2024 - 2026

MASTER PROJET ET DÉVELOPPEMENT TOURISTIQUE DES DESTINATIONS

Contraintes normatives, cadres réglementaires et accès aux territoires : l'étude des pratiques touristiques des voyageuses françaises majeures en solitaire

Flora LECOUTEY
Flavie TARTIVEL

Sous la direction d'Ekaterina ANDREEVA-JOURDRAIN

Université d'Angers, ESTHUA, Institut National de Tourisme-INNTO

ENGAGEMENTS DE NON-PLAGIAT

Je soussignée Flora LECOUTEY, déclare être pleinement consciente que le plagiat de documents ou d'une partie d'un document publiés sur toutes formes de support, y compris l'Internet, constitue une violation des droits d'auteur ainsi qu'une fraude caractérisée. En conséquence, j'ai veillé à citer toutes les sources que j'ai utilisées pour écrire ce mémoire.

Signature : 

Je soussignée Flavie TARTIVEL, déclare être pleinement consciente que le plagiat de documents ou d'une partie d'un document publiés sur toutes formes de support, y compris l'Internet, constitue une violation des droits d'auteur ainsi qu'une fraude caractérisée. En conséquence, j'ai veillé à citer toutes les sources que j'ai utilisées pour écrire ce mémoire.

Signature : 

REMERCIEMENTS

Nous tenons à exprimer notre reconnaissance à ESTHUA, Institut national de tourisme – INNTO France, pour nous avoir offert l'opportunité d'intégrer le Master Projet et Développement Touristique des Destinations, et d'avoir bénéficié d'un programme riche et d'enseignements en adéquation avec les enjeux actuels du secteur touristique.

Nous adressons nos remerciements à Mme Laurence MOISY, responsable du master, pour son engagement dans la formation des étudiants.

Nous souhaitons remercier tout particulièrement Mme Ekaterina JOURDAIN-ENDREEVA pour son encadrement attentif et rigoureux tout au long de cette étude. Sa disponibilité, ses propositions et conseils ont été essentiels à l'aboutissement de ce travail de recherche. Elle a su nous guider afin de développer un esprit critique essentiel.

Nous remercions également l'ensemble des professeurs et intervenants de l'ESTHUA pour la qualité des enseignements dispensés durant ces deux années. La diversité des approches, la richesse des échanges et le partage d'expériences professionnelles ont largement contribué à nourrir notre réflexion et à structurer notre parcours académique.

Nous adressons naturellement nos remerciements aux professionnels et aux interlocuteurs ayant accepté de participer à notre étude, en nous accordant de leur temps et en partageant leurs connaissances et leurs expériences, contribuant précieusement à la réalisation de ce mémoire.

Enfin, nous souhaitons nous remercier mutuellement pour notre engagement, notre rigueur et notre persévérance tout au long de ce travail. La réalisation de ce mémoire de recherche a nécessité une collaboration étroite, fondée sur la confiance, la complémentarité et un investissement constant, qui ont constitué des éléments déterminants dans la réussite de ce projet.

ENGAGEMENTS DE NON-PLAGIAT....2
REMERCIEMENTS....3
INTRODUCTION....4
PARTIE 1 - Cadre conceptuel : les notions clées de l'étude....8
PARTIE 2 - État de l'art - L'avènement du voyage en solitaire : l'émancipation par l'autonomie féminine....12
2.1 - Contexte socio-historique : l'essor et les enjeux du voyage en solitaire....12
2.1.1 - Le tourisme comme voyage de loisir....12
2.1.2 - La démocratisation du voyage en solitaire....13
2.2 - Le cas du voyage des femmes en solitaire à l'ère contemporaine....17
2.2.1 - Les motivations et typologies des voyageuses en solitaire....22
2.2.2 - La gestion du risque et les stratégies d'adaptation....24
2.2.3 - Normes sociales, réglementations territoriales : l'influence sur les pratiques touristiques féminines....28
2.3 - Bilan de l'état de l'art et positionnement de la recherche....29
PARTIE 3 - Construction de l'objet de recherche et démarche méthodologique....31
3.1 - Problématique et hypothèses de recherche....31
3.2 - Outils de recherche : les méthodes quantitative et qualitative....33
3.3 - Traitements et analyses des données collectées....36
3.3.1 - Analyse des données quantitatives....36
3.3.2 - Analyse des données qualitatives....38
PARTIE 4 - Résultats des outils méthodologiques de recherche : analyse des pratiques des voyageuses françaises en solitaire....39
4.1 - Caractéristiques socio-démographiques : le profil des répondantes....39
4.1.1 - L'âge des répondantes : l'enquête quantitative....39
4.1.2 - Profil académique et professionnel des répondantes : l'enquête quantitative....41
4.1.3 - Synthèse du profil des interrogées : les entretiens semi-directifs....42
4.2 - Les expériences du voyage en solitaire des répondantes....43
4.2.1 - Les facteurs liés au choix des destinations....48
4.2.2 - Les adaptations des pratiques touristiques....59
4.2.3 - Les inégalités des expériences selon les zones géographiques....65
4.3 - Les sentiments d'inconfort et de danger : contraintes et difficultés de voyage....66
4.3.1 - La vigilance : le facteur d'inconfort....66
4.3.2 - La nature des situations d'insécurité....69
4.3.3 - L'inconfort selon les zones géographiques....71
4.4 - Les déterminants du non-voyage en solitaire....72
4.5 - L'impact des outils institutionnels : l'influence de l'accès aux territoires....74
4.5.1 - Normes, réglementations, accès : la perception des voyageuses en solitaire....74
4.5.2 - Le rôle du Ministère des Affaires Étrangères et Fil d'Ariane....76
PARTIE 5 - Discussions des résultats....79
5.1 - La vérification des hypothèses....79
5.2 - Les apports scientifiques du mémoire....83
5.3 - Les limites de la recherche....84
CONCLUSION....87
BIBLIOGRAPHIE....90
TABLE DES ILLUSTRATIONS....94
TABLE DES ANNEXES....95

INTRODUCTION

"*In recent years, there has been a particular change in the field of tourism ; increase in the number of women traveling alone.*" (Manpreet, 2023)

« Partir seule » : pour beaucoup de femmes, ces deux mots renvoient à la fois à une envie profonde de liberté et à certaines contraintes. Voyager seule peut être une manière de gagner en autonomie, de mieux se connaître et surtout de construire son itinéraire selon ses propres envies. Le voyage en solitaire requiert une vigilance constante, une préparation rigoureuse, une gestion des risques qui s'impose dès la phase de planification et ne quitte jamais vraiment le voyage. Cette tension entre désir de liberté et contraintes constitue le point de départ de ce mémoire de recherche.

Le voyage féminin en solitaire est aujourd'hui un phénomène en plein essor. Il s'inscrit dans l'évolution des pratiques touristiques contemporaines et dans les changements économiques et culturels qui ont progressivement transformé la manière dont les femmes envisagent le fait de voyager seules. Ce qui aurait longtemps été considéré comme un franchissement des normes est devenu, pour la génération actuelle de voyageuses, une pratique revendiquée, vécue comme un moyen de s'émanciper et une construction de soi.
Ce basculement démocratisé doit être pris en compte par les recherches en tourisme.

Pourtant, cette liberté de voyager seule ne s'exerce pas dans un espace neutre. Elle se déploie dans des territoires qui ont leurs propres conditions d'accès, leurs normes et leurs réglementations, formelles ou informelles, associées à leur politique territoriale. Les régimes de VISA, les cadres juridiques, les codes culturels, les représentations locales du genre féminin et les conseils institutionnels aux voyageurs forment un ensemble de variables qui peuvent plus ou moins influencer les choix relatifs aux destinations faits par les voyageuses en solitaire, et leur sentiment de sécurité. Cette dimension territoriale et normative du voyage féminin en solitaire reste insuffisamment étudiée dans la littérature scientifique existante.

Ce sont ces manquements que nous cherchons à combler avec la réalisation de ce mémoire. La grande majorité des travaux et d'études disponibles sur le tourisme

féminin en solitaire s'appuie sur des échantillons anglophones (américains, australiens, britanniques) et aborde principalement le phénomène autour des perceptions générales du voyage en solitaire que les femmes effectuent. L'influence spécifique des normes, des réglementations territoriales et des conditions d'accès sur les pratiques concrètes des voyageuses françaises majeures voyageant seules à travers le monde n'a, à ce jour, pas fait l'objet d'une étude dédiée. Ce sont les notions que nous chercherons à explorer dans cette recherche. Nous ferons des parallèles avec les sujets principaux abordés par les femmes qui voyagent en solitaire : facteurs de motivations, gestion des risques, pratiques touristiques en fonction des zones géographiques du monde appréhendées dans les réponses à l'enquête quantitative et aux entretiens semi-directifs.
Cette recherche poursuit ainsi des objectifs principaux : identifier et comprendre la démocratisation et l'essor du voyage en solitaire pour les femmes françaises majeures, comprendre l'influence de facteurs sur les pratiques touristiques, les motivations de départs et les stratégies de gestion des risques en fonction des zones géographiques concernées. Enfin, mesurer l'influence des normes, réglementations et conditions d'accès territoriales sur le sentiment de sécurité et les choix de destination.

Afin d'atteindre ces objectifs, nous chercherons à répondre à la problématique suivante : « **Comment les normes, les réglementations et les conditions d'accès aux territoires influencent-elles les pratiques des voyageuses françaises majeures en solitaire à travers le monde ? »**. Pour y répondre, nous avons construit une double démarche méthodologique, une enquête quantitative menée auprès de 154 répondantes et 5 entretiens semi-directifs approfondis réalisés avec des voyageuses françaises expérimentées. Ce croisement entre données statistiques et témoignages individuels permet d'accéder à la fois à des tendances générales et à l'individualité des expériences vécues.

Ce mémoire de recherche s'organise en 5 parties.
La première pose le cadre conceptuel de l'étude en définissant les notions centrales mobilisées tout au long du travail : voyage en solitaire, pratiques touristiques, normes, accès et réglementation.

La deuxième propose un état de l’art, en d’autres termes une revue de littérature, sur le voyage en solitaire, le cas plus précis du voyage en solitaire féminin et les contraintes territoriales qui lui sont associées, permettant de situer cette recherche dans le champ scientifique existant et d'identifier précisément ce qu'elle apporte de nouveau.

La troisième présente la construction de l'objet de recherche et la démarche méthodologique adoptée, en explicitant les choix d'outils, les conditions de collecte des données et les hypothèses formulées.

La quatrième est consacrée à l'analyse des résultats obtenus, confrontant les données recueillies par comparaison.

Enfin, la dernière partie est centrée sur la discussion des résultats, la validation ou l’infirmation des hypothèses émises, le lien avec les apports scientifiques et les limites de la recherche.

PARTIE 1 - Cadre conceptuel : les notions clées de l'étude

Avant d'aborder les différents aspects de notre réflexion, il nous paraît nécessaire de définir précisément les principaux concepts mobilisés tout au long de ce mémoire. En effet, ces notions constituent la base théorique de notre réflexion et permettent de garantir une compréhension commune des termes employés. Certains d'entre eux, largement utilisés dans la littérature scientifique, comme dans le langage courant, recouvrent des réalités multiples dont le sens peut varier selon les contextes d'utilisation.

Cette première partie vise à clarifier les concepts centraux de notre étude en s'appuyant sur des définitions issues de la littérature scientifique, d'écrits de référence ainsi que de sources institutionnelles. Les notions de voyage solitaire, de pratique touristique, de voyage et de voyageur(euse), de normes, d'accès, ainsi que de règlement et de réglementation seront ainsi présentées et définies. Ce cadre conceptuel permettra de poser un cadre d'analyse et d'expliciter le sens retenu pour chacun de ces termes dans le cadre de cette recherche.

« Le voyage en solitaire est perçu comme une expression de la quête personnelle de liberté (Heimtun et Abelsen, 2013, cités dans Zhang Z., Zhang Y., Li Y., Shen Z., 2024) et représente la tendance des « séjours en solo » dans le secteur du tourisme. » (Kasriel-Alexander, 2016, cité dans Zhang, Zhang, Li, Shen, 2024).
La perception du voyage solitaire comme une quête de liberté individuelle s'explique par plusieurs dynamiques. Il s'agirait d'une démarche volontaire où ce choix reflète un besoin d'autonomie et une volonté de se retrouver, se concentrer sur soi-même, se redécouvrir, sans avoir à justifier ses préférences ou ses envies.
Cette tendance révèle aussi une transformation des attentes touristiques : les voyageurs ne cherchent plus seulement à visiter des lieux, mais à vivre des expériences uniques, où la solitude devient une ressource pour l'être humain.

« Le concept de pratiques touristiques, défini par l'Équipe MIT, désigne au sens premier « ce que fait un touriste pendant son déplacement ». Cette pratique est la combinaison « de la mise en acte de ses intentions et des réponses qu'il apporte aux suggestions du lieu » (Knafou et al., 2002). La notion prend donc en compte les

intentionnalités des différents acteurs mais aussi leurs compétences et leurs stratégies. » (Géoconfluences, 2022)

[...] « Il est convenu d'appeler « touristes » ces personnes, « pratique touristique » l'activité à laquelle ces personnes s'adonnent, et « tourisme » l'ensemble de l'assemblage qui organise les différents acteurs, lieux et pratiques, marchés et institutions sociales, normes morales, esthétiques et juridiques, corporéités et performances, subjectivités et spatialités. Du point de vue du géographe, l'ensemble de ces éléments est traversé de dimensions spatiales qui sont plus ou moins un enjeu pour les acteurs réunis. » (Stock, 2015)

La pratique touristique ne se limite pas à des actions isolées mais désigne l'ensemble des comportements, des choix et des interactions que le touriste déploie pendant son expérience. Ces pratiques sont influencées par de multiples facteurs tels que ses propres intentions, mais aussi les contraintes ou opportunités offertes par la destination choisie comme lieu de recréation : « La notion de recréation (sans accent) désigne l'ensemble de pratiques, de normes, d'institutions et de représentations qui se caractérise par un « relâchement des contraintes » (Elias, 1994) et des pratiques « déroutinisantes », en somme une libération contrôlée du *self-control* quotidien. Elle est en rupture avec la sphère du quotidien, marquée par un fort auto-contrôle des émotions et un caractère récursif des pratiques. » (Géoconfluences, 2021).

« Le voyage désigne le déplacement d'une personne entre le moment où elle quitte son lieu de résidence habituel et le moment de son retour ; déplacement pendant lequel plusieurs lieux sont visités.

Le terme voyageur renvoie alors à la personne qui se déplace entre deux emplacements géographiques pour tous motifs et toutes durées. » (Géoconfluences, 2020)

Les voyageuses et plus spécifiquement les voyageuses solitaires sont des femmes qui quittent leur environnement familier pour explorer des destinations seules, souvent avec des motivations spécifiques et différentes les unes des autres.

Leur statut de voyageuse individuelle les distingue des touristes en groupe, car elles assument seules la responsabilité de leur déplacement, de leur sécurité et de leurs choix, ce qui implique une autonomie exposée aux imprévus.

« Les normes sont des outils de gestion des risques et contribuent à en fixer les seuils d'acceptabilité : leur respect est assimilé à l'absence de danger, et rend le risque acceptable. » (Géoconfluences, 2022)

Cette définition montre que les normes jouent un rôle clé dans la façon dont les individus gèrent les risques pendant leur voyage. Les normes sont des « aides invisibles » qui permettent de distinguer ce qui est sûr, tolérable ou à éviter.

