



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

ON M'APPELLE LA TORNADE

Parcours de vie d'un créatif encombrant

ADRIEN DEVYVER

PRÉSENTATION



Dans mon cerveau, tout va trop vite, tout le temps. Une vitesse incontrôlable qui provoque des courts-circuits permanents, des situations embarrassantes et, parfois, des idées intéressantes. C'est une évidence : quelque chose ne tourne pas rond chez moi.

À la maison, on me surnomme « la tornade ». Partout où je passe, je me sens obligé de laisser une trace : un trousseau de clés oublié dans un frigo, une salle de réunion épuisée par mon débit de parole, des réflexions inutiles qui provoquent des blessures profondes, un match de tennis perdu dans une dramaturgie digne des plus grands romans épiques. Cela dit, j'ai au moins cette chance : je ne m'ennuie jamais !

Avant qu'on ne me diagnostique un trouble de l'attention, autrement appelé « TDA/H », j'ai dû apprendre à maîtriser l'ouragan qui se déchaîne fréquemment dans ma tête, à trouver les bonnes méthodes pour évacuer les surplus d'énergie, à établir une relation à l'autre dans l'écoute et le respect. Pour cela, j'ai pu compter sur un de mes atouts : la créativité.

Avec cet ouvrage, je veux prouver qu'il est possible de vivre avec un TDA/H et qu'il existe une multitude de mécanismes qui peuvent vous aider à apprivoiser ce trouble ou à accompagner les personnes qui en souffrent.

Si j'y arrive, aucune raison que ce ne soit pas le cas pour d'autres TDA/H.

À PARAÎTRE LE 28 OCTOBRE 2020

Auteur : Adrien Devyver

Format : 140x215mm

Pages : 192

ISBN : 9782380751918

NUART : 8244824

Prix : 19,90€

« Cela dit, pour moi qui suis toujours un peu à côté de la plaque, il y avait quand même un truc qui me plaisait dans ce challenge : on me procurait ma came favorite. L'adrénaline. »

À PROPOS DE L'AUTEUR



Dès son arrivée au monde, Adrien Devyver est sans limite. Peu, voire pas de filtres ! 503 mots à la minute. Un type qui répond « oui » dans 99 pourcents des cas. Les plus grands fournisseurs d'énergie ont déjà pensé à lui pour prendre le relais en cas de panne de production. Et surtout, il a un avis sur la moindre des choses qui l'entoure.

Des caractéristiques qui l'ont souvent poussé à penser qu'il était en dehors des clous, en marge de la vraie vie. Petit à petit, au lieu de se résigner, il a décidé de faire de tous ces excès une marque de fabrique. Celle qui est calquée sur la spontanéité et l'authenticité. Que ce soit sur son vélo ou avec une raquette à la main, Adrien doit tout faire à fond.

Une devise qu'il applique aussi dans sa vie professionnelle. Journaliste formé à l'UCLouvain, il a très vite basculé vers un côté nettement plus en phase avec sa philosophie de vie : l'animation TV et Radio. En bagarre permanente avec son attention et sa concentration qui n'hésitent jamais à le trahir aux moments les plus importants, il tente de ne jamais arriver au Knock Out.

Jeune papa passionné par la santé, l'anatomie du corps humain et les rapports sociaux, Adrien a (enfin) été diagnostiqué TDA/H (Trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité) il y a quelques années. Un trouble qui est devenu son meilleur ennemi. Aujourd'hui, ils vivent ensemble une relation d'amour-haine qui procure des sensations quasi permanentes. Une union pour la vie racontée dans le premier ouvrage du journaliste.

Un livre dans lequel il raconte des instants de vie. Ses rafales de sentiments, ses tempêtes d'angoisse et ses constantes incertitudes. Eternel optimiste, il a surtout décidé de transmettre toutes ses petites combines à tous ceux qui ont la chance de cultiver cette différence.

« J'ai cramé un nombre incalculable d'excuses pour tenter de sortir du ravin quand je m'y étais bien planté. Et puis je me suis rendu compte que ça ne servait à rien. Alors j'ai commencé à utiliser la technique de l'autodérision. Elle s'avère nettement plus efficace. »

MOT DE L'ÉDITEUR

Un livre qui parle avant tout de la différence et de la façon de la gérer au quotidien. Ce livre s'adresse à tous ceux qui souffrent de TDA/H ou qui connaissent dans leur entourage une personne qui souffre de ce trouble, et leur donne des trucs et astuces pour vivre avec.

