålla tydligare matcher. Vi ska ha bättre motstånd, med två nordiska lag och ett icke-nordiskt. Nivån måste höjas från förra året.

Något i träningsupplägget som du vill justera?

– Förra året la vi störst fokus på anfallsspelet vilket nog är en av anledningarna till att vi fördubblade målskoriden. Jag tror att vi kommer att lägga ner mer jobb på samarbetet när motståndaren har bollen. Det kan till exempel handla om ett bättre presspel.

Du har själv lyft fram träningsmöjligheterna som en viktig faktor, blir det värme på träningsplanen i vinter?

– Jag tror det när jag ser det, men de håller på med arbetet just nu. Kan vi träna här hela vintern innebär det att vi kan ha större kvalitet i allt vi gör, att vi inte förlorar tid på resor och att spelarna kan stanna kvar efter träningarna och nöta på olika saker.

Så planvärme på Årsta IP, efter det är du nöjd?

– Det optimala hade varit en bra gräsplan intill. Men det är bara att glömma. I brist på bra gräsplaner har vi valt att träna på konstgräs även inför gräsmatcher. Vi märkte att vi blev sämre av att träna på gräs. Passningstempot gick ner. Kommande säsong ser vi ut att bara få åtta matcher på gräs.

Hur ser du på gräs kontra konstgräs?

– De flesta känner ett visst motstånd mot förändring och jag har inte gillat konstgräs av två skäl: djupledspassningarna rinner lätt ut över kortlinjen och kampmomentet försvinner lite. Men som vi spelar nu är konstgräs nästan en fördel, det gynnar kombinationsspel och offensiv fotboll.

Ser du fler faktorer du tror får stor betydelse för nästa säsong?

– Lagandan i truppen. Vi behöver, liksom i år,



24 augusti. Viktig toppmatch mot Ljungskile. Efter massiv Bajenpress (18 avslut mot mål i andra halvlek) slutar dock matchen 0-0. Det mest glädjande var nog att det slogs nytt publikrekord på Nya Söderstadion: 31 074 åskådare. © Foto: Hasse Fridén.

många lagkaptener. Spelprogrammet kommer att vara märkligt på grund av U21-EM i juni och vår arena är inte tillgänglig i juli på grund av EM i amerikansk fotboll. Det gäller att vi ser till att få ett så bra spelschema som möjligt utifrån förutsättningarna.

Om vi tittar tillbaka på säsongen som gått, vad gjorde ni rätt i förberedelserna?

– Att vi jobbade så ingående med manualen både praktiskt och teoretiskt. Vi hittade en trygghet i vårt spelsystem som vi kunde återvända till även när det inte riktigt klaffade.

Har din roll varit avgörande för resultatet?

– Jag ser mig själv lite som en katalysator i Hammarby. Jag har påskyndat en reaktion och tillsammans med Mats påverkat hur den här gruppen skulle byggas. Det är ingen enmansshow. Jag är glad att jag