Les normes peuvent être différentes selon les pays : le mot « norme », qui étymologiquement renvoie à la notion de « normalité », peut changer de sens selon les habitudes sociales, ethniques, religieuses, familiales, ... Les normes françaises, par exemple, peuvent avoir une signification empirique (norme nationale, comportement lié au statut de citoyen français, …), ou plus restreinte (norme familiale, comportement lié aux traditions, pression de la famille, …). Il existe également la « norme civique » liée à une ville, un pays, …

Suivant le positionnement de l'individu, le mot norme peut avoir plusieurs sens. Dans le cadre de l'étude menée, nous pouvons nous apercevoir qu'un individu voyageant en solitaire peut avoir du mal à transgresser ou à s'adapter, consciemment ou non, aux normes liées à une situation, un territoire, …

Nous pouvons également dire des normes que ce sont comme des repères, tant qu'elles sont suivies, les risques sont contrôlés ou réduits au minimum. Les normes ne sont pas des règles à suivre, elles représentent une limite entre liberté et sécurité.

« Possibilité d'accéder à, de parvenir à. » (Dictionnaire de l'Académie Française, 9e édition/actuelle)

« Possibilité d'atteindre un lieu ou d'y pénétrer. » (Dictionnaire de l'Académie Française, 9e édition/actuelle)

Dans le cadre de l'étude, l'accès désigne la capacité à atteindre un lieu, une expérience ou une ressource. En d'autres termes, il s'agit de la possibilité concrète pour une personne de se rendre quelque part ou de bénéficier de quelque chose. L'accès ne se limite pas à la notion de distance physique, il englobe plusieurs aspects qui peuvent faciliter ou entraver le déroulement, la finalité de l'expérience touristique.

« Règlement, et son dérivé réglementation, établissent l'existence de textes écrits, des textes réglementaires, comportant un certain nombre d'impératifs juridiques,

obligations de faire ou de ne pas faire, habilitations octroyées à des autorités, qui ont vocation à s'appliquer à un ensemble de destinataires. Un règlement est un texte considéré de manière isolée, une réglementation désigne un ensemble de règlements organisant une matière donnée. » (Cairn Info, 2020)

La notion de réglementation représente des textes écrits et officiels qui ont pour but de cadrer les comportements en imposant des obligations et des interdictions. Ces textes peuvent avoir des impacts variés, à la fois positifs (sécurité, protection) et négatifs (contraintes, limitations). Les réglementations peuvent apparaître comme un cadre protecteur mais aussi un défi à surmonter.

La réglementation revêt donc, contrairement aux normes, un caractère juridique et officiel. Elle n'a rien de subjectif et est établie, inscrite, régissant de façon formelle les comportements des citoyens d'un pays.

PARTIE 2 - État de l'art - L'avènement du voyage en solitaire : l'émancipation par l'autonomie féminine

Avant d'aborder la construction de nos outils de recherche et notre démarche méthodologique, nous avons établi une revue de littérature approfondie afin d'analyser les travaux scientifiques existants. Cette étape a reposé sur la recherche, la lecture, la sélection et l'analyse d'articles issus de revues et d'ouvrages scientifiques. Les sources ont été identifiées à partir du moteur de recherche académique Google Scholar mais aussi sur les plateformes de référence connues pour les publications scientifiques telles que Cairn.Info, ScienceDirect, Presses d'Université, Persée, … En effet, la fiabilité de la provenance des sources permet de garantir la pertinence des publications.

Afin d'organiser et de structurer l'ensemble des références, nous avons utilisé le logiciel Zotero comme outil de gestion bibliographique. Il a permis de centraliser les articles, de classer les sources par thématiques et de faciliter leur exploitation tout au long du travail de recherche. En effet, afin de retrouver une publication scientifique, son référencement sur Zotero permettait sa conservation sans avoir besoin de retourner sur le site de publication. En complément, des fiches de lecture ont été réalisées pour chaque article retenu. Ces fiches ont permis de synthétiser les objectifs des auteurs, les méthodologies employées, les principaux résultats ainsi que les apports et limites de chaque étude. Ce travail de synthèse a favorisé une appropriation des concepts et une mise en perspective des différentes approches théoriques qui provenaient des publications.

2.1 - Contexte socio-historique : l'essor et les enjeux du voyage en solitaire

2.1.1 - Le tourisme comme voyage de loisir

Selon Towner (1984), l'accès au voyage de loisir n'est pas un phénomène naturel ou universel. Pendant plusieurs centaines d'années, en Europe, le voyage a été réservé à des élites sociales : marchands, diplomates, militaires, ou membres de l'aristocratie. Le « Grand Tour » effectué par les jeunes nobles britanniques et continentaux du XVI^{ème} au XVIII^{ème} siècle constitue une des premières origines du voyage comme pratique de formation et de distinction sociale en Occident. Cependant, cette pratique restait strictement élitiste et réservée aux hommes des classes supérieures.

La Révolution Industrielle du XVIII^{ème} et XIX^{ème} siècles a marqué un tournant majeur en Europe. L'émergence d'une classe moyenne urbaine, l'avènement des transports modernes plus rapides (chemins de fer et automobiles), l'augmentation du temps libre et des revenus disponibles ont progressivement rendu le voyage plus accessible pour une plus grande partie de la population (Schivelbusch, 1986). L'industrialisation au XIX^{ème} siècle a démocratisé l'accès au voyage en réduisant les coûts et le temps de trajet, tout en transformant la perception de l'espace et du temps. Le voyage commence à être perçu comme un droit au bien-être, plutôt qu'un privilège qui n'était réservé qu'à une élite. Les mentalités et les aspirations sociales ont également évolué suite à ces changements sociétaux majeurs.

Dans ce contexte, le voyage en solitaire émerge comme une forme d'émancipation individuelle, notamment pour les femmes. Butler (1995) met en lumière le fait que le tourisme a offert aux femmes occidentales une opportunité d'indépendance, leur permettant de s'éloigner temporairement des rôles traditionnels du quotidien qui leur étaient attribués. Cette dimension de liberté liée au voyage est d'autant plus marquée dans le cas des voyages en solitaire, où l'individu est seul décisionnaire de ses choix et de son itinéraire.

2.1.2 - La démocratisation du voyage en solitaire

Le voyage en solitaire se démocratise et se consolide. L'avènement de la « société des loisirs[1] » et l'augmentation du niveau de vie moyen dans les pays occidentaux créent de meilleures conditions pour une transformation des pratiques touristiques.

Si le voyage lui-même s'est démocratisé au cours du XX^{e} siècle, le voyage en solitaire constitue une évolution plus récente. Pendant longtemps, voyager seul demeurait une pratique marginale. Les déplacements étaient majoritairement réalisés en famille, en couple ou en groupe, tandis que le voyage solitaire était souvent interprété comme le signe d'un isolement ou d'une nécessité plutôt que comme un choix.

[1] **La société des loisirs** : *« La notion de société des loisirs renvoie au gain de temps libre obtenu à la fois par la réduction du temps de travail et la réduction du poids des corvées ménagères sur longue période ainsi que grâce aux gains d'espérance de vie. Il s'agit du temps dont on dispose en dehors des occupations habituelles, celui pendant lequel il est permis de faire ce qu'on l'on désire. Ce temps de loisirs disponible se retrouve en partie affecté à des activités culturelles et récréatives.* » (Agence Hauts-de-France 2040)

À partir de la seconde moitié du XX^{ème} siècle, plusieurs transformations économiques, sociales et culturelles contribuent progressivement à modifier cette représentation du voyage en solitaire.

Les transformations économiques ont augmenté les revenus disponibles et le temps libre pour une part croissante de la population. L'accès à l'éducation supérieure, particulièrement pour les femmes, a également créé une génération plus mobile et davantage consciente et renseignée sur les possibilités de mobilité géographique et de découverte personnelle. Les revenus ont augmenté, les congés payés se sont généralisés, et progressivement l'idée que le voyage soit un droit et non un luxe s'est répandue dans les mentalités.

Les transformations sociales et culturelles ont redéfini la signification du voyage en solitaire.Si autrefois, voyager seul pouvait être perçu comme une manière de fuir son quotidien, cette vision a progressivement évolué en étant davantage associée à l'autonomie, à l'indépendance et à la volonté de mieux se connaître. Le voyage en solitaire devient un marqueur de capacité, d'autonomie et de liberté personnelle. Cette évolution est liée aux mouvements d'émancipation sociale, particulièrement concernant les droits des femmes.

Les transformations technologiques jouent un rôle décisif. Internet, les réseaux sociaux, les applications mobiles de planification et de partage ont radicalement transformé la possibilité concrète de voyager seul et se sont démocratisés très rapidement, tout en restant accessibles. Ces technologies permettent d'accéder à des informations sur les destinations, les hébergements, les transports, de communiquer facilement avec d'autres voyageurs, de partager son expérience en temps réel et de constituer des communautés virtuelles d'échange.

> « *Les réseaux affinitaires en ligne jouent un rôle croissant dans la construction de l'empowerment : les communautés de voyageuses, via les réseaux sociaux, permettent aux femmes de partager leurs expériences, de s'encourager mutuellement et de dépasser collectivement certaines représentations normatives du voyage féminin* » (Lagier, Montargot et Trelohan, 2021).

Ensuite, les évolutions du secteur touristique, qui ont accompagné la démocratisation du voyage, ont elles aussi participé à rendre le voyage en solo plus courant et plus accessible. Peu à peu, les offres et les services se sont adaptés à ces nouveaux voyageurs, contribuant ainsi à faire du voyage solitaire une pratique de plus en plus normale. L'offre touristique s'est diversifiée et adaptée aux voyageurs solitaires. Apparaissent alors les auberges de jeunesse, les hébergements partagés (hostels), les tours organisés pour groupes de voyageurs solitaires, les applications de mise en relation entre voyageurs. Cette adaptation commerciale renforce l'image du voyage en solitaire comme étant une pratique accessible, démocratisée et populaire.

Néanmoins, malgré une diversification de l'offre touristique, certaines d'entre elles s'adressent encore à un public neutre « *sans distinction de leur genre, de leur appartenance de sexe ou encore de leur ethnicité. »* (Antomarchi et De La Barre, 2010)

En parallèle des facteurs cités ci-dessus, l'amélioration du niveau de vie, la démocratisation des loisirs, le développement des infrastructures de transport ainsi que l'allongement du temps libre avec l'attribution des congés payés en 1936, favorisent une mobilité touristique de plus en plus importante. En effet, ces changements n'ont cessé de favoriser l'accès au voyage grâce à leur évolution permanente d'années en années.
Comme le montrent Hall et Page (1999), l'essor des transports et des sociétés de consommation transforme progressivement le tourisme en une pratique accessible à une part plus importante de la population, alors qu'il était auparavant réservé à l'élite. Cette évolution s'inscrit dans un processus plus large de démocratisation du voyage, amorcé au cours du XX^{ème} siècle, qui fait progressivement du déplacement touristique une pratique sociale ordinaire plutôt qu'un privilège (Marcil, 2022), (Hall et Page, 1999).

À partir des années 90, avec la démocratisation du mouvement "*backpacking*[2]" et l'augmentation de la mobilité internationale des jeunes adultes, le voyage en solitaire commence à se légitimer et à attirer l'attention.

[2] "**Backpacking**" : « [...] *Ce type de voyage très populaire chez les jeunes adultes en moment de transition (post-adolescence), consiste à prendre son sac à dos et partir parcourir le monde pour plusieurs mois, pour se tester, se prouver, s'éprouver, fuir, se chercher, se trouver ou se retrouver, rentrer, repartir.* » (Theses, 2024)

Le phénomène du “*backpacking*” est une pratique touristique fondée sur l'autonomie, la mobilité et la recherche d'expériences immersives. Les backpackers privilégient généralement des séjours de longue durée, des hébergements économiques, une planification flexible et des interactions avec les populations locales plutôt qu'un tourisme organisé (Richards et Wilson, 2004). Initialement associé aux jeunes voyageurs occidentaux, ce mode de voyage s'est progressivement démocratisé et diversifié, touchant aujourd'hui des profils plus variés, notamment les femmes voyageant seules.

L'essor du “*backpacking*” a contribué à normaliser le voyage en autonomie en développant des infrastructures adaptées (auberges de jeunesse, plateformes de réservation en ligne, communautés de voyageurs, guides spécialisés) et en donnant une place importante à l’indépendance dans l’expérience touristique. Cette évolution a contribué à rendre le voyage en solitaire plus accessible et plus socialement accepté, y compris pour les femmes.

Le développement accru de ce phénomène vient également du fait que la technologie a facilité l’accès aux informations pour les backpackers ainsi que le partage de connaissances et d’itinéraires entre eux.

Ce mouvement, porté au départ par de jeunes Occidentaux désireux de découvrir le monde, a peu à peu changé la représentation et la manière dont le voyage en solitaire était perçu.

Enfin, la question de l'“*empowerment*[3]” et de la transformation personnelle occupent également une place importante. Nombreux sont les voyageurs et voyageuses qui rapportent des effets positifs du voyage solitaire sur leur confiance en eux et leur compréhension du monde.

> « *Les femmes qui voyagent seules témoignent d'effets positifs sur leur bien-être général, notamment en termes de sentiment d'accomplissement et de développement de la résilience* ». (Hamid, Ali, Azhar, Sujood, 2021)

[3] **L’empowerment** : « *[...] Ses définitions sont multiples et variées, mettant l’accent soit sur le gain en pouvoir (« empouvoirement » qui désigne l’accès, la prise et l’augmentation de pouvoir, « l’autonomisation », « l’émancipation »), soit sur l’acquisition de compétences (« habilitation », « capacitation »).* » (Lagier J., Montargot N., Trelohan M., 2021).

M.Trelohan, J.Lagier et N.Montargot (2025), dans la revue « Partir seule pour mieux se trouver : comment le voyage en solo transforme l'identité des femmes », poussent le concept d'"*empowerment*" jusqu'à parler d'un « d'"*empowerment*" identitaire » qui transformerait la voyageuse à travers l'expérience vécue. Elles définissent trois dimensions clés de cet "*empowerment*" : « *La croissance personnelle ("growing"), la reconstruction identitaire ("re building") et l'évolution du regard porté sur le monde ("seeing the world differently").* » (Trelohan, Lagier, Montargot, 2025)

Cette approche nous montre que l'empowerment engendrerait une véritable reconstruction de soi influencée par tous les constituants d'un voyage (rencontre de l'autre, ouverture culturelle, découverte de nouveaux lieux…).

Cette reconstruction identitaire pourrait permettre aux femmes de se (re)définir indépendamment des attentes et normes sociales fondées. Elles apportent une nuance essentielle à la compréhension de cet *"empowerment"* : « *Il serait également pertinent d'explorer si cet empowerment est ressenti différemment en fonction de variables culturelles, générationnelles ou socioéconomiques, afin d'approfondir la compréhension de ce concept émergent.* » (Marcil, 2022)

2.2 - Le cas du voyage des femmes en solitaire à l'ère contemporaine

À partir de la fin du XIX^{ème} siècle, « l'exploration n'est plus considérée comme un champ exclusivement masculin » (Antomarchi et De La Barre, 2010). En effet, plusieurs exploratrices, telles que Isabella Bird et Mary Kingsley, ont contribué à rendre l'accès possible pour les générations suivantes, à aller au-delà des frontières, malgré les obstacles sociaux et légaux. Elles ont témoigné d'une évolution progressive des phénomènes marquants de l'histoire du tourisme, même si leurs objectifs premiers n'étaient pas les loisirs et le plaisir souvent recherchés par les voyageuses en solitaire contemporaines. Leurs écrits et témoignages, souvent publiés sous forme de journaux ou de lettres, témoignent d'une recherche de liberté et d'une volonté de s'affirmer dans un monde dominé par les hommes.