Ce livre pourrait aussi intéresser ceux qui sont étiquetés HP, hyperkinétique, dyslexiques, tous ces enfants que l'on considère comme différents et qui pourtant ont énormément de choses à nous apprendre.

Éditeur de coups de coeur, Kennes ne dispose pas d'une ligne éditoriale stricte. Aux règles, nous privilégions une histoire, un personnage, une thématique, un vécu, un auteur qui nous parle, qui nous touche. À cet égard, *On m'appelle la tornade* ne pouvait que nous parler et la personnalité d'Adrien Devyver nous toucher.



« Je me souviens d'avoir été un enfant angoissé. Trop vite inquiet pour des trucs de « grands ». Tout petit, je m'intéressais déjà beaucoup à l'actualité. J'écoutais la radio pendant de longues heures. Je lisais les journaux avec mon Papy. »

CONTACT MÉDIA

Ben Choquet - Directeur commercial et communication // benchoquet@kenneseditions.com

Téléphone : +32(0)494517467

Kennes Éditions - Rue de la blanche borne 15, 6280 Loverval (BE)

Adrien Devyver

On m'appelle la Tornade

PARCOURS DE VIE D'UN CRÉATIF
ENCOMBRANT

Kennes

Il fallait oser

Il fallait quand même oser ! Me demander ça ! À moi, le type le moins organisé du monde ! Le gars qui a du mal à écouter les gens parler. Le mec qui passe sa vie à changer de sujet toutes les quatre secondes. Celui qui ne fait que reporter les choses indéfiniment. Le genre de personnage qui parvient à raconter en une heure et demie une histoire qui a duré sept minutes dans la vraie vie. Celui qui secoue ses jambes en dessous d'un bureau à peine vingt-sept secondes après s'y être installé.

Franchement, quelle audace redoutable ! Demander à une personne atteinte du trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité d'écrire... un livre sur ce trouble ! À l'instant où j'ai lu les trois premières lignes de cet e-mail : panique générale ! J'imaginai déjà la scène dans ma tête : passer des heures à me concentrer. Écrire. Me relire. Structurer mes idées. Respecter les délais. Une mise en abyme quasi parfaite. Décrire mes angoisses d'écrire.

Cela dit, pour moi qui suis toujours un peu à côté de la plaque, il y avait quand même un truc qui me plaisait dans ce projet : on me procurait ma came favorite. Celle qui me fait planer. Celle qui me donne des sensations. Celle qui me permet de me focaliser sur un truc pour atteindre un objectif. J'ai nommé : l'adrénaline. Alors ce challenge, je l'ai accepté pour... la toute première fois (ça tombe bien, ça a toujours été ma chanson préférée de Jeanne Mas).

Au-delà du défi personnel, je percevais dans cette entreprise l'occasion rêvée de partager mes expériences avec tous ces enfants, ces parents, ces éducateurs, ces enseignants et ces familles qui m'envoient des SOS depuis des années. « Que peut-on faire pour gérer le TDA/H de notre enfant ? » « Vers qui peut-on se tourner ? » « Comment rassurer et apaiser notre enfant ? »

On ne va pas se le cacher : il y a eu de longs moments de sueurs froides. Des nuits sans sommeil. Tout au long des quatre mois d'écriture de ce futur prix Goncourt, de nombreux démons issus du monde du TDA/H ont fait des apparitions furtives dans les méandres de mon cerveau. « Tu n'y arriveras jamais ! » « Le délai est trop court, appelle ton éditeur et dis-lui que tu abandonnes ! » « Ce que tu es actuellement en train d'écrire ne va intéresser personne, sauf toi (et encore...) ! Va plutôt faire un peu de jokari. »

Ces quatre mois ont été constitués de faits divers plus ou moins routiniers : une pandémie mondiale, des points de suture après une chute lamentable en plein footing, 4 752 e-mails qui se sont accumulés dans l'onglet « brouillons » de mon Outlook, un crapuleux virus qui m'a fait découvrir une notion que je ne connaissais pas très bien : la fatigue, cinq demandes de renouvellement de cartes de banque perdues ou avalées dans un distributeur de billets... En réalité, moi, ça me va ! Il faut toujours qu'il se passe des choses. Sinon je m'ennuie.

