

Publication d'étude

Et si voyager seule favorisait l'empowerment ?

#Femmes #Experts #EMNormandie #Recherche #Tourisme

Une étude innovante réalisée par Magali Trelohan, professeure associée en marketing à l'EM Normandie, Joëlle Lagier et Nathalie Montargot, enseignantes-chercheuses, explore l'impact du backpacking en solo sur l'empowerment identitaire des femmes. Seule ou entre copines, voyager en étant une femme est une tendance qui s'amplifie. D'après les chiffres de l'Organisation mondiale du tourisme, le nombre de femmes qui osent prendre la route est passé de 54 millions en 2014 à 138 millions en 2017. Cette recherche met en lumière les mécanismes par lesquels les voyages en solitaire permettent aux femmes de se découvrir et de renforcer leur confiance en elles. Si partir seule en voyage rendait beaucoup plus forte ?

Une étude pour comprendre l'engouement et l'impact de ce mode de voyage sur les femmes

Au cours des deux dernières décennies, le tourisme indépendant, caractérisé par une quête d'authenticité et d'expériences personnelles enrichissantes, a connu une croissance significative. D'après les chiffres de l'Organisation mondiale du tourisme, le nombre de femmes qui osent prendre la route est passé de 54 millions en 2014 à 138 millions en 2017, et 37% des voyageurs font le choix de partir seuls. **Parmi eux, les femmes sont de plus en plus nombreuses. Ce phénomène est particulièrement notable parmi les femmes qui choisissent de voyager seules, adoptant le backpacking en solo comme moyen d'exploration personnelle.** Cette étude montre comment **ces expériences de voyage favorisent et développent l'empowerment identitaire des femmes**, c'est-à-dire un gain de pouvoir dans sa vie de tous les jours et des changements identitaires.

Des effets sur les femmes dépassant les objectifs du voyage

Les résultats de l'étude révèlent l'existence de trois axes principaux de construction identitaire : la découverte de soi, le partage et l'affrontement des risques et peurs, grâce à la découverte du monde et d'autres cultures.

À cela s'ajoute trois formes d'empowerment lors des voyages en solo :

1. **Grandir** : elles cherchent à vivre spontanément leur voyage, ce qui développe leur confiance en soi, leur autonomie, et leur capacité à s'adapter, favorisant ainsi leur croissance personnelle et leur maturité.
2. **Se reconstruire** : voyager seule aide les backpackeuses à surmonter des périodes difficiles de leur vie, comme une rupture amoureuse, en offrant une forme de thérapie, une nouvelle dynamique personnelle, et des transformations psychologiques importantes, les aidant à devenir plus autonomes et à se défaire de la rigidité et des normes sociales.
3. **Voir le monde différemment** : les voyages permettent aux backpackeuses de prendre du recul sur leur propre vie, de réaliser le confort dont elles bénéficient par rapport à d'autres, et de vivre une transformation personnelle profonde, en développant une perspective mondiale et une remise en question perpétuelle.

Les backpackers sont des voyageurs qui préfèrent un hébergement bon marché, cherchent à rencontrer d'autres personnes, voyageant de façon flexible pour des périodes plus longues que les temporalités allouées classiquement aux vacances collectives et apprécient les activités de loisirs informelles et participatives.

Les motivations des femmes pour voyager seules sont souvent liées à une rupture de vie, comme la fin des études, la perte d'un emploi, une séparation amoureuse ou un deuil. Pour celles qui choisissent de repartir, l'attrait du voyage, le sentiment de liberté et l'envie d'explorer de nouveaux horizons les poussent à recommencer.

Voyager seule apporte beaucoup aux femmes en termes d'empowerment. Cela se traduit par une autonomie accrue, un sentiment de liberté, l'acquisition de nouvelles compétences et connaissances. Elles gagnent en confiance en elles-mêmes et en leur capacité à gérer diverses situations indépendamment.

*« Les femmes reviennent souvent différentes après avoir voyagé seules. Notre étude sur l'empowerment identitaire met en lumière comment ces expériences modifient et enrichissent leur perception de soi et leur identité. **Les femmes ont effectivement des peurs spécifiques en voyageant seules, liées à leur genre. Cependant, celles qui ont voyagé soulignent que leurs peurs initiales sont souvent plus grandes que les risques réels.** Elles constatent que les risques d'agression ne sont pas nécessairement plus élevés à l'étranger qu'en France. Elles développent des stratégies pour éviter les risques et restent vigilantes, toujours conscientes de la nécessité de "faire attention" »,* précise Magali Trelohan.

Implications pour le secteur du tourisme

Cette étude permet de fournir des indications concrètes pour les professionnels du tourisme et les gestionnaires de destinations, en mettant en avant l'importance de comprendre les besoins spécifiques des femmes voyageant seules. Elle suggère également des recommandations pour améliorer les services et les supports offerts à cette catégorie de voyageuses, afin de faciliter leur parcours et de maximiser l'impact positif de leurs expériences de voyage.

Méthodologie

L'étude repose sur une série d'entretiens longs menés auprès de 18 femmes, recrutées via des communautés en ligne dédiées aux voyageuses en sac à dos. Les participantes, de divers horizons professionnels et tranches d'âge, ont partagé leurs expériences de backpacking, permettant aux chercheuses d'identifier les axes majeurs de construction de l'empowerment identitaire.

Si vous souhaitez un éclairage complémentaire de Magali Trelohan, n'hésitez pas à contacter :

Contacts presse

Lionel Guérin, Attaché de presse indépendant

Tél. : 07 51 59 86 32

E-mail : lionelguerinpress@gmail.com

Solenn Morgon, Responsable des relations médias de l'EM Normandie

Tél. : 07 64 80 12 22

E-mail : smorgon@em-normandie.fr

À propos de l'EM Normandie / Métis Lab

Fondée en 1871 parmi les premières grandes écoles de commerce françaises, l'EM Normandie s'est imposée comme une institution de référence dans le monde des Business Schools. Elle détient les accréditations internationales EQUIS, AACSB et AMBA. Avec 6 500 étudiants et professionnels dans ses programmes de formations initiales et continues diplômantes et 26 000 membres de l'association Alumni EM Normandie à travers le monde, l'école est implantée sur sept campus, à Caen, Le Havre, Paris, Dubaï, Dublin, Oxford et prochainement Boston. L'EM Normandie forme les managers de demain, futurs gouvernants responsables préparés à la conduite du changement dans un environnement multiculturel, et elle accompagne les salariés et dirigeants d'entreprises tout au long de leur carrière.

Les activités de recherche académique et appliquée de l'EM Normandie sont regroupées au sein du Laboratoire Métis.

www.em-normandie.com | X : @EMNormandie