> « *Dès l'arrivée du XXème siècle, les déplacements des femmes à l'extérieur de leurs foyers deviennent de plus en plus normalisés. Toutefois, bien que celles-ci puissent s'adonner au tourisme, nous avons peu de données quant à leur appréciation de l'expérience, comparativement aux hommes. »* (Marcil, 2022)

> *“No longer can exploration be considered an exclusively male field.”* (Towner, 1994, p. 725, cité dans Antomarchi et De La Barre, 2010).

Depuis plusieurs années, le voyage en solitaire connaît un essor important, qui représente une part croissante des voyageurs internationaux. En effet, la démocratisation du voyage en solitaire se fait ressentir chez les femmes ayant le besoin de vivre des expériences.

> *“Nowadays, women are increasingly choosing to travel alone”* (Wilson et Little, 2008, p.101).

> *“In the 21st century, women prefer more to travel abroad alone”* (Matthews-Sawyer, McCullough and Myers, 2002, p.169).

Pendant longtemps, cette pratique demeurait pourtant difficilement envisageable pour les femmes. Voyager seule était souvent considéré comme une transgression des normes sociales et morales qui étaient alors très strictes et restrictives envers la femme Occidentale. En effet, jusque dans les années 1950 en France, les femmes mariées ne disposaient pas d'une pleine autonomie juridique et financière : elles ne pouvaient notamment pas gérer librement leurs biens ou exercer certaines activités sans l'autorisation de leur mari. Elles demeuraient ainsi largement dépendantes de la figure masculine au sein du foyer.

Ce n’est qu’en février 1966, avec l’entrée en vigueur de la loi du 13 juillet 1965 portant la réforme des régimes matrimoniaux, que les femmes mariées obtiennent une plus grande autonomie juridique. La loi dispose ainsi que :

> *« Chaque époux est réputé avoir l’administration, la jouissance et la libre disposition de ses propres biens »* (Archives de la Banque de France - Loi du 13 juillet 1965 sur la réforme des régimes matrimoniaux)

Au cours de la seconde moitié du XX^{ème} siècle, plusieurs réformes législatives majeures sont venues accompagner les transformations de la condition des femmes

en France. Portées par des revendications, des mouvements féministes et par les évolutions sociales, elles ont progressivement renforcé leur autonomie juridique, économique et sociale, tout en contribuant à redéfinir leur place au sein de la société.

Parmi les réformes les plus marquantes figurent la Loi du 11 juillet 1975 portant réforme du divorce et la Loi n°65-570 du 13 juillet 1965 portant réforme des régimes matrimoniaux.

> « *La loi n° 75-617 du 11 juillet 1975 a modifié la partie du code civil relative au divorce et élargi les cas dans lesquels le divorce est possible en instaurant le divorce par consentement mutuel ainsi que le divorce pour rupture de la vie commune.* » (Sénat, 1996)

Le Sénat (1996) souligne qu'en réintroduisant le divorce par consentement mutuel, cette loi facilite la dissolution du mariage lorsque les deux époux en conviennent, offrant ainsi aux femmes une plus grande liberté de choix dans leur vie conjugale. Cette réforme participe ainsi au renforcement de l'autonomie des femmes, rendue également possible par leur accès croissant à l'emploi et à l'indépendance financière.

> « *Dans la version initiale du code civil (1804), l'article 213 établit en ces termes les bases du mariage : « le mari doit protection à sa femme, la femme doit obéissance à son mari ». L'épouse renonce donc à sa capacité juridique et se place sous l'autorité de son époux. L'évolution de la place des femmes dans la société a nécessité de revoir ces dispositions dès l'entre-deux guerres, mais ce n'est qu'en 1971 que l'égalité entre époux a été proclamée, après que la loi n°65-570 du 13 juillet 1965 portant réforme des régimes matrimoniaux ait constitué une étape déterminante dans cette évolution. Elle est restée dans la mémoire collective comme le texte qui a permis à la femme mariée d'ouvrir un compte en banque sans avoir à demander l'autorisation de son mari.* » (Archives Sénat)

Jusqu'au milieu du XX^{ème} siècle, les femmes mariées ne disposaient pas d'une pleine autonomie juridique. Comme le rappellent les Archives du Sénat, le Code civil de 1804 plaçait l'épouse sous l'autorité de son mari, limitant fortement sa capacité à prendre des décisions de manière indépendante. La réforme des régimes

matrimoniaux du 13 juillet 1965 constitue un véritable tournant pour les femmes mariées. Elle leur permet notamment de travailler et d'ouvrir un compte bancaire sans avoir besoin de l'autorisation de leur mari. Cette évolution constitue une étape majeure dans le processus d'émancipation des femmes.
Au-delà de leurs effets sur le statut juridique des femmes, ces réformes ont contribué de façon directe à modifier les conditions d'accès au voyage pour les femmes. Le renforcement progressif de leur autonomie économique et décisionnelle leur a permis d'envisager plus librement leurs déplacements. La capacité à financer un séjour d'elles-mêmes, à effectuer des réservations ou à décider de voyager seule s'inscrit dans cette évolution plus large des droits et des marges d'action accordés aux femmes.
Le développement du voyage en solitaire féminin ne peut être compris sans prendre en compte ces transformations législatives et légales, qui ont permis la liberté de circulation et d'action des femmes françaises.

Selon l'Organisation Mondiale du Tourisme (OMT), 25% des touristes mondiaux voyageaient seuls en 2015, une statistique ayant atteint 30% pour les Français (Lagier, Montargot et Trelohan, 2021). Aujourd'hui, le voyage en solitaire chez les femmes connaît une forte croissance. Le nombre de femmes voyageant seules aurait triplé entre 2014 et 2017, passant de 54 à 138 millions (Lagier, Montargot et Trelohan, 2021). La démocratisation et le développement du voyage en solitaire chez les femmes ont favorisé un intérêt croissant pour cette pratique.
L'évasion, l'exploration, la relaxation, l'estime de soi, et les interactions sociales sont des déterminants des femmes voyageant seules identifiés par Chiang et Jogaratnam (2006) cités dans Kumar, Rani, Rani, Rani (2024) : 85. Ces motivations sont souvent interconnectées. Par exemple, Wilson et Harris (2006), montrent que le voyage solitaire permet aux femmes de se réinventer, loin des rôles traditionnels qui leur sont associés dans leurs quotidiens.

> *"Solo travel provides women with a space to reflect on life, to reevaluate their priorities, and to find meaning beyond societal expectations."* (Wilson et Harris, 2006).

Cette idée souligne que l'auto-"*empowerment*" constitue un élément central du voyage solitaire féminin. Les femmes cherchent à reprendre le contrôle de leur vie, à

défier les stéréotypes de genre, et à acquérir une autonomie qui leur est souvent refusée dans leur environnement quotidien. Le voyage en solitaire devient dans ce cas une sorte de voyage intérieur. Les femmes acquièrent par le biais du voyage, une autonomie émotionnelle. Détachées de certains rôles, contraintes ou attentes sociales et familiales qui subsistent en France, elles explorent et découvrent en voyageant ce qui reste de leur « moi[4] », de leur identité propre et profonde, quand elles ne sont plus sujettes aux autres. Le voyage devient, en ce sens, une manière d'affirmer ses choix, son autonomie ou son indépendance.

La dimension de l'"*empowerment"* est centrale dans la littérature sur le voyage féminin en solitaire. Lagier, Montargot et Trelohan (2021) montrent que les réseaux affinitaires en ligne jouent un rôle croissant dans la construction de cet "*empowerment*" : les communautés de voyageuses, via les réseaux sociaux, permettent aux femmes de partager leurs expériences, de s'encourager mutuellement et de dépasser collectivement certaines représentations normatives du voyage féminin. Manpreet (2023) rejoint cette idée en montrant que le voyage solitaire féminin favorise le développement de la confiance en soi et des relations interculturelles.

Néanmoins, le voyage en solitaire des femmes et la représentation collective que la société se fait de la femme voyageuse peuvent encore être soumis au regard masculin et aux attentes de la société patriarcale française persistante.

> *"As tourism itself is a product of gendered societies it follows that its processes are gendered in their constructions, presentation and consumption* (Rao 1995:30)*. The form of this gendering is configured in different and diverse ways which are both temporally and spatially specific* (Kinnaird and Hall 1994:2)*. The phenomenon of travel has however traditionally been characterized in terms "infused with masculine ideas about adventure, pleasure and the exotic"* (Enloe 1989:20)*, while femininity has been defined in a position to independent experience, revolving instead around notions of domesticity.*" (Morgan, Prichard, 1998)

Cette étude soutient que les rapports de genre sont parties prenantes des expériences touristiques et que les femmes ne sont pas perçues de la même façon

[4] **Moi** : def. n.m « *Ce qui constitue l'individualité, la personnalité consciente du sujet.* » (Dictionnaire Larousse)

que les hommes dans des espaces touristiques pourtant identiques. Ces espaces touristiques ne sont jamais neutres, ils sont incarnés par des normes sociales, auxquelles toutes les femmes françaises ne correspondent pas.

Le voyage solitaire est également une quête de bien-être, à la fois hédonique (recherche de plaisir, de bonheur, d'évasion, découverte de nouvelles cultures) et eudaimonique (recherche de sens, de croissance personnelle, réalisation de soi, de dépassement de ses limites, d'acquisition de nouvelles compétences), distinguées par Hamid, Ali, Azhar, Sujood (2021).
Ces motivations sont confirmées par de nombreuses études. Selon Ejupi et Zorana (2022), les principales raisons poussant les femmes à voyager seules sont la recherche d'aventure, l'indépendance, la croissance personnelle et le désir de sortir des contraintes du quotidien. Pereira et Silva (2018) soulignent également que la liberté de décision représente un facteur déterminant : voyager seule permet à la femme de choisir ses destinations, son rythme et ses activités sans négociation ni compromis. Cette autonomie décisionnelle constitue en elle-même une forme d'émancipation symbolique.

L'émancipation par le voyage en solitaire incarne la concrétisation de toutes les libertés obtenues, symbolisant une féminité en évolution qui a abouti à l'autonomie, la liberté de mouvement et l'indépendance des femmes. Aujourd'hui, nous pouvons supposer que les femmes peuvent parcourir le monde plus librement.

2.2.1 - Les motivations et typologies des voyageuses en solitaire

La littérature sur le voyage en solitaire féminin a progressivement élaboré des typologies permettant de mieux saisir la diversité des profils de voyageuses ainsi que les motivations qui les conduisent à entreprendre ce type d'expérience. Le voyage en solitaire s'inscrit dans une combinaison de facteurs personnels, sociaux et contextuels.

Bianchi (2016) a analysé les motivations et niveaux de satisfaction des touristes voyageant seuls. Ses travaux montrent que les principaux facteurs de satisfaction résident dans la liberté d'organiser son programme, les rencontres humaines et la découverte de nouvelles cultures. À l'inverse, les principaux facteurs d'insatisfaction

concernent le sentiment d'isolement, les problèmes de sécurité ainsi que les difficultés d'adaptation rencontrées au cours du séjour. Ces résultats mettent en évidence que le voyage en solitaire est recherché autant pour la liberté qu'il procure que pour les opportunités de développement personnel qu'il offre, tout en soulignant que cette expérience peut également générer certaines contraintes.

Dans cette perspective, Zhang, Zhang, Li et Shen (2024) ont proposé une classification des voyageurs solitaires fondée sur leurs valeurs personnelles. Ils distinguent des profils orientés vers la stimulation (caractérisés par une recherche de nouveauté et d'aventure), vers l'hédonisme (des profils privilégiant le plaisir et la détente), vers l'universalisme (des profils motivés par la découverte des autres cultures), ou encore vers l'indépendance (des profils valorisant l'autonomie décisionnelle). Cette approche complète les travaux centrés uniquement sur les motivations en montrant que le voyage en solitaire constitue également un moyen d'exprimer des valeurs personnelles et des aspirations individuelles. Ainsi, nous supposons que deux voyageuses peuvent entreprendre un voyage similaire, tout en ayant et accomplissant des objectifs complètement différents.

Toutefois, les motivations à voyager seules ne peuvent être dissociées des ressources dont disposent les femmes pour concrétiser leur projet. Dans une étude comparative menée auprès de voyageuses issues de milieux ruraux et urbains, Kumar, Rani, Rani et Rani (2024) ont réalisé une comparaison entre elles. Leurs résultats montrent que les femmes issues de milieux urbains expriment une intention de voyage en solitaire plus marquée, favorisée par des ressources financières plus propices, un accès à l'éducation et aux réseaux d'information. Ces résultats rappellent que le voyage en solitaire féminin ne constitue pas un phénomène universel mais qu'il repose également sur des inégalités sociales, culturelles et économiques qui influencent la possibilité de partir. Cette analyse rejoint les travaux mettant en évidence que l'autonomie touristique dépend également du capital économique, culturel et social des individus.

Enfin, plusieurs recherches montrent que les motivations et les comportements des voyageuses évoluent en fonction du contexte dans lequel elles voyagent. Sürme (2022) confirme que les comportements de voyage des femmes diffèrent selon les

destinations choisies : les zones perçues comme « sûres » favorisent une plus grande détente et une exploration plus libre, tandis que les destinations considérées « à risques » provoquent l'adoption d'une vigilance accrue. Ainsi, si les motivations initiales peuvent être similaires, l'expérience du voyage est largement influencée par les caractéristiques de la destination et par la perception de la sécurité qu'en ont les voyageuses.

Dans l'ensemble, la littérature montre que les voyageuses en solitaire constituent un groupe loin d'être hétérogène. Leurs motivations s'articulent autour d'un équilibre entre recherche d'autonomie, d'expériences, de développement personnel et d'ouverture culturelle, tout en étant fortement influencées par leur environnement social, leurs ressources disponibles et les caractéristiques des destinations choisies. Cette diversité de profils montre que l'expérience du voyage en solitaire peut être très différente d'une femme à l'autre. Elle amène donc naturellement à s'interroger sur la manière dont les voyageuses perçoivent les risques auxquels elles peuvent être confrontées et les stratégies qu'elles mettent en place pour s'y adapter, comme nous le verrons dans la section suivante.

2.2.2 - La gestion du risque et les stratégies d'adaptation

Si le voyage solitaire féminin est porteur de nombreuses expériences riches, il s'accompagne également de contraintes spécifiques.

Wilson et Little (2005) ont démontré que les voyageuses seules peuvent subir des contraintes de plusieurs types : des contraintes « intrapersonnelles » (peur, manque de confiance en soi), des contraintes « interpersonnelles » (pression de l'entourage, normes sociales), et des contraintes structurelles (réglementations, conditions d'accès aux territoires). Ces 3 niveaux de contraintes sont liés entre eux : la présence d'une contrainte structurelle forte provoque l'amplification des contraintes « intrapersonnelles » comme la peur ou l'anxiété.

Wilson (2004) a approfondi cette analyse dans sa thèse de doctorat, en montrant que les contraintes éprouvées par les femmes voyageant seules ne sont pas uniquement matérielles ou physiques : elles sont aussi « discursives » et « symboliques ». Les représentations du « danger » pour une femme seule à l'étranger contraignent les voyageuses, en amont du voyage, lors de la phase de planification.

Cette anticipation constitue en elle-même une forme de contrainte, limitée aux femmes et davantage perçue comme absente des préoccupations des voyageurs masculins.

Les travaux de Wilson et Little (2005) ont établi que les représentations du risque jouent un rôle fondamental dans les processus de choix de destination des voyageuses en solitaire. Ces représentations sont construites à partir d'expériences personnelles, de témoignages d'autres voyageuses, de représentations médiatiques et de discours institutionnels et pas à travers les risques mesurés par les indicateurs sécuritaires officiels tels que le Ministère des Affaires Étrangères. Ce décalage entre les risques perçus et les risques réels constitue un aspect complexe à analyser dans le contexte du voyage féminin en solitaire.

Plusieurs études indiquent que les recommandations officielles des gouvernements et du Ministère des Affaires Étrangères contribuent à influencer ces représentations. Le Ministère Français de l'Europe et des Affaires étrangères indique que les fiches « Conseils aux voyageurs » ont pour objectif d'informer les voyageurs sur les risques sécuritaires, sanitaires, politiques et culturels des destinations et qu'elles sont régulièrement actualisées en fonction de l'évolution de la situation. (France Diplomatie, mise à jour 2026)

> « *Le Centre de crise et de soutien [...] élabore des recommandations sécuritaires pour les Français à l'étranger. Voyageurs et ressortissants peuvent se renseigner sur les situations sécuritaires, sanitaires, politiques et culturelles locales via les 191 fiches pays régulièrement mises à jour.* » (France Diplomatie, mise à jour 2026)

> « *Avant de partir, renseignez-vous en consultant les Conseils aux voyageurs. Certaines destinations peuvent être déconseillées pour votre sécurité.* » (France Diplomatie, mise à jour 2026)

Passavant (2023) affirme que les conseils aux voyageurs, intégrés dans les pratiques préparatoires de nombreuses voyageuses, sont souvent perçus comme excessivement alarmistes par rapport à la réalité vécue sur le terrain.

Cette confrontation entre les informations institutionnelles et l'expérience vécue conduit progressivement les voyageuses expérimentées à développer un regard plus nuancé sur les différentes sources d'information.

Au-delà des discours institutionnels, plusieurs auteures soulignent également que les médias contribuent à véhiculer une vision parfois idéalisée du voyage en solitaire chez les femmes.
Azema (2021) apporte un regard littéraire et critique à cette question, en soulignant que le voyage solitaire féminin s'est construit, en partie, en réaction aux représentations diffusées sur les réseaux sociaux, qui tendent à idéaliser certaines expériences touristiques. L'auteure invite à effectuer des lectures davantage nuancées du voyage solo féminin, où les difficultés et les peurs ne sont pas absentes, notamment cachées par les discours favorisant "l'*empowerment*".

Dans cette même perspective critique, dans son ouvrage « *Femmes et tourisme d'entre soi »* paru en 2022, Emilie Marcil parle de *"privileged literature"*, en d'autres termes, une *« propagande médiatique véhiculée par les livres, les films ou les réseaux sociaux qui valorisent l'émancipation féminine »* à travers le voyage mais qui n'évoquent pas les obstacles réels à cette émancipation. Cette "*privileged literature*" s'adresse principalement à une minorité de femmes privilégiées, sans enfants et dotées d'une grande mobilité : « *Cette injonction à la découverte de soi ne dit rien des contraintes financières, du quotidien des mères de familles monoparentales ni des réalités des classes populaires. »* (Marcil, 2022). Pour les femmes pour qui le voyage reste difficile, voire inaccessible, cette représentation médiatique peut avoir des effets négatifs. Elle peut notamment renforcer un sentiment d'exclusion, de culpabilité ou d'échec face à un idéal d'émancipation qui, en réalité, reste dépendant dépendant des ressources économiques, sociales et familiales dont chacune dispose.

Face aux contraintes et aux risques perçus, les voyageuses en solitaire développent des stratégies d'adaptation spécifiques.
Passavant (2023) a analysé comment les jeunes voyageuses solitaires intériorisent progressivement un « sens pratique touristique », à travers lequel elles apprennent à anticiper les risques et à gérer les dangers. Cette intériorisation ne se fait pas spontanément : elle est le produit d'expériences accumulées, de partages

d’informations au sein de communautés de voyageuses et d’une socialisation progressive aux normes du voyage féminin en solo.

Ces stratégies prennent des formes variées et sont bien documentées dans la littérature : adaptation du code vestimentaire aux normes locales, modification des horaires de sortie et des itinéraires en fonction des perceptions sécuritaires, choix d’hébergements dans des zones perçues comme sûres, discrétion sur le fait de voyager seule, recours aux plateformes de mise en relation entre voyageurs (Wilson et Harris, 2006).
Wilson et Little (2005) qualifient ces adaptations d’« évasions relatives » (“*relative escape*”) : les femmes trouvent une forme de liberté dans le voyage solo, mais cette liberté reste limitée par un ensemble de contraintes pratiques et symboliques propres à leur genre.

Malgré cette vigilance permanente, plusieurs recherches soulignent que le voyage solitaire produit des effets positifs sur les femmes qui le pratiquent. Hamid, Ali, Azhar, Sujood (2021) montrent que les femmes qui voyagent seules, témoignent d’effets positifs sur leur bien-être général, notamment en termes de sentiment de réussite, d'accomplissement et de reconstruction. Cependant, ces bénéfices sont à associer à la prise en charge des risques potentiels, qui varie d’une destination à l’autre. Par exemple, dans certains pays où les normes locales sont plus restrictives, les voyageuses déclarent adapter davantage leurs comportements (choix de la tenue vestimentaire, limitation des déplacements nocturnes, sélection d'hébergements, choix des zones géographiques fréquentées), tandis que dans des destinations perçues comme plus sécurisées, ces stratégies peuvent être moins contraignantes (Wilson et Little, 2008). Cette tension entre les bénéfices du voyage solo et la nécessité d’une vigilance constante est au cœur de nombreux témoignages de voyageuses expérimentées.

Cette idée est également développée par Dr Mali (2018), qui montre que la gestion du risque n'est pas uniquement vécue comme une contrainte. Dr Mali (2018) a interrogé des voyageuses sur leurs motivations à voyager seules et a montré que la construction du courage et de la résilience face à l’incertitude constitue l’une des principales satisfactions retirées du voyage solo. L’auteure souligne que la gestion du risque n’est pas vécue uniquement comme une contrainte mais aussi comme une

source de fierté et de construction personnelle. Nous pouvons supposer que les résultats de Dr Mali (2018) suggèrent que le voyage en solitaire constitue un espace privilégié de développement personnel. En effet, l'absence d'un compagnon de voyage oblige les voyageuses à prendre seules des décisions, à résoudre des imprévus et à s'adapter à des environnements parfois inconnus. Cette confrontation à l'incertitude et aux éventuels risques favorise progressivement le développement du courage, telle la capacité à agir malgré la peur, ainsi que la résilience, c'est-à-dire la capacité à faire face aux difficultés et à rebondir après des situations inconfortables. Dès lors, les risques inhérents au voyage ne sont plus uniquement perçus comme des éléments négatifs ou dissuasifs. La gestion de ces situations peut alors devenir une véritable source de satisfaction. Elle permet aux voyageuses de prendre conscience de leurs capacités, de gagner en confiance et de ressentir une certaine fierté face à leur autonomie. Le voyage en solitaire apparaît ainsi comme une expérience qui contribue à la construction de soi, en transformant les situations d'incertitude en opportunités d'émancipation et de valorisation personnelle.

2.2.3 - Normes sociales, réglementations territoriales : l'influence sur les pratiques touristiques féminines

L'influence des normes sociales et des réglementations territoriales sur les pratiques touristiques féminines constitue une thématique abordée et développée dans la littérature récente.

Hall et Page (1999) ont posé les bases d'une géographie du tourisme et des loisirs qui prend en compte les dimensions spatiales des inégalités de genre : l'accès aux territoires n'est pas neutre, il est influencé par des normes qui varient d'un territoire à l'autre et produit des expériences très différentes selon le genre, l'âge, l'origine du voyageur, …

Stock (2015) suit cette réflexion en expliquant que les pratiques touristiques ne sont pas seulement des activités recréatives[5], elles sont aussi des façons d'adapter et de s'approprier un espace qui impose ses propres règles, ses propres normes, … L'auteur explique que la voyageuse solitaire n'est pas une « actrice passive » des

[5] **Recréation** : « *La notion de recréation (sans accent) désigne l'ensemble de pratiques, de normes, d'institutions et de représentations qui se caractérise par un « relâchement des contraintes » (Elias, 1994) et des pratiques « déroutinisantes », en somme une libération contrôlée du self-control quotidien. Elle est en rupture avec la sphère du quotidien, marquée par un fort auto-contrôle des émotions et un caractère récursif des pratiques.* ». (Géoconfluences, 2021)

territoires qu'elle visite, elle est une « actrice stratégique » qui déploie des compétences spécifiques pour négocier sa place dans des espaces hors de son quotidien.

La littérature de Wilson et Harris (2006), distingue plusieurs catégories de normes qui pèsent sur les pratiques des voyageuses.
Les normes formelles ou réglementaires : lois locales, conditions d'entrée sur un territoire et régimes de VISA.
Les normes informelles : codes vestimentaires et comportements attendus des femmes sur un territoire. Des normes souvent ressenties comme plus contraignantes par les voyageuses (Passavant, 2023).
Les normes intériorisées : les auto-limitations que les femmes s'imposent en anticipation de risques perçus.
Le voyage en solitaire féminin se heurte à un double obstacles de normes établies, celles de la France, difficiles à transgresser au début d'un voyage, et celles de la destination. Les normes, souvent plus informelles et subjectives que les réglementations, constituent des freins importants au voyage des femmes seules.

2.3 - Bilan de l'état de l'art et positionnement de la recherche

La revue de littérature nous a permis de dresser un bilan des connaissances scientifiques disponibles sur le voyage féminin en solitaire.
Nous avons constaté que la croissance du phénomène est bien documentée : les études se développent et permettent de montrer une augmentation significative de la proportion de femmes voyageant seules à l'échelle mondiale depuis les années 2000.
De plus, les motivations des voyageuses en solitaire sont multiples et souvent liées à des volontés d'émancipation, comme l'ont montré Wilson et Harris (2006), Manpreet K. (2023). En parallèle, les contraintes spécifiques aux voyageuses en solitaire font l'objet d'interrogations puisqu'elles sont abordées dans la littérature, comme dans les travaux de Wilson et Little (2005), Passavant (2023), Ejupi et Zorana (2022).

La revue de littérature nous a également permis de remarquer l'absence de certaines notions approfondies que nous souhaitions aborder et combler dans ce mémoire de recherche.

La première est l'absence d'études centrées spécifiquement sur les voyageuses françaises et leur rapport aux normes et réglementations des destinations visitées. La plupart des travaux disponibles portent sur des échantillons anglophones (américains, australiens, britanniques) ou sont fondés sur des approches générales qui ne prennent pas en compte les spécificités du voyage féminin français.
La deuxième absence concerne la connaissance des outils institutionnels, comme le dispositif Fil d'Ariane ou les recommandations du Ministère des Affaires Étrangères, et notamment l'utilisation ou non par les voyageuses.

En combinant une enquête quantitative auprès de 154 répondantes et 5 entretiens semi-directifs, nous voulions proposer une analyse des pratiques des voyageuses françaises majeures en solitaire, en mettant particulièrement l'accent sur l'influence des normes sociales, des réglementations et des conditions d'accès aux territoires sur leurs expériences touristiques.

PARTIE 3 - Construction de l'objet de recherche et démarche méthodologique

Dans cette section, nous aborderons l'ensemble des procédés méthodologiques qui ont guidé cette recherche. Après avoir présenté la méthode d'enquête choisie déclinée sous plusieurs types d'outils utilisés, les paramètres d'analyse des données collectées seront mis en avant.
Ces éléments concernent la rédaction de l'enquête quantitative comme outil de collecte et les entretiens semi-directifs accompagnés des retranscriptions.

3.1 - Problématique et hypothèses de recherche

Depuis les premiers pionniers du voyage du XVIII^{ème} siècle, la notion de tourisme et sa signification ont considérablement évolué à travers les siècles.
Aujourd'hui, les touristes cherchent une certaine liberté à travers le voyage en solitaire.
Cependant, les articles scientifiques et les recherches menées sur l'influence des normes, réglementations et conditions d'accès aux territoires sur les pratiques des voyageuses françaises majeures en solitaire à travers le monde ne sont pas nombreuses.
Dans ce contexte, notre mémoire de recherche explore le lien étroit entre les réglementations et les conditions d'accès aux territoires et les pratiques des voyageuses françaises majeures en solitaire.

Comme évoqué en introduction, la problématique de ce mémoire s'énonce ainsi : « **Comment les normes, les réglementations et les conditions d'accès aux territoires influencent-elles les pratiques des voyageuses françaises majeures en solitaire à travers le monde ?** »
Cette problématique soulève des questions essentielles quant à l'influence des normes, des réglementations et des conditions d'accès aux territoires sur les pratiques de voyage des femmes françaises majeures voyageant seules à travers le monde. Nous nous concentrons spécifiquement sur les contraintes administratives, culturelles, sécuritaires et sociales qui encadrent la mobilité de ces voyageuses, afin de comprendre comment elles adaptent leurs comportements, leurs choix de destinations et leurs expériences touristiques face aux différentes réalités territoriales. Cette réflexion permet également d'analyser la manière dont les politiques d'accueil, les représentations sociales et les dispositifs de contrôle

participent à façonner les pratiques du voyage féminin en solitaire à l'échelle internationale.

En affinant la problématique, nous avons pré-défini des hypothèses en lien avec le sujet de mémoire auquel nous souhaitons répondre.

- **H1 – La perception de la sécurité influence directement le choix de la destination des voyageuses en solitaire.**

Une destination perçue comme sécurisée pour les femmes est-elle davantage privilégiée dans le cadre d'un voyage en solitaire ?
Concepts clés : sécurité perçue – choix de destination – voyageuse seule – perception du risque.
(Hypothèse rattachée aux questions 7, 8 et 9 de l'enquête quantitative).

- **H2 – Les normes culturelles et sociales d'un territoire modifient les pratiques touristiques des voyageuses en solitaire.**

Les femmes adaptent-elles leurs comportements, leurs activités et leurs modes de déplacement en fonction des normes culturelles du pays visité ?
Concepts clés : normes culturelles – adaptation – pratiques touristiques – voyage en solitaire.
(Hypothèse rattachée aux questions 11, 12, 13 et 14 de l'enquête quantitative).

- **H3 – Le sentiment d'insécurité ou d'inconfort limite la liberté d'action et la réalisation de certaines activités pendant le voyage.**

Les voyageuses seules restreignent-elles leurs pratiques touristiques lorsqu'elles perçoivent un risque ou une menace liée à leur statut de femme seule ?
Concepts clés : insécurité – inconfort – liberté – restrictions – pratiques touristiques.
(Hypothèse rattachée aux questions 13 à 16 et 20 de l'enquête quantitative).

- **H4 – Les réglementations et conditions d'accès d'un territoire peuvent freiner l'expérience de voyage en solitaire.**

Les contraintes administratives, les règles locales et les conditions d'entrée dans un pays influencent-elles la décision de voyager seule ou non ?
Concepts clés : réglementations – conditions d'accès – liberté de voyager – contraintes – mobilité féminine.

(Hypothèse rattachée aux questions 17 à 20 de l'enquête quantitative).