Entrons dans le vif du sujet, c'est bien pour ça qu'on est là, non ? Pour rédiger ce livre, j'ai eu envie de partir d'un concept que je maîtrise plutôt bien : raconter des histoires avec un million de détails. Un peu comme à la boucherie : « Il y en a un peu plus, je vous le mets ? » C'est ça, ma petite spécialité : quand j'explique, je suis sur scène, je joue.

Si vous pensez vous plonger dans un récit qui va rapidement à l'essentiel, évitons de repartir fâchés. Fermez ce livre et restons-en là ! En revanche, si vous aimez découvrir les récits de vie d'un petit bonhomme un peu différent, les fracas de l'adolescence et les déboires de l'immaturation, on va peut-être pouvoir s'entendre.

Au fil des pages, je vais tenter de peindre des tableaux à l'aide de mes deux seules mains sur un clavier, avec pour source principale ma mémoire. Et comme elle a parfois tendance à s'offrir quelques petites infidélités, je me suis dit que ce n'était pas plus mal de faire intervenir celles et ceux qui m'ont indiqué le chemin (sinueux, sinon ce serait trop facile) depuis quarante ans. Chaque début de chapitre commencera par un arrêt sur image. Un instant de vie qui servira de porte d'entrée au labyrinthe qu'est le TDA/H.

J'ai aussi envie de vous démontrer à quel point ce qui me pourrait constamment la vie peut aussi devenir une force. L'envie de prouver que ce qui est considéré comme une faiblesse dans l'élitisme ambiant aujourd'hui n'est en fait qu'une source intarissable de bonheurs intenses. Mon trouble m'accompagne vingt-quatre heures sur vingt-quatre. Il m'a fermé pas mal de portes. Mais il en a défoncé tellement plus ! Il suffit parfois de presque rien. Mais il faut les bons réflexes, les bonnes vibes, savoir attraper la vague au moment propice. Je vais essayer de vous indiquer où vous pourrez la trouver.

Mais avant toute chose, il me semble utile d'ouvrir une parenthèse. On pense souvent que, chez les personnes souffrant de TDA/H, les connexions se font trop rapidement dans certaines zones du cerveau. Ce qui crée parfois des amalgames fort malheureux. « Ahhhh ces TDA/H qui se prennent pour des gens très intelligents ! » « Ah oui, les HP, là... » Fausse route, évidemment. Rapide ne veut pas dire

efficace ! Autre précision importante : le trouble déficitaire de l'attention peut aussi se manifester sans hyperactivité. Je ne l'aborderai que très sommairement au fil des pages. Et puis il y a aussi un phénomène universel qui a quelque peu brouillé les pistes ces dernières années : chacun se sent un peu l'âme d'un médecin et tire souvent des conclusions hâtives. « Il ne fait que gigoter, il est certainement hyperactif ! » En fait non, c'est juste un petit garçon de trois ans, il a besoin de courir, jouer, frapper dans une balle. Ce que j'essaie de mettre en lumière par cet exemple, c'est le danger de l'autodiagnostic ou de celui du voisin de palier. Il rend le combat de la reconnaissance de ce trouble encore plus complexe. Parenthèse refermée.

On dit souvent qu'il faut choisir ses combats. C'est ce que j'ai fait. Capitaliser sur mon hypersensibilité au lieu de renoncer. Assumer ma distraction au lieu de tout faire pour l'effacer. Préférer la vraie vie à celle qu'on invente. Reporter à demain ce qui n'est pas urgent. Parler fort. Parler vite. Courir au lieu de m'arrêter. Prendre le chemin le plus long plutôt que d'arriver à temps. Perdre mon portefeuille plutôt que de le ranger. En rire plutôt que d'en pleurer. Et c'est là qu'intervient la fameuse formule qui fait mouche : « Mais il ne faut pas croire que c'est facile tous les jours ! »

L'objectif de ce livre est donc de vous donner des pistes pour gérer ce trouble, qu'il soit le « vôtre », celui de votre enfant, de votre conjoint ou de votre meilleur ami, mais aussi d'aider l'entourage à l'accepter, voire même à l'apprivoiser. Aucune leçon de morale. Pas de résultats d'expériences scientifiques ou de débats sur l'efficacité (ou non) d'un traitement médicamenteux. Juste l'envie de partager un vécu et d'offrir des pistes de solution.

Dernière petite chose : à la maison, on m'appelle la « Tornade »... Alors, accrochez-vous !