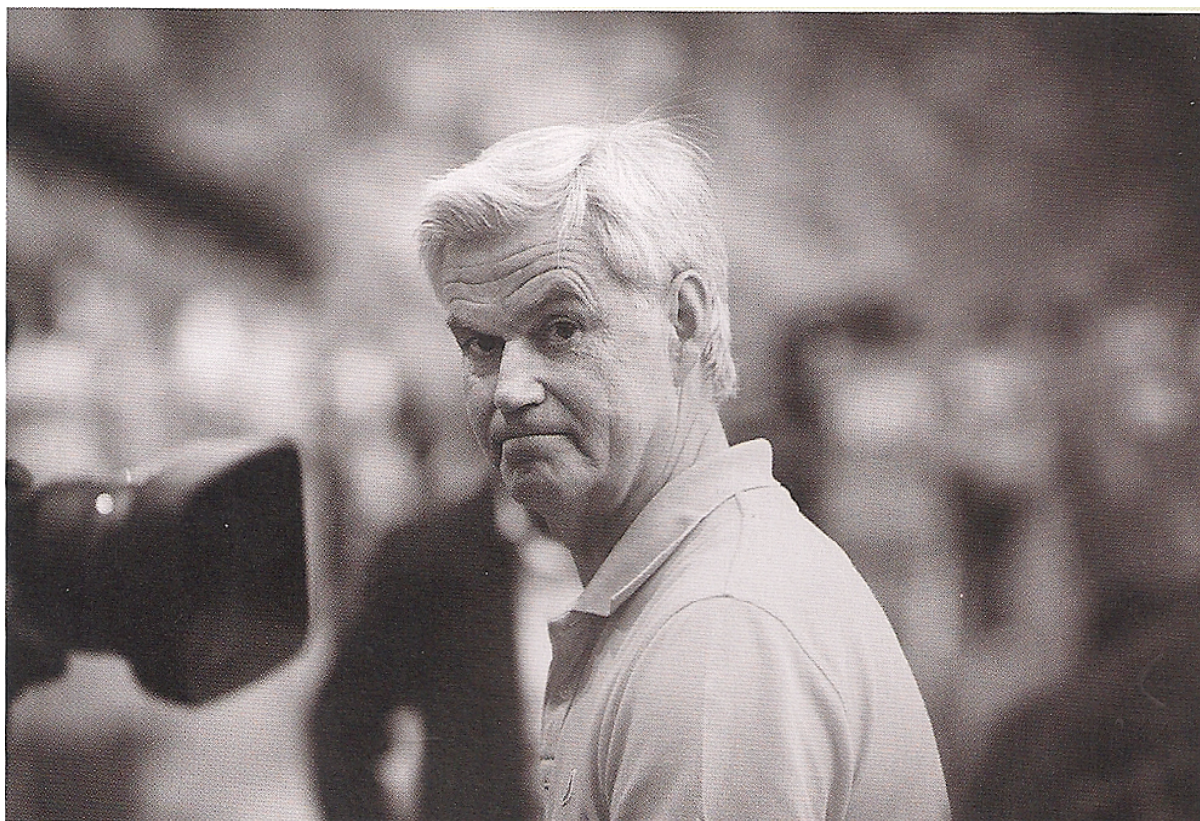
inte hade det här uppdraget när jag var yngre, då hade jag inte kunnat vara så här prestigelös. Jag har inget att bevisa längre efter att ha tagit Helsingborg till Champions League och Kalmar till SM-guld, det tror jag är en fördel när man tränar Hammarby.

Nanne lutar sig tillbaka. Skämtar lite med redan legendariske materialförvaltaren "Biten" som har kommit in i matsalen på Årsta tillsammans med sin företrädare Börje. En kanna kaffe kommer fram. Dags att repa lite mod gällande bakverket:

– Jo förresten, jag tog med några bullar till kaffet, är det någon som gillar kanelbullar?

Nanne spanner ögonen i mig. Det går någon sekund för mycket. Sen ett diskret leende:

– Det där hade du en baktanke med, säger han och hugger in. ■



© Foto: Hasse Fridén.

Nanne om ...

... mantrat för 2015:

- Har inte funderat på det än. Det gamla håller väl ett år till?

... att leda Sveriges populäraste lag:

- Himmel och helvete. När jag går runt på Söder är det inte så stor skillnad mot Kalmar. På matcherna är det stor skillnad. Det stödet går inte att sätta ord på. Samtidigt kan det vara frustrerande när de tänder bengaler efter att vi har vattnat planen för att kunna genomföra vårt snabba spel och det blir en kvarts fördröjning så gräset torkar, att de inte ser konsekvenserna av det.

... att ge kritik i medgång:

- Jag letar alltid efter saker som kan bli bättre. Men jag brukar börja med beröm efter vinst. Vi människor är som svagast när det går bra, därför vill jag ta ner dem på jorden. Det går tillbaka till kaizen-begreppet som utvecklades inom den japanska bilindustrin – ständig förbättring.

... när du själv njuter under match:

- När ett kombinationsspel fungerar eller när jag ser en offensiv löpning som öppnar upp för andra. Kan också vara en fast situation vi har tränat in.

... hur du gör själv för att prestera under press:

- Lyssnar inåt och följer magkänslan. Jag diskuterar också mycket med Anders Friberg, mental coach, och med min fru.

... ett bra boktips:

- ”You are the placebo” av Joe Dispenza. Vi har läst den i ledarstaben. Den handlar om hur en stark övertygelse kan förändra hjärnan. Men den jag gillar bäst är som jag har sagt tidigare ”Munken som sålde sin Ferrari” av Robin Sharma.