En parallèle, chaque hypothèse est également rattachée aux thématiques du guide d'entretien citées ci-dessus dans l'élaboration des outils de recherche méthodologiques.

3.2 - Outils de recherche : les méthodes quantitative et qualitative

L'élaboration d'une enquête quantitative se justifie par la volonté de recueillir un nombre important de données, permettant d'identifier des tendances générales dans les pratiques, les perceptions, les motivations et les comportements des voyageuses en solitaire. Cette méthode permet notamment de produire des analyses statistiques, de comparer les profils et d'établir des corrélations entre différentes variables (âge, statut socio-professionnel, fréquence de voyage, perception de la sécurité, connaissances de certains termes techniques, …). Dans ce contexte, nous souhaitions comprendre la vision de chacune des participantes, en laissant la place à leurs différentes interprétations et expériences. Le questionnaire apparaît comme un outil pertinent pour interroger un large échantillon et objectiver les logiques de choix et d'adaptation des pratiques touristiques.
L'enquête quantitative a été élaborée à partir des éléments du sujet de la problématique de recherche et à l'aide d'hypothèses formulées en amont.
La rédaction de l'enquête s'est articulée autour de plusieurs grandes thématiques :

- Les caractéristiques sociodémographiques des répondantes (âge, niveau d'études, situation professionnelle)
- Leur expérience du voyage en solitaire (fréquence, destinations, types de pratiques)
- Les facteurs influençant le choix des destinations, notamment la sécurité, les normes sociales et les réglementations
- Les adaptations des pratiques touristiques en fonction d'un contexte culturel, social, …
- Les situations d'inconfort ou de danger rencontrées
- Les projets futurs de voyage en solitaire

À travers ces différentes sections, nous avons combiné plusieurs types de questions afin de croiser des données quantitatives et des éléments plus qualitatifs. Le

questionnaire comprenait des questions fermées à choix unique, permettant une exploitation statistique simple, des questions à choix multiples afin de rendre compte de la diversité des pratiques, des échelles de Likert (de 1 à 5) permettant de mesurer l'importance accordée à certains facteurs, ainsi que des questions ouvertes, offrant aux répondantes la possibilité de développer leurs réponses et d'apporter des précisions sur leur expérience.
Ces variétés de questions ont offert aux répondantes la possibilité de détailler leurs expériences et de nuancer leurs réponses.

Concernant la conception et la diffusion du questionnaire, il a été administré en ligne, via l'outil Google Forms. Ce mode de diffusion présente plusieurs avantages : accessibilité, rapidité de diffusion et facilité de traitement des données. De plus, cet outil permet de toucher un public géographiquement dispersé, grâce à l'envoi d'un lien pour répondre.
Le questionnaire a été diffusé au sein de l'université INNTO-ESTHUA par le canal de la messagerie Zimbra (messagerie universitaire), à destination du public ciblé par les questions.

Le lien d'accès au questionnaire a également été diffusé auprès de voyageuses solitaires de notre entourage. Les participantes étaient invitées à le partager, à leur tour, avec d'autres voyageuses concernées, si tel était le cas.

Au total, 154 répondantes ont complété le questionnaire dans son intégralité, ce qui constitue un échantillon suffisamment important pour identifier des tendances et réaliser des analyses comparatives selon les variables sociodémographiques retenues.

Pour compléter l'échantillon des répondantes à l'enquête quantitative, l'usage d'une approche qualitative nous a permis d'effectuer une analyse plus détaillée, puisque nous avons choisi de mener cinq entretiens semi-directifs avec un public ciblé et prédéfini : femmes françaises, majeures et voyageuses en solitaire.

Nous avons choisi de ne pas être trop restrictives dans l'élaboration du guide d'entretien, notamment en évitant d'imposer des questions trop précises pour chaque thématique. Le but étant de recueillir le maximum d'informations par les répondantes,

nous avons préféré leur laisser une certaine liberté d'expression. Le guide d'entretien nous a surtout servi lorsque l'on manquait d'informations, ou lorsque les réponses des interrogées n'étaient pas particulièrement développées, afin de les diriger vers certains sujets de réponses. Cela nous a permis de recueillir des récits détaillés, des émotions et des réflexions personnelles qui n'auraient pas pu émerger avec un questionnaire uniquement.
Les entretiens ont été réalisés avec des femmes ayant déjà voyagé seules à l'étranger. Avec l'accord préalable des participantes, chaque entretien a été enregistré pour en faciliter l'analyse et la retranscription.
Les grandes thématiques du guide d'entretien portaient sur :

- Les généralités sur les voyages en solitaire
- L'organisation du voyage en solitaire
- L'influence du choix de la destination et des pratiques durant le voyage
- Les craintes et dangers d'un voyage en solitaire
- Les réglementations et normes d'un territoire et les conditions d'accès
- Informations anonymes

Les entretiens ont été conduits entre Novembre 2025 et Mai 2026. La durée des entretiens se situe entre 45 minutes et 1h30. Les enquêtées ont été recrutées et sélectionnées via les réseaux sociaux, en recherchant des personnalités publiques qui pratiquent et influencent les femmes dans les voyages en solitaire. Nous nous sommes aussi servies du bouche-à-oreille par le réseau universitaire. Chaque entretien a fait l'objet d'une retranscription sociologique[6] intégrale. Les noms et éléments d'identification des participantes ont été modifiés afin de garantir leur anonymat.

Les deux méthodes de recherche : le questionnaire quantitatif et les entretiens semi-directifs présentent une complémentarité méthodologique, ce qui souligne la pertinence d'utiliser deux outils distincts.
En croisant ces deux méthodes, nous avons pu obtenir une vision plus complète et nuancée des pratiques et des expériences des voyageuses en solitaire. En effet, certaines données ont pu être mises en corrélation et d'autres en opposition les unes

[6] **Retranscription sociologique** : « *La retranscription sociologique est une transcription exacte du langage de la personne interrogée.* » (Scribbr)

aux autres. Les entretiens nous ont apporté des témoignages détaillés et le questionnaire nous a permis de récolter davantage de réponses, d'illustrer certains propos déjà abordés par des scientifiques et d'utiliser des statistiques, graphiques/diagrammes et cartes en guise de méthodes d'analyse des données.

En parallèle des outils de recherches, nous avons réalisé une veille informationnelle à l'aide de Google Alertes afin de suivre l'actualité liée à notre objet d'étude. Cinq alertes ont été enregistrées autour de mots-clés ciblés : « accès voyages », « réglementation voyages femmes », « voyages femmes solitaires », « voyages majeures françaises » et « voyages solitaires ». Cette veille a permis de collecter des contenus variés : articles de presse, blogs spécialisés, et d'observer les changements actuels associés au voyage féminin en solitaire dans l'espace public.

Cependant, nous avons été déçues par la qualité des contenus obtenus. Tous les jours, nous recevions des alertes avec des contenus consultables, certains étaient pertinents et d'autres moins. Nous gardions ceux qui nous paraissaient intéressants. Nous dirions qu'il est important de mener ce type de veille pour comprendre les évolutions liées au sujet de la recherche. En revanche, les contenus publiés et proposés ne permettent pas d'appuyer certains propos et analyses du mémoire, puisque les contenus ne sont pas vérifiés ni scientifiques.

3.3 - Traitements et analyses des données collectées

3.3.1 - Analyse des données quantitatives

Les réponses recueillies dans le cadre de l'enquête quantitative, réalisée à l'aide de l'outil Google Forms, ont été exportées au format tableur afin d'être traitées avec le logiciel Excel. La collecte des réponses est facilement réalisable à travers l'outil Google Forms, un outil très intuitif. En ce qui concerne Excel, ce choix s'explique par les fonctionnalités de cet outil, notamment l'utilisation de filtres, de tableaux croisés et de formules de calcul, permettant d'organiser les données, de les trier selon différents critères et de comparer les réponses entre elles. Cette étape de préparation a également permis de vérifier la cohérence des données collectées, de repérer d'éventuelles réponses incomplètes et de faciliter leur exploitation dans le cadre de l'analyse. Les tableaux, graphiques et diagrammes ont été réalisés avec le logiciel Excel avec l'extraction des réponses des voyageuses.

Dans un premier temps, une analyse descriptive a été réalisée afin de dresser un portrait général de l'échantillon et de mettre en évidence les principales tendances observées. Les variables qualitatives ont été étudiées à partir de calculs de fréquences et de pourcentages pour les questions fermées. Les réponses liées aux échelles de Likert ont fait l'objet d'un calcul de moyennes, permettant de visualiser le niveau d'importance accordé à chaque affirmation. Quant aux questions ouvertes, elles ont été analysées à travers une synthèse des réponses les plus récurrentes, en mettant en évidence les principaux thèmes évoqués par les répondantes ainsi que les éléments les plus significatifs.

Dans un second temps, des analyses croisées ont été menées afin d'explorer les relations entre plusieurs variables et d'identifier d'éventuelles similitudes ou différences entre les profils des répondantes. Les caractéristiques sociodémographiques, telles que l'âge, le niveau d'études ou encore l'expérience du voyage en solitaire, ont ainsi été croisées avec différentes variables relatives aux perceptions de la sécurité, aux critères de choix des destinations, aux stratégies d'adaptation mises en œuvre lors des voyages ainsi qu'à l'utilisation des outils d'information et des dispositifs institutionnels. Ces croisements avaient pour objectif de mettre en évidence d'éventuelles tendances selon les profils des participantes et de mieux comprendre les facteurs susceptibles d'influencer leurs pratiques et leurs représentations du voyage en solitaire.

L'ensemble de ces analyses a permis d'apporter des éléments de réponse aux hypothèses de recherche (H1, H2, H3 et H4) formulées en amont de l'étude. Les résultats issus de l'enquête quantitative ont ensuite été confrontés aux données qualitatives recueillies lors des entretiens semi-directifs ainsi qu'aux apports de la littérature scientifique, dans une logique de complémentarité et de triangulation des données.
Les résultats sont présentés tout au long du mémoire sous différentes formes : textes analytiques, tableaux, graphiques et diagrammes, afin de faciliter leur lecture et d’illustrer de manière claire et synthétique les tendances observées. Cette diversité de supports nous a permis à la fois d'illustrer les analyses et d'appuyer les interprétations dans les différentes parties du mémoire.

3.3.2 - Analyse des données qualitatives

Les retranscriptions des entretiens semi-directifs ont fait l'objet d'une analyse thématique de contenu, selon une démarche à la fois déductive, fondée sur les catégories issues du guide d'entretien, de la problématique et des hypothèses.

Dans un premier temps, chaque entretien a été retranscrit intégralement afin de garder les propos évoqués et recueillis auprès des femmes. Une lecture attentive a ensuite permis d'identifier les passages les plus significatifs au regard des objectifs de la recherche.

En termes d'analyse, après avoir réfléchi à plusieurs possibilités, nous avons décidé de regrouper les propos significatifs des interrogées selon les grandes thématiques du guide d'entretien que l'on a recensées dans un tableau. Ce tableau constitue un outil d'analyse permettant de rassembler, pour chaque thème, les citations et les idées principales exprimées par l'ensemble des participantes. Cette organisation facilite la comparaison des discours, met en évidence les similitudes et les différences entre les expériences individuelles et permet d'identifier les tendances récurrentes ainsi que les spécificités de certains profils. Par ailleurs, cette démarche a constitué un véritable support lors de la rédaction du mémoire. Le classement par thématique a permis de mobiliser rapidement les éléments pertinents au sein des différentes parties de l'analyse et d'appuyer les interprétations par des citations représentatives des discours recueillis. Les catégories retenues correspondent aux principaux axes de la recherche, tels que les contraintes d'accès aux territoires, les contraintes normatives et réglementaires, les stratégies d'adaptation des pratiques touristiques, le rapport à la sécurité, le choix des destinations, les motivations au départ, les perceptions du voyage en solitaire ou encore les effets de cette expérience sur les participantes. Ainsi, cela nous a permis, au moment de la rédaction du mémoire de recherches, de nous référer aux catégories pour insérer les analyses dans les parties du mémoire correspondantes en fonction de ces grands axes de la recherche.

Enfin, cette analyse thématique transversale ne visait pas à quantifier les réponses, mais à comprendre les logiques, les représentations et les expériences des voyageuses. Elle a ainsi permis de mettre en perspective les données qualitatives avec les résultats de l'enquête par questionnaire et les apports de la littérature scientifique.

PARTIE 4 - Résultats des outils méthodologiques de recherche : analyse des pratiques des voyageuses françaises en solitaire

Afin de mieux comprendre et interpréter les pratiques et comportements des femmes françaises majeures voyageant seules, une enquête a été menée auprès d'un large échantillon de femmes. Certaines des répondantes n'ont jamais effectué de voyages en solitaire de leur vie. Pour autant, cet échantillon demeure pertinent et ne biaise pas les résultats de l'enquête. En effet, le questionnaire a été conçu avec un système de questions conditionnelles permettant de distinguer les répondantes ayant déjà voyagé seules de celles n'ayant jamais eu cette expérience. Ainsi, chaque participante ne pouvait répondre qu'aux questions correspondant à sa situation, ce qui garantit la cohérence et la fiabilité des données. Il était même intéressant de s'attarder sur les profils des femmes qui ont répondu au questionnaire et qui n'ont jamais voyagé seules afin de voir si un profil type en ressort.

Le but principal de cette enquête était d'identifier et de catégoriser les caractéristiques démographiques des interrogées, les destinations qu'elles privilégient, leurs fréquences de voyages en solitaire, leurs pratiques et leur familiarité avec le sujet des conditions d'accès, normes et réglementations des destinations.

4.1 - Caractéristiques socio-démographiques : le profil des répondantes

La composition de l'échantillon révèle une forte homogénéité socio-démographique qui est à la fois une limite et une richesse analytique. Cette homogénéité est une véritable force puisqu'elle permet de déterminer avec beaucoup de précision les comportements d'un groupe social défini. À ce jour, plus de 154 femmes ont répondu à notre questionnaire. Le volume de réponses est suffisamment important pour être analysé et le questionnaire représente désormais un outil analytique crédible et tangible.

4.1.1 - L'âge des répondantes : l'enquête quantitative

La quasi-totalité des répondantes appartiennent à la génération dite « Z » ou au début de la génération « Y » : 137 répondantes sur 154 ont entre 18 et 25 ans, soit 89% , et seulement 10 répondantes se situent dans la tranche 26 - 35 ans. Au-delà de 35 ans, les réponses sont plus rares : 7 répondantes au total, soit 4,5%. Cette répartition quasi homogène représente la force et la limite de ce genre d'outil analytique.

