



BJØRN PAULSEN

»Allt handlar om tajming«

TEXT MARTIN RIDDERSTOLPE • FOTO HASSE FRIDÉN

Första året på svensk mark har stärkt Bjørn Paulsen. Med 29 allsvenska starter, åtta mål och en mäktig statistik i huvudspelet var Bjørn en av Hammarbys viktigaste spelare förra säsongen och även årets säsong har börjat strålande med två gedigna försvarsinsatser och nickmål borta mot IFK Göteborg.

– Jag har återfunnit glädjen till fotbollen här.

★ Det är allsvensk försäsong och Svenska cupens andra omgång mot Gais. Motståndarna från Göteborg har efter ett 0–1-underläge gått ifrån till 3–1 bara för att få se ett vilt kämpande Hammarby återigen gå upp till likaläge. Klockan har tickat upp mot 96 minuter. Spelkvalitén och intensiteten är inte längre vad den borde vara. De nödvändiga bytena är gjorda och många spelare grinar illa. Hammarbys David Fällman har tvingats utgå med vad som ser ut att vara kramp i båda benen och minst en handfull spelare till har visat upp liknande tendenser.

Med bara sekunder kvar av matchen dyker så den stora chansen att få med sig alla tre poäng upp. En Gaisspelare slår en frispark mot Hammarbys straffområde men bollen rensas undan av Bjørn Paulsen och hamnar hos Jiloan Hamad som driver upp på mittplan. Vad som ser ut att bli ett två-mot-två-läge blir nånting annat. Längs högerkanten störtar Bjørn Paulsen fram som skjutten ur en kanon och skapar ett överläge. Likt en frustande urkraft bara försar han fram. Hade

man täckt över matchuret hade det lika väl kunnat vara matchminut 17 att döma av löpningen.

– Jag rensade bollen och såg sen att det fanns mycket yta att springa på. Ingen följde efter mig så jag bara sprang. Det var mest på ren vilja, jag hann inte tänka efter. Jag ville göra mål, det är därför jag följer med upp, berättar Bjørn.

Hamad tar sig fram till straffområdesgränsen, stannar upp och hittar ut till Paulsen. Dansken lägger bollen till rätta och får iväg en låg boll med innersidan av foten. Bollen rullar mot målvaktens bortre hörn – och träffar stolpen. Bollen studsar ut i målområdet, hittar till slut en Gaisspelares fot och rensas bort. Då ljuder pipan. Matchen är slut. Kvar ligger en utpumpad Bjørn Paulsen och flämtar med händerna över huvudet.

– Det var inte långt från tårar, jag var så besviken eftersom jag visste att det bara var sekunder kvar. Ett mål hade varit perfekt för oss.

Avslutningssekvensen mot Gais är bara ett av många exempel på hur vi har vant oss att se Bjørn Paulsen. Liksom ett outtröttligt yrväder som far omkring på planen har han en tå eller en panna med i det mesta som händer. Sällan utbytt i förtid och alltid målfarlig in till sista visslingen. Ena sekunden handlar det om att täcka ytor kring eget straffområde. I nästa om att hitta målchanser framåt.

Hur gör du för att orka springa som du gör matcherna igenom?

»Jag har provat på alla positioner utom målvakt i min seniorkarriär«

– Det är viktigt att äta, sova och träna mycket hela tiden, det är grunden. Om du hoppar över något eller slarvar så tror jag att det slår tillbaka under matcher. Jag tränar på hårt och kör lite extra om kroppen känns bra. Det är ett ganska enkelt recept.

Inga hemligheter?

– Nej, ingen doping om det är det du menar haha.

Man undrar; har du nånsin ens haft kramp?

– Det är klart att jag har känt av det i tuffa matcher. Men aldrig så pass att jag inte kunnat röra mig. Just nu känner jag mig i riktigt bra form, så jag tror inte det blir några problem den här säsongen heller.

INSPEL FRÅN LÄKTAREN

Stefan: Vad sägs om att lira forward i första halvlekarna och hänga några påsar, för att sedan gå ner på backen och spika igen i andra?

– Om vi vinner tack vare mina mål och stänger till bakåt på slutet så vore det en perfekt match. Kanske ta ett gult kort också haha.

Roy: Största skillnaden mellan Allsvenskan och danska ligan?

– Den taktiska organisationen är större i Danmark. I Sverige är det mer att lagen bara kör. Delvis beror det på att gräsmattorna här ger ett snabbare spel. Nivån är ungefär samma trots olikheterna.

Jimmi: Vad är bäst? Smørrebrød eller svenska köttbullar?

– Jag är uppväxt på smørrebrød så just nu föredrar jag köttbullar eftersom det är nyare för mig.

Peter: Vilken position ser du som din bästa?

– Jättesvårt, det beror lite på vad det är för typ av match. Om jag måste välja säger jag mittfält. Där får jag använda all min energi.