Tableau 1 – Répartition par tranche d'âge

(Enquête quantitative)

Tranche d'âge	Effectif	Pourcentage
18-25 ans	137	89%
26-35 ans	10	6,5%
36-45 ans	3	1,9%
46-55 ans	2	1,3%
56-65 ans	2	1,3%
TOTAL	154	100%

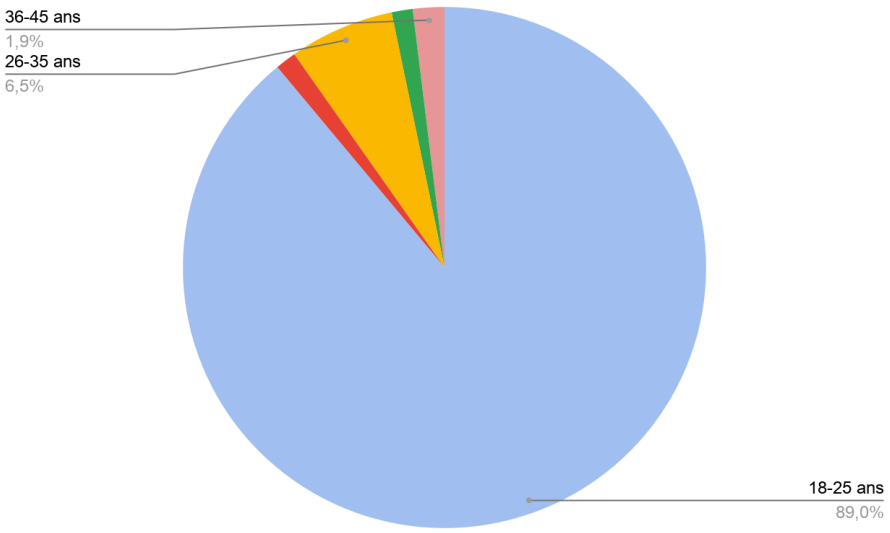
Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

Cette concentration des 18-25 ans n'est pas surprenante : elle traduit la réalité de la circulation du questionnaire dans des réseaux universitaires ainsi que sa mise à disposition via un lien accessible au public.

Nous faisons également le rapprochement avec l'accès simplifié aux outils numériques dont dispose la génération la plus jeune, qui lui permet de rester connectée, de répondre plus facilement aux enquêtes en ligne et d'être davantage exposée aux diffusions sur les réseaux sociaux.

Graphique 1 - Répartition par tranche d'âge des répondantes

(Échantillon : 154 répondantes (cf. tableau 1) - enquête quantitative)



Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

Le graphique circulaire ci-dessus représente visuellement la répartition par tranches d'âges des répondantes à l'enquête quantitative. Au-delà du pourcentage élevé de la tranche 18-25 ans, 89%, la représentation graphique permet de saisir plus clairement l'ampleur de la différence entre les tranches d'âge. La disproportion entre les catégories, parfois difficilement perceptible à la seule lecture d'un chiffre, apparaît immédiatement à travers la taille des parts du graphique.

4.1.2 - Profil académique et professionnel des répondantes : l'enquête quantitative

L'échantillon se caractérise par un niveau d'études globalement élevé. Parmi les 154 répondantes, 38 possèdent un niveau Bac+3 (24,7%), 40 un niveau Bac+4 (26%) et 39 un niveau Bac+5 (25,3%). Ainsi, plus des trois quarts des répondantes (76%) ont suivi des études supérieures d'au moins 3 années après le baccalauréat. À l'inverse, seules 16 répondantes (10,4%) déclarent un niveau d'études égal ou inférieur au baccalauréat. Cette répartition traduit une surreprésentation des femmes diplômées de l'enseignement supérieur au sein de l'échantillon. Elle s'explique vraisemblablement par les modalités de diffusion du questionnaire, notamment au sein de réseaux universitaires et sur des plateformes numériques. Cette caractéristique est prise en compte dans l'interprétation des résultats, dans la mesure où le niveau d'études peut influencer les pratiques touristiques, les ressources économiques disponibles ainsi que les représentations du voyage en solitaire.

Sur le plan professionnel, 131 répondantes (85,1%) sont étudiantes, 13 sont employées (8,4%) et 4 cadres et professions intellectuelles supérieures (2,6%). Cette population majoritairement étudiante peut induire des contraintes spécifiques : budgets limités, temporalités des voyages calées sur les vacances universitaires, et expériences concentrées sur des zones géographiques proches ou bénéficiant d'une forte infrastructure touristique pour les voyageurs à petit budget.

4.1.3 - Synthèse du profil des interrogées : les entretiens semi-directifs

Tableau 2 - Profils des entretiens semi-directifs

	M.A	**L.A**	**E.I**	**O.K**	**Duo E. et É.**
Informations anonymes	27 ans Master Communication Marketeuse digitale	23 ans Étudiante en Master - ESTHUA	26 ans BAC + 4 Créatrice de contenu (voyages)	30 ans BAC + 3 Indépendante (freelance)	24 ans Masters - ESTHUA Travel Planners
Fréquence voyages en solitaire	2 fois par an + week-ends	2 voyages longs (6 mois chacun)	1 fois par an	Voyages fréquents (6 mois à 2 ans)	Toujours en duo
Zones géographiques	Europe, Asie Sud-Est Amérique latine (Japon) (futur	Mexique Colombie Floride Asie Sud-Est (Vietnam, Cambodge, Laos, Thaïlande, Malaisie, Indonésie)	/	Afrique (côte Est) Moyen-Orient (futur)	Mexique Bolivie Canada Colombie Bali La Réunion Espagne Brésil (futur)
Sentiment d'insécurité	Grandes villes, Mexique : transports, Égypte)	Mexique Colombie Floride : le soir	Non	Non (mais vigilance face aux situation étranges)	Bolivie Brésil
Craintes principales	Agression Harcèlement de rue Isolement	Se retrouver seule dans une situation compliquée Tomber sur une mauvaise personne	Se faire suivre ou aborder	Aucune peur (mais sentiment de solitude parfois)	Accostage en tant que femme Quartiers dangereux
Organisation voyages	Préparation en avance (hébergements, blogs, groupes Facebook)	Peu d'organisation (sauf kit de secours), flexibilité	Vlogs YouTube, réseaux sociaux, hôtel en centre-ville	Peu d'organisation, apprentissage sur place	Variable (selon la destination : préparation ou improvisation)
Influence choix destination	Budget Sécurité Culture Climat Témoignages	Budget Facilité des frontières Témoignages	Sûreté du pays Taux de criminalité	Accessibilité Géographique Culture Travail	Oui (visas, quartiers à éviter)
Pratiques touristiques	Culture Randonnée Gastronomie Rencontres	Découverte Culture Repos Shopping Rencontres	/	Culture Rencontres humaines Immersion locale	Slow travel Immersion culturelle Activités touristiques

Connaissance réglementations /normes	Oui (visas, conseils aux voyageurs, habitudes culturelles)	Oui (visas, règles locales, normes culturelles)	Oui (visas, documents administratifs)	Oui (visas, lois locales, normes culturelles)	Oui (visas, quartiers à éviter)
Utilisation recommandations du MAE	Oui	Oui	Oui (mais pas recommendations pas toujours suivies)	Non	/
Connaissance Fil d'Ariane	Utilisation occasionnelle	Oui (utilisation pour le Mexique et l'Asie)	Non	Oui (mais pas utilisé)	/

Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

Bien que les expériences de voyages en solitaire des femmes avec qui nous avons mené les entretiens semi-directifs, elles présentent des profils socio-démographiques similaires. Échanger avec elles a été une véritable source d'apprentissage et d'enrichissement et leurs témoignages sont venus étoffer et appuyer nos propos. Ces échanges nous ont également permis d'appréhender l'influence des réseaux sociaux et le milieu de la création de contenu sur la réalisation des voyages en solitaire, qui deviennent de plus en plus incontournables.

4.2 - Les expériences du voyage en solitaire des répondantes

Sur les 154 répondantes, 85 déclarent avoir déjà voyagé seules à l'étranger (55,2%). Ce chiffre constitue le premier résultat notable de l'enquête : plus d'une femme sur deux, dans cet échantillon, dispose d'une expérience concrète du voyage solo international, ce qui témoigne d'une normalisation croissante de cette pratique dans la tranche 18-35 ans.

Tableau 3 - « Avez-vous déjà voyagé seule à l'étranger ? »

(Enquête quantitative)

Réponse	Effectif	Part de l'échantillon total
Oui - voyage en solitaire	85	55,2%
Non - pas de voyage en solitaire	69	44,8%

Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

Ce résultat s'inscrit dans la tendance documentée depuis les années 2010 : selon Lagier, Montargot et Trelohan (2021), le nombre de femmes voyageant seules aurait

triplé entre 2014 et 2017. La normalisation croissante de la pratique dans les tranches d'âge jeunes est donc confirmée par notre échantillon.

Tableau 4 - Fréquence des voyages en solitaire

(Échantillon : 85 voyageuses - enquête quantitative)

Fréquence	Effectif	Pourcentage
Rarement (1 ou 2 fois dans la vie)	45	52,9%
1 fois par an	17	20%
1 fois tous les 2-3 ans	11	12,9%
Plusieurs fois par an	12	14,1%

Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

Parmi les 85 voyageuses, la fréquence de voyage révèle que la pratique reste majoritairement occasionnelle : 45 d'entre elles (52,9%) déclarent avoir voyagé seules seulement 1 ou 2 fois dans leur vie, 17 (20%) le font 1 fois par an, 11 (12,9%) réalisent un voyage 1 fois tous les 2 à 3 ans. En parallèle, 12 (14,1%) indiquent voyager plusieurs fois par an. Ces voyageuses régulières représentent un profil qui enrichit l'analyse : leurs témoignages sur les inconforts, les stratégies d'adaptation et les perceptions des territoires offrent un recul que les voyageuses occasionnelles n'ont pas encore acquis.

Tableau 5 - Zones géographiques visitées en solitaire

(Échantillon : 85 voyageuses - enquête quantitative)

Zones géographiques	Nb de mentions	% des voyageuses
Europe	63	74,1%
Asie	19	22,4%
Amérique du Nord	15	17,6%
Océanie	8	9,4%
Amérique du Sud	6	7,1%
Afrique	4	4,7%
Moyen-Orient	2	2,4%

Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

Les zones géographiques fréquentées en solitaire révèlent une forte polarisation[7] vers l'Europe : 63 des 85 voyageuses (74,1%) ont voyagé seules en Europe.

Cette répartition semble également cohérente avec les enjeux de sécurité abordés dans cette recherche. Les voyageuses peuvent privilégier des destinations européennes qu'elles estiment plus faciles à découvrir et à appréhender seules, avant d'envisager la fréquentation de destinations plus lointaines, notamment en raison de la proximité (au sens des similitudes) avec leur pays de résidence. La proximité culturelle, la facilité de communication dans certaines destinations et la possibilité de rentrer rapidement en cas d'imprévu peuvent contribuer à réduire le sentiment d'incertitude, un élément fréquemment évoqué dans la littérature sur les voyages des femmes en solitaire. L'Europe peut ainsi constituer un espace de première expérimentation du voyage en solitaire.

Ces facteurs sont renforcés par la simplification des démarches administratives induites par l'Espace Schengen[8]. En effet, afin de circuler dans l'espace Schengen et de traverser les frontières, les individus ne font pas l'objet de contrôle. Les passages de frontières se font sur présentation d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité. (Service public Gouv, 2025). Nous en déduisons que la facilité à circuler au cœur de cet espace peut influencer les expériences des voyageuses débutantes, notamment dans le choix des destinations fréquentées.

L'Asie se situe en seconde position avec 19 mentions (22,4%), suivie de l'Amérique du Nord (15 mentions, 17,6%), de l'Océanie (8 mentions, 9,4%), de l'Amérique du Sud (6 mentions, 7,1%), de l'Afrique (4 mentions, 4,7%) et du Moyen-Orient (2 mentions, 2,4%). Ces résultats laissent penser que les choix de destination des voyageuses françaises en solitaire sont notamment influencés par les perceptions de sécurité, les facilités administratives et les représentations culturelles des risques

---

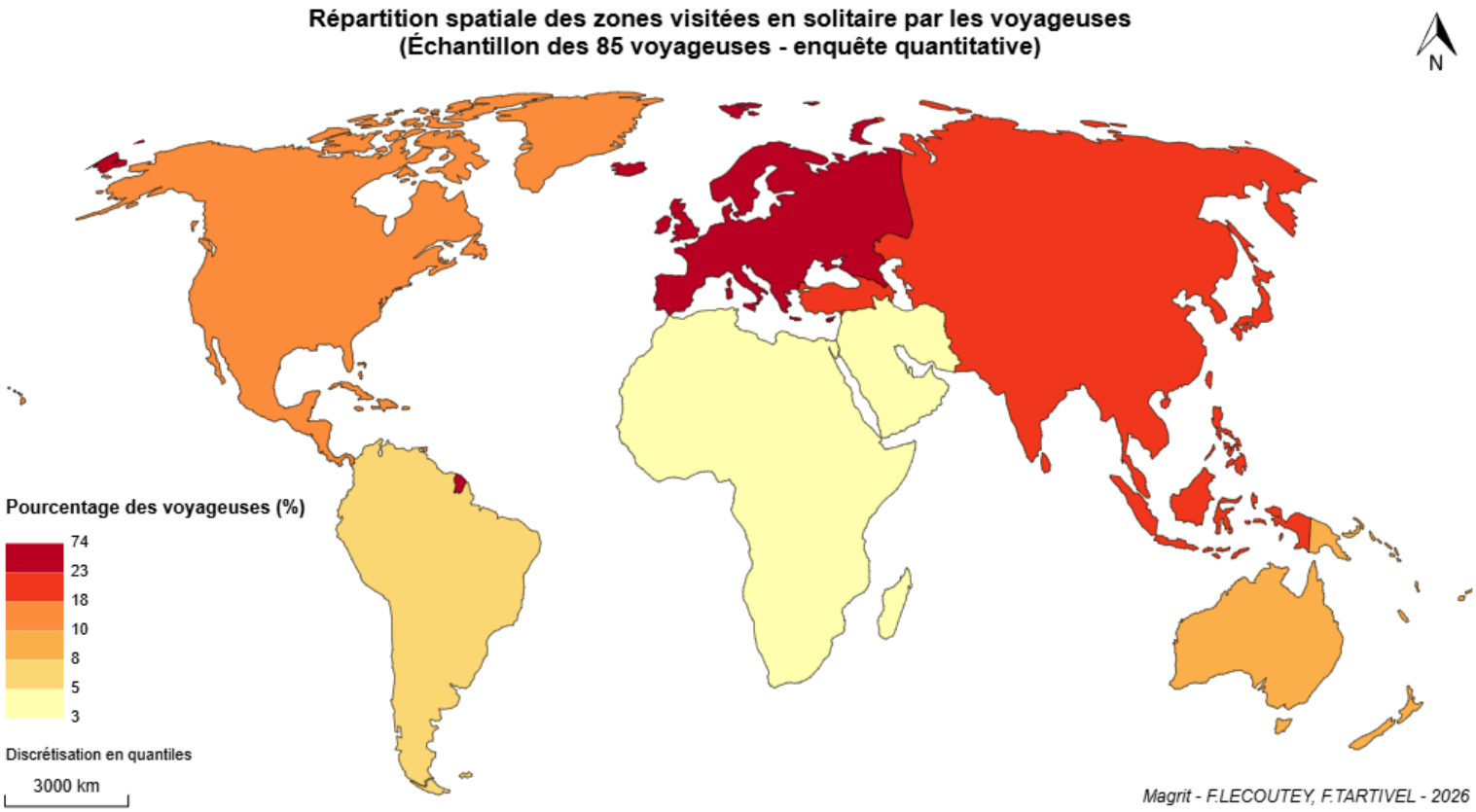
[7] **Polarisation** : « *La polarisation s'opère par concentration de moyens en des points de croissance dans l'espace où irradient ensemble des faisceaux d'échanges* » (Perroux, 1955)

[8] **L'espace Schengen** : « *L'espace Schengen est un espace de libre circulation sans contrôles aux frontières intérieures et avec une frontière extérieure commune (c'est-à-dire entre un pays membre de Schengen et un pays ne faisant pas partie de Schengen). Les conditions de franchissement des frontières diffèrent selon votre nationalité. Nous faisons un point sur la réglementation.*
Les pays membres de l'espace Schengen sont les suivants : Allemagne, Autriche, Belgique, Bulgarie, Croatie, Danemark, Espagne, Estonie, Finlande, France, Grèce, Hongrie, Islande, Italie, Lettonie, Liechtenstein, Lituanie, Luxembourg, Malte, Norvège, Pays-Bas, Pologne, Portugal, République tchèque, Roumanie, Slovaquie, Slovénie, Suède et Suisse. » (Service Public / Direction de l'information légale et administrative (Premier ministre), 2025)

associés à certaines régions du monde (lien avec l'analyse : c.f.4.2.1 - Facteurs liés au choix des destinations). En d'autres termes, certains choix peuvent représenter la manière dont les femmes voyageant en solitaire, perçoivent et interprètent les dangers liés à certains pays ou régions dans le cadre de la réalisation des pratiques touristiques. C'est une stratégie d'évitement du danger et des risques potentiels. Le voyage en solitaire peut devenir en ce sens révélateur des inégalités selon les destinations. Rester dans les pays proches des institutions et pratiques culturelles similaires à celles du pays de résidence permet aux femmes de s'assurer un sentiment familier et rassurant.

Carte 1 - Zones géographiques visitées en solitaire

(Échantillon : 85 voyageuses - enquête quantitative)



La carte a été réalisée avec le logiciel de cartographie Magrit. Le fond de carte provient du jeu de données du logiciel.

Nous avons choisi de réaliser une carte de type choroplèthe[9] afin de représenter la répartition spatiale des zones géographiques fréquentées par les voyageuses en solitaire ayant répondu à l'enquête quantitative. La question permettant plusieurs réponses, il est pertinent de noter que de nombreuses voyageuses cumulent des visites sur différents continents, ce qui traduit un rayon d'action dépassant largement le seul cadre européen.

Afin de rendre visibles les zones géographiques plus ou moins fréquentées par les voyageuses, nous avons choisi une discrétisation en quantiles[10], l'une des principales méthodes de discrétisation en cartographie thématique.

Cette méthode consiste à répartir les territoires en classes contenant chacune un nombre équivalent d'observations. Elle met ainsi en avant le classement relatif des territoires entre eux (ceux qui sont davantage fréquentés par rapport aux autres), plutôt que l'ampleur réelle des écarts de pourcentages.

En contrepartie, cela implique des intervalles de classe d'amplitude inégale, notamment lorsque les écarts statistiques sont importants, ce qui est particulièrement visible dans la dernière classe, qui s'étend de 23% à 74%. Dans notre cas, la plupart des classes correspondent à une valeur unique plutôt qu'à une étendue, ce qui limite en partie la perte d'information. Elle reste toutefois présente pour la dernière classe (23-74%), qui pourrait regrouper des territoires aux pourcentages très différents sous une seule et même couleur.
Le nombre de classes choisies, 6, est donc important : les données issues des réponses des voyageuses ne permettaient pas de regrouper certaines zones géographiques sans risquer de les fusionner sous une même couleur, alors qu'elles reflètent des réalités de fréquentation trop différentes.

Avec un échantillon de 85 voyageuses, les pourcentages reposent sur de petits effectifs par zone, ce qui peut accentuer l'effet de la discrétisation en quantiles sur des variations qui restent statistiquement fragiles.

---

[9] **Carte choroplèthe** : « *Les cartes choroplèthes permettent de représenter des données de ratios par plages de couleurs. Les données de rapports (de taux, d'intensités ou de ratios) sont des données quantitatives calculées à partir de données de stocks dont on fait le rapport ou dont on calcule le taux à partir d'un total. Elles expriment les caractéristiques des individus observés mais leur total n'a pas de signification concrète.* » (Magrit, Version 2.3.21)

[10] **Discrétisation en quantiles** : « *Cette méthode, parfois également décrite par le terme de "discrétisation en classes d'effectifs égaux" permet de former des classes qui possèdent toutes le même nombre d'individus.* » (Magrit, Version 2.3.21)

Cette carte donne une lecture spatiale du Tableau 5 et illustre la forte polarisation des pratiques de voyage en solitaire des Françaises en Europe. Un continent qui concentre à lui seul, 74,1% des voyageuses de l'échantillon, loin devant l'Asie, et l'Amérique du Nord. À l'inverse, l'Amérique du Sud, l'Afrique et le Moyen-Orient apparaissent comme des destinations plus marginales dans les pratiques déclarées.

Cette hiérarchie spatiale n'est pas anodine au regard du cadre théorique explicité en Partie 2 : elle traduit une logique de familiarité et de proximité culturelle dans le choix des destinations, cohérente avec l'hypothèse H1 selon laquelle la perception du risque oriente les voyageuses vers des espaces jugés « sûrs » ou culturellement proches. L'Europe cumule proximité géographique, familiarité linguistique et culturelle et image de sécurité à propos d'autres pays exclus situés hors de cette zone (lien avec l'analyse : c.f.4.2.1 - Facteurs liés au choix des destinations).

Il est toutefois essentiel de lire cette carte en miroir du taux d'inconfort par zone géographique (lien avec l'analyse c.f.4.3.3 - L'inconfort selon les zones géographiques) : la zone la plus visitée n'est pas celle où le sentiment d'insécurité est proportionnellement le plus faible. En effet, l'Europe affiche un taux d'inconfort de 63,5%, supérieur à celui de l'Asie (52,6%) ou de l'Océanie (50%).
Ce paradoxe nourrit la discussion des résultats (Partie 5) et permet de distinguer le risque anticipé (qui structure le choix de destination) du risque vécu (qui se manifeste indépendamment de la zone visitée). Une destination perçue comme sûre en amont du voyage, mais génératrice d'inconfort une fois sur place, dans une proportion comparable aux autres zones, peut expliquer ce paradoxe d'insécurité plus important dans une zone géographique davantage fréquentée et inversement. Une destination ou une zone géographique très fréquentée n'est pas forcément un lieu plus sûr.

4.2.1 - Les facteurs liés au choix des destinations

Afin d'évaluer l'importance des différents critères, les répondantes ont été invitées à classer les facteurs de choix d'une destination en fonction de l'influence qu'ils exercent sur leur décision. Pour ce faire, nous avons utilisé un outil : l'échelle de Likert. Le classement se fait de 1 à 5, 1/5 : facteur pas du tout important et 5/5 : facteur très important.
Deux facteurs dominent l'influence des choix des destinations dans le cadre des

voyages en solitaire que les femmes majeures françaises effectuent : « La sécurité pour les femmes » et « Les droits des femmes ».

La sécurité pour les femmes obtient la note moyenne la plus élevée de tous les facteurs (4,28/5) avec 81,2% de notes 4/5 ou 5/5 et affiche une médiane de 5, ce qui signifie que la moitié des répondantes lui attribuent la note maximale (51,8%). Aucune n'a attribué la note de 1/5 à ce facteur. Le respect des droits des femmes suit de près (4,07/5, soit 76,5% de notes hautes).

Les facteurs administratifs et territoriaux ont une importance intermédiaire : « Les conditions d'accès au territoire » (3,65/5) et « La simplicité des démarches administratives » (3,29/5) arrivent en deuxième plan. Les deux facteurs sont souvent associés dans les données des répondantes, ils rejoignent la facilité à entrer sur un territoire.

« Les normes vis-à-vis du territoire » et « Les réglementations sur le territoire » sont les facteurs qui influencent le choix des destinations. Ce sont les deux facteurs qui présentent une sélection plus homogène des notes de 1 à 5.

Tableau 6 - Scores moyens des facteurs d'influence

Échelle de Likert : 1 à 5

(Échantillon : 85 voyageuses - enquête quantitative)

Facteurs	Moyenne /5	Médiane	Score dominant
Sécurité pour les femmes	4,28	5	5 (51,8%)
Respect des droits des femmes	4,07	4	4 (38,8%)
Conditions d'accès au territoire	3,65	4	4 (34,1%)
Simplicité des démarches administratives	3,29	3	3 (32,9%)
Réglementations sur le territoire	3,13	3	4 (38,8%)
Normes vis-à-vis du territoire	3,09	3	3 (40%)

Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

L’analyse comparative des facteurs nous a permis de hiérarchiser les facteurs dans 3 groupes distincts.

Groupe 1 : « La sécurité pour les femmes » et « Les droits des femmes »
La sécurité constitue la première condition à travers laquelle les femmes de cet échantillon envisagent une destination.
La sécurité des femmes renvoie principalement aux risques physiques (agressions, liberté de circulation, sentiment de protection), tandis que le respect des droits des femmes s'inscrit dans un cadre plus normatif, incluant la protection juridique, l'égalité de traitement et l'absence de discriminations. Ces deux dimensions occupent ainsi une place centrale dans le choix des destinations.
Ces scores sont cohérents avec les témoignages qualitatifs recueillis. Plusieurs répondantes articulent clairement la relation entre droits des femmes, sécurité et choix de destination :

> *« Tout ce qui est relatif au droit des femmes : facilité d'esprit, charge mentale en moins, avoir les mêmes droits, ne pas se sentir de côté. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5)

> *« La sécurité et le droit des femmes sont des facteurs primordiaux lorsque l'on voyage seule. Il en va de notre vie. On doit se sentir respectée et hors de danger. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5)

> *« En voyageant en solitaire, la sécurité et le respect des droits des femmes sont les facteurs les plus importants pour moi afin de protéger mon intégrité et ma dignité. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5)

> *« Il serait irrationnel pour moi de voyager en tant que femme sans faire attention à la question de mes droits et de ma sécurité. Je ne veux pas passer un séjour entier à devoir rester constamment sur mes gardes. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5)

Ces témoignages qualitatifs montrent que les répondantes associent directement leur sentiment de sécurité au respect de leurs droits, ces deux dimensions étant perçues comme indissociables dans le cadre du voyage en solitaire.

Par ailleurs, certains pays sont mentionnés comme des destinations exclues (Inde, Pakistan, Iran), non en raison de leurs caractéristiques touristiques, mais en lien avec les perceptions relatives aux droits des femmes, qui diffèrent du pays de résidence. Cette exclusion de certains pays du champ des destinations envisageables tient moins à leurs caractéristiques touristiques qu'à la perception du statut des femmes.
Nous avons remarqué des similitudes entre les propos des voyageuses à l'égard de ces pays et la littérature.

> *« Je n'ai pas le souhait d'aller dans des pays où les femme est beaucoup trop objectifiée (Inde, Pakistan ...) ni dans les pays où je serai forcée de m'habiller d'une manière ou d'une autre, un pays où je n'aurai pas les mêmes droits que les hommes (Iran, ...). »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5)

> *« Cela dépend aussi de quels pays car la politique joue un rôle essentiel dans la vie des femmes (Pakistan, …) du a des conflits certes mais pas que lier à la guerre, c'est lié au fait que l'évolution de la femme est mal vu. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5)

> *« De manière générale, au-delà de la situation du droit des femmes, le respect des droits de l'homme est aussi un facteur important dans mes choix de destination (ex : j'ai toujours rêvé de découvrir l'Inde d'un point de vue historique et culturel mais au regard de la situation sociale du pays je ne me vois pas y aller). »*
> (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5)

En ce qui concerne les pays cités par les répondantes à plusieurs reprises, notamment dans les exemples ci-dessus, ce sont des destinations qui ont fait l'objet de constats par des auteurs.

Pour l'Inde, Thomas et Mura (2018) montrent que le pays est associé, dans l'imaginaire des voyageuses occidentales, à un niveau élevé de violences faites aux femmes : violences domestiques et sexuelles, relayées par les médias, ce qui donne une perception du pays qui n'est pas en adéquation avec son offre touristique réelle.
Yeoman (2023), cité dans Kumar, Rani, Rani, Rani (2024), confirme qu'une perception du risque plus élevée est corrélée à un évitement accru et volontaire de cette destination par les voyageuses.

Concernant l'Iran, Hosseini, Hall et Mohajer (2024), indiquent que le secteur touristique est marqué par l'influence d'une autorité suprême, dont les restrictions islamiques encadrent strictement la mobilité des femmes. Dans ce contexte, où les droits des femmes sont socialement restreints, les limitations observées s'expliquent surtout par des contraintes institutionnelles plutôt que par des choix personnels.

Le Pakistan illustre le même mécanisme de façon plus explicite : une étude parue dans le JASEM[11] rappelle que ce pays est classé 121ème sur 136 au "Travel and Tourism Competitive Index" (2019), un rang attribué en raison de la représentation des problèmes de sécurité et des avertissements émis par plusieurs gouvernements aux voyageurs, et non à la qualité de son offre touristique. (Arshad et al., 2018 et Yousaf & Li, 2015, cités dans Nazir, Mehmood, Yasin, Tat, Pervaiz, Majeed, 2021).

Ce phénomène de réticence à l'égard de certaines destinations illustre l'influence des normes sociales et politiques sur les représentations des pays et sur les pratiques touristiques effectuées durant le voyage.
Ces résultats font écho aux comportements qu'adoptent les femmes lors de leurs voyages et varient sensiblement selon la destination : les zones perçues comme sûres favorisent une exploration plus libre, tandis que les destinations jugées à risque génèrent une vigilance accrue dès la phase de planification. La sécurité n'est

[11] **JASEM** (Journal of Applied and Sustainable Educational Management) : "*The International Journal of Management Education provides a forum for scholarly reporting and discussion of developments in all aspects of teaching and learning in **business** and **management**. The Journal seeks reflective papers which bring together pedagogy and theories of **management learning** ; descriptions of innovative teaching which include critical reflection on implementation and outcomes will also be considered.*" (ScienceDirect)

donc pas seulement un critère de sélection de destination : elle conditionne la nature même de l'expérience touristique qui s'y déroule (Sürme, 2022).

Toutefois, les données montrent une limite à cette relation : certaines répondantes estiment que le cadre légal d'un pays et le respect des droits des femmes ne garantissent pas nécessairement un sentiment de sécurité lors du voyage :

> *« Pour la sécurité ou même le respect des femmes, nous ne pouvons pas réellement avoir le pouvoir dessus. Dans certains pays, notamment en Europe, le respect et les droits des femmes sont censés être respectés alors que c'est dans cette zone où je me suis sentie moins en sécurité. Contrairement en Afrique où on déconseille aux femmes de voyager en solitaire, je n'ai jamais ressenti un manque de sécurité. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Ces propos démontrent la capacité des femmes qui voyagent en solitaire à s'appuyer sur des expériences, relatives aux voyages, vécues, des situations auxquelles elles ont été confrontées, et pas sur des classements de pays à travers des thématiques spécifiques, pour choisir leur destination.

Groupe 2 : « Simplicité des démarches administratives » et « Conditions d'accès au territoire ».
Les démarches administratives et les conditions d'accès sont également très liées, en effet, elles renvoient toutes deux aux contraintes pratiques d'entrée sur un territoire (autorisations, formalités, …).
En revanche, ce rapport aux contraintes administratives est cependant nuancé par l'expérience : les voyageuses les plus régulières semblent avoir développé une tolérance aux obstacles administratifs, ayant intégré la complexité administrative comme un facteur à anticiper et à gérer, tandis que les voyageuses occasionnelles l'appréhendent davantage comme un facteur contraignant.
Ce rapport nuancé aux contraintes administratives selon le niveau d'expérience est documenté dans la littérature : les facteurs d'insatisfaction des voyageurs solitaires incluent les difficultés d'adaptation et les problèmes pratiques liés à l'organisation, davantage ressentis par les voyageurs peu expérimentés. L'habituation à ces

contraintes semble donc constituer une compétence qui s'acquiert progressivement (Bianchi, 2016).
L'influence de ces facteurs peut être surmontée si l'envie et la volonté de découvrir est forte, mais constitue des méfiances qui réduisent l'attractivité vers certaines destinations, particulièrement pour les voyageuses inexpérimentées.