Åsa: Tycker din fru att det är bra att Jeppe hittat en "pige" så han inte behöver hänga med er familj hela tiden?

– Nu kan vi gå på dubbel dejt så vi tycker båda om det. Det är en jättebra tjej och bra för Jeppe också.

Vad hämtar du din kraft ifrån?

– Jag upptäckte tidigt att jag är en spelare som måste ge allt för att vara bra på planen. Är jag inte koncentrerad så är jag kass. Jag har inte den bästa tekniken, så jag springer mycket och fajtas för laget. Jag hämtar också mycket energi från min familj. Min mamma har varit väldigt sjuk de senaste åren och hon kämpar mot det. Det ger mig kraft då jag vet att hon är stark. Min pappa är också en stark person så jag tror att det går i familjen.

Har du några knep för att ladda inför en match?

– Jag är faktiskt väldigt avslappnad, det är först när jag kommer ut på plan som jag går in i hundra procent fokus. Om man laddar upp för tidigt så tappar man det i slutet av matchen. Speciellt om jag spelar mittback är det viktigt för mig att vara fullt fokuserad hela matchen ut. Jag känner mig aldrig överladdad och gör inga dumma tacklingar. Vid sidan av planen är jag en lugn kille.

När vi är inne på dina styrkor måste vi prata om huvudspelet. Vad är hemligheten bakom det?

– Allt handlar om tajmingen, inte att hoppa högst. Sen har jag ofta varit den längsta spelaren i laget och den som alla skickar bollar mot. Det gör att jag fått jobba mycket med den biten. När jag möter nya motståndare tar det alltid tre–fyra dueller, sen lär jag mig hur de agerar och kan vinna bollarna.

Vi backar tiden igen. Den här gången till början av januari då nyheten om att Jakob Michelsen fått sparken slår ner som en bomb. Spelarna befinner sig på semester och Bjørn Paulsen är hemma i Danmark hos sina föräldrar då nyheten bekräftas för honom i media.

– Jag blev lite förvånad men jag visste att något var på gång. Jakob tog mig till Hammarby och till en början blev jag orolig över att klubben inte heller skulle vilja ha mig kvar. Men jag pratade med Pablo och Billborn som direkt berättade för mig att de ville ha mig kvar här. Det är aldrig en bra tid att sparka en tränare,



Bjørn Paulsen i premiären mot IK Sirius. Foto: Hasse Fridén.

men eftersom de väl bestämt sig var det ändå positivt att det gjordes så tidigt som möjligt. Jag pratade med Jakob precis efteråt och han önskade oss alla lycka till. Han hittar ett nytt jobb snart, han är en bra tränare.

Vad har bytet till Stefan Billborn inneburit för laget?

– Om man kan vara nörd inom fotbollen så är han verkligen det. Han är smart och börjar allt mer växa in i rollen som huvudtränare. Med Stefan försöker vi också vara ett mer spelande lag, han är en duktig taktiker och en bra lärare. Jag tror vi blir svåra att slå i år. Under försäsongen gjorde vi mycket mål, nu måste vi bara bli bättre på att försvara också. För mig personligen tror jag inte det betyder någon förändring från förra året. Stefan och Pablo vet vad jag kan och de kommer nog använda mig på samma sätt.

Vad tror du att ni har för chanser i årets allsvenska?

– Jag har hört att en del pratar om att vi siktar på en viss placering eller till och med SM-guld. Själv vill jag inte peka på någon speciell position. Men om vi tar en match i taget så tror jag

att vi kommer få en bättre placering än förra året.

Spelstilen är det som får Bjørn att sticka ut. Att vara klassad som försvarare, men samtidigt sno en startplats på mittfältet och sen stänka in åtta mål under sin första säsong i Allsvenskan hör inte till vanligheterna.

– Jag har provat på alla positioner utom målvakt genom min seniorkarriär. Eftersom jag gjort det så vet jag vad som krävs i varje lagdel. Fotboll handlar till stor del om att ha huvudet med sig, jag försöker lära mig fort när jag testat nya positioner. Ni kommer aldrig se mig vara bäst på en viss position, men jag är skaplig på alla.

Med sin ovissa position på planen så är Bjørns personliga målsättning för året uppdelad utifrån två tänkbara scenarier.

– Spelar jag försvarare siktar jag på fyra mål. Men blir jag uppflyttad i banan så siktar jag mot tio. ■

Bjørn Paulsen

Född: 2 juli 1991. **Bor:** Älvsjö. **Familj:** Fru och en son.

Längd: 190 cm. **Vikt:** 83 kg. **Moderklubb:** Midtals IF. **Kontraktslängd:** 2019.

Spelarkarriär: 2009–2015 Sønderjyske, 2015–2017 Esbjerg fB, 2017– Hammarby IF