> *« C'est juste la proximité et la facilité administrative qui m'a motivé à choisir ces destinations. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Démarches : 4/5, Accès : 5/5)

> « *J'avoue que je ne cherche pas une destination en fonction des règles et de la sécurité pour les femmes, mais plus en fonction de l'administratif. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Démarches : 4/5, Accès : 4/5)

> *« Quand je choisis une destination, je fais surtout attention à mon itinéraire que je vais suivre et aux conditions d'entrée/sortie. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Démarches : 5/5, Accès : 5/5)

Une nuance à ces deux groupes (1 et 2) ressort des entretiens semi-directifs.
L.A (23 ans, étudiante, 2 road trips de 6 mois en Amérique latine et en Asie du Sud-Est) illustre de manière concrète la variabilité des conditions d'accès selon les destinations. Son expérience fait apparaître des écarts considérables d'un pays à l'autre :

> *« Visa gratuit et automatique en Thaïlande »*

> *« En Indonésie, les règles changeaient d'une semaine à l'autre »* - Un VISA annoncé renouvelable en ligne a finalement nécessité un déplacement physique au bureau de l'immigration.

Ces imprévisibilités ne sont pas seulement un désagrément pratique, elles génèrent une méfiance durable envers les sources d'information officielles, que la voyageuse peut ne plus considérer comme étant « fiables ».

M.A (27 ans, voyage 2 fois par an et les week-ends) apporte une perspective complémentaire : elle intègre les conditions d'accès dans une logique de sécurité et de praticité globale comme des aspects logistiques anticipés plutôt que comme une variable administrative isolée.

> *« Je regarde les avis des hébergements, les quartiers recommandés et les moyens de transport disponibles. »*

Cette relation entre démarches d'accès aux territoires et stratégies sécuritaires émerge dans les entretiens comme une réalité vécue par des voyageuses. Nous supposons que la plupart des facteurs sont analysés de manière indépendante dans les enquêtes quantitatives avant d'être comparés. Cependant, nous estimons l'importance de les mesurer et de les comparer, le discours de certaines des enquêtées révèle que ces deux dimensions ne fonctionnent pas de manière indépendante dans l'expérience du voyage. Les difficultés rencontrées dans l'accès à un territoire (obtention d'un VISA, justificatifs exigés, restrictions imposées) informent la manière dont les voyageuses anticipent et construisent leurs stratégies de sécurité une fois sur place. En d'autres termes, une procédure d'entrée perçue comme contraignante est fréquemment interprétée comme un signal du degré de vigilance à adopter dans le pays visité, et vient impacter et provoquer un travail de préparation (réseau de transports), en amont du départ, qui provoque déjà une gestion de risque.

Ces constats que nous avons faits nous ont invitées à ne pas lire la hiérarchie des facteurs de manière trop mécanique. Un score de 3,65/5 pour les conditions d'accès contre 4,28/5 pour la sécurité ne signifie pas que ces deux dimensions soient toujours perçues séparément. Dans les entretiens, elles apparaissent souvent liées : une destination dont les démarches administratives sont instables et compliquées à entreprendre est aussi perçue comme moins sûre. En effet, l'imprévisibilité des règles renvoie à une imprévisibilité plus large du territoire. La complexité administrative fonctionne ainsi, pour certaines voyageuses, comme un indicateur indirect de risque global.

Groupe 3 : « Les normes vis-à-vis d'un territoire» et « Réglementations sur le territoire ».
Ces deux facteurs sont pris en compte, mais ne constituent pas des critères

éliminatoires pour la majorité des répondantes. Ils sont davantage intégrés comme des facteurs à gérer sur place que comme des obstacles à l'entrée.
Les voyageuses françaises font une distinction entre 2 types de risques : le risque genré (être agressée, harcelée, discriminée, … en tant que femme) et le risque procédural (se voir refuser l'entrée, ne pas comprendre les réglementations, …). Le premier est perçu comme « systémique et difficile à contourner » alors le second est perçu comme « gérable et temporaire ».
Plusieurs répondantes précisent qu'elles s'adaptent aux réglementations et qu'elles ne les sélectionnent que comme un critère de choix. Elles indiquent que les réglementations s'appliquent à tous les voyageurs, elles ne ciblent pas spécifiquement les femmes, et dans leur expérience, elles n'ont jamais constitué un obstacle insurmontable.

> *« En ce qui concerne les réglementations, on sait tous que chaque pays a des lois et des règles à suivre. Je n'ai jamais été bloquée par cela jusqu'à me sentir pas à ma place. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

En revanche, les normes sociales, qui ne sont pas forcément écrites, transmises par les usages et les comportements des locaux, sont perçues différemment. Elles ne sont pas forcément perçues comme un obstacle au voyage mais plutôt comme une réalité à comprendre et respecter dans le cadre d'un voyage sur un autre territoire. Le rapport aux normes vestimentaires est l'exemple le plus fréquemment cité :

> *« J'ai adapté ma tenue au lieu que je visitais (davantage couverte dans les lieux de culte par exemple), j'ai aussi adapté ma façon d'agir dans certains lieux. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« Pour une femme les normes des deux pays étaient assez libres, enfin mes droits en temps que femme n'étaient pas réduits (par rapport à si j'avais été un homme) mais en temps qu'humain oui mes droits étaient réduits par rapport à la France. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

A travers les constats de certaines répondantes, nous pouvons distinguer les normes de genre (qui affectent les femmes de manière spécifique) et les normes générales (qui s'appliquent à tous les étrangers).

Nous avons également constaté que certaines voyageuses accordent une importance très similaire à tous ces facteurs.

> *« La sécurité et le respect des droits des femmes sont prioritaires dans mon choix de destination. J'accorde aussi de l'importance à la simplicité des démarches administratives, aux conditions d'accès, ainsi qu'aux normes et réglementations locales, pour voyager sereinement et sans contraintes en tant que femme seule. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5, Démarches : 4/5, Accès : 4/5, Normes : 4/5, Réglementation : 4/5)

> *« La sécurité est un facteur extrêmement important pour moi, je n'ai pas envie d'avoir peur si je voyage en solo. Le respect des droits des femmes est un peu lié parce que je veux également me sentir assez libre. Le reste est important pour préparer un voyage et la facilité de cette préparation. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 5/5, Démarches : 4/5, Accès : 4/5, Normes : 4/5, Réglementation : 4/5)

> *« C'est important que la paperasse et l'accès soit facilité, mais savoir comment les gens se comportent envers les femmes dans ce pays en règle générale est extrêmement important. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026) - (Sécurité : 5/5, Droits : 4/5, Démarches: 4/5, Accès : 4/5, Normes : 5/5, Réglementation : 4/5)

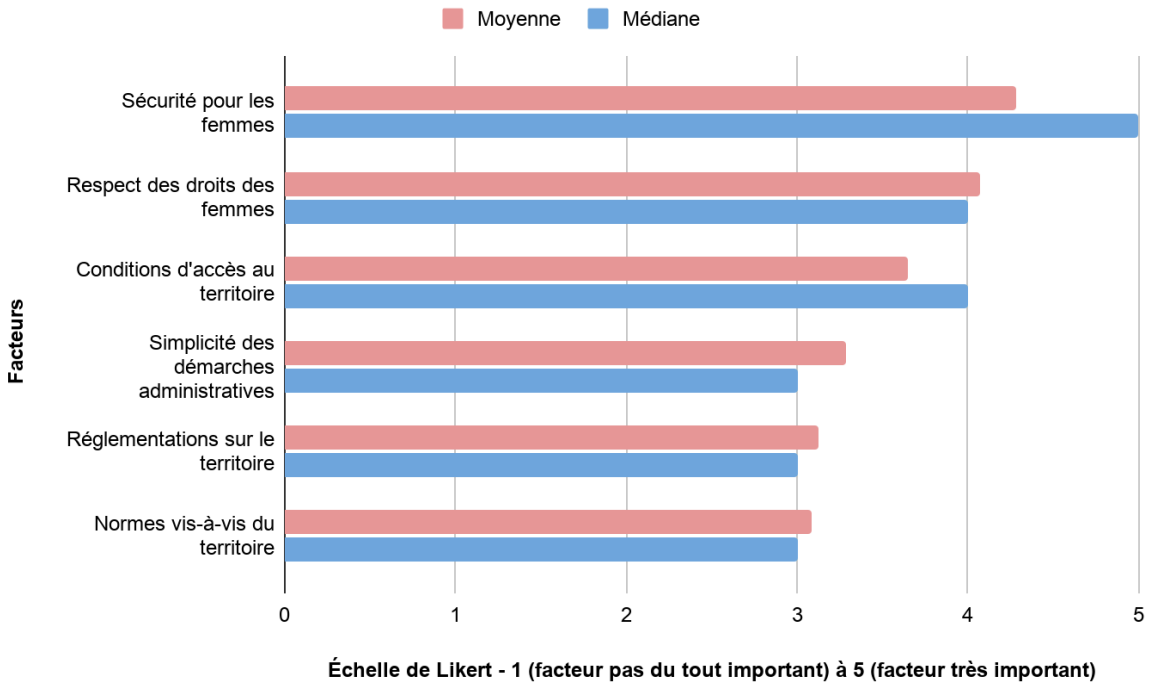
> *« La facilité des démarches : car j'ai peur de rencontrer des difficultés pour sortir de la destination de voyage. La sécurité et le respect des droits des femmes : je choisis des destinations où il y a peu de criminalité, tous crimes confondus, afin de limiter les risques. »* (Répondante anonyme -

enquête quantitative, 2026) - Sécurité : 5/5, Droits : 4/5, Démarches : 4/5, Accès : 5/5, Normes : 4/5, Réglementation : 4/5)

Cette homogénéité des scores peut s'expliquer par le fait que les voyageuses concernées adoptent une vision globale de leur expérience de voyage. La sécurité, les droits des femmes, les démarches administratives, les conditions d'accès ainsi que les normes et réglementations locales sont ainsi perçus comme un ensemble cohérent de facteurs de faisabilité du voyage. Cette logique peut se traduire par une expérience développée du voyage en solitaire.

Graphique 2 - Facteurs d'influence liés aux choix des destinations

(Échantillon : 85 voyageuses - enquête quantitative)



Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

Le graphique ci-dessous est un diagramme en barres horizontales groupées, comparant 2 indicateurs statistiques (moyenne et médiane) pour 6 facteurs, sur une échelle de Likert de 0 à 5. Il permet une lecture synthétique des résultats. La superposition des 2 indicateurs fait apparaître un ordre de grandeur cohérent d'un facteur à l'autre : l'écart entre moyenne et médiane se resserre à mesure que l'on

descend dans le classement, ce qui traduit une concentration croissante des avis des répondantes sur les facteurs jugés moins déterminants.
Le graphique fait apparaître visuellement les 3 groupes distingués dans l'analyse : le Groupe 1 (sécurité, droits des femmes) se détache par des moyennes et médianes élevées, tandis que les Groupes 2 et 3 forment un second ensemble plus rapproché, où moyenne et médiane convergent davantage, ce qui traduit l'homogénéité des réponses déjà observée pour les normes et réglementations. La superposition des 2 indicateurs illustre la rupture entre les groupes.

4.2.2 - Les adaptations des pratiques touristiques

Suite aux données collectées de l'enquête quantitative, les pratiques touristiques déclarées par les 85 voyageuses nous renseignent sur les motivations guidant le voyage et, indirectement, sur les contraintes qui peuvent impacter leur réalisation. Dans l'enquête, nous avons permis aux répondantes de sélectionner les pratiques réalisées parmi les suivantes : la découverte, le shopping, la sociabilité et le repos. Nous y avons également ajouté le sport et les jeux.
Les choix proposés pour les pratiques touristiques reposent sur leur caractère pionnier dans l'histoire du tourisme. Ces pratiques apparues dès les origines du voyage moderne en Occident (Le Grand Tour, les stations thermales, les voyages organisés) ont défini les motivations fondamentales des touristes et incarné les destinations. Leur importance dans les pratiques touristiques actuelles en fait un cadre d'analyse particulièrement pertinent pour mieux comprendre les pratiques des femmes qui voyagent en solitaire.

Parmi les items proposés (réponses multiples), la découverte du patrimoine culturel arrive en tête avec 79 mentions (92,9%), suivie de la découverte du patrimoine naturel (76 mentions, soit 89,4%). Ces deux pratiques, orientées vers la découverte et l'apprentissage, constituent le socle commun du voyage solo féminin tel que nos répondantes le conçoivent.

Ensuite, la sociabilité a été mentionnée 47 fois, ce qui souligne que le voyage « en solitaire » ne signifie pas un voyage dans l'isolement, mais un voyage initié seule, souvent accompagné de rencontres sur place. La place de la sociabilité parmi les pratiques déclarées est importante : plusieurs répondantes précisent que la

rencontre avec d'autres voyageurs ou des locaux constitue à la fois une motivation du voyage solo et une stratégie de sécurité. Partir seule, c'est créer les conditions de sa propre sociabilité, sans être dépendante d'un groupe préexistant, tout en cherchant rapidement à ne plus être seule sur le terrain.

Parmi les items proposés, ceux qui rencontrent moins de succès sont « le shopping » qui a été mentionné 41 fois, suivi de près par « le repos » qui a été mentionné 40 fois par les répondantes. Ces deux pratiques touristiques peuvent être facilement associées dans l'imaginaire de chacune et s'inscrivent dans cette volonté de prendre du temps pour soi, il y a une vraie recherche du bien-être. Enfin, les jeux et sports qui n'ont été mentionnés que 21 fois et représentent l'item pour lequel les répondantes ont visiblement le moins d'intérêt.

En conclusion, nos répondantes estiment que le voyage en solitaire est un tout, une expérience à part entière composée de plein de pratiques différentes, mais les plus importantes selon elles restent la découverte des patrimoines culturels et naturels. Elles voient le voyage en solitaire comme une opportunité de découvrir de nouvelles cultures, de s'ouvrir à la nouveauté…

L'une des questions centrales de cette recherche concerne l'impact des normes et des contextes territoriaux sur les pratiques touristiques réalisées par les voyageuses. 34 répondantes sur 85, soit 40%, déclarent avoir déjà modifié leurs pratiques touristiques en fonction de la culture d'un territoire lors d'un voyage en solitaire. Ce résultat montre que l'adaptation aux caractéristiques du territoire concerne une part importante des voyageuses interrogées.

Les réponses ont permis d'identifier 3 grandes catégories d'adaptations déclarées par les voyageuses : les adaptations vestimentaires, les modifications de mobilité et les adaptations aux normes et pratiques culturelles locales. Certaines sont directement liées aux normes culturelles du territoire, tandis que d'autres correspondent davantage à une adaptation au contexte local et au niveau de risque perçu.

Les adaptations vestimentaires

L'adaptation vestimentaire constitue la modification des pratiques touristiques la plus fréquemment mentionnée par les interrogées. Elle peut prendre différentes formes : se couvrir pour entrer dans des lieux de culte, adopter une tenue plus discrète dans certains contextes culturels ou, au contraire, s'autoriser une plus grande liberté vestimentaire dans certains pays perçus comme plus ouverts. Ce rapport au corps et à sa mise en visibilité traverse une grande partie des témoignages et semble concerner tous les types de profils et d'expériences des interrogés.

> *« La façon de m'habiller car les normes vestimentaires des femmes ne sont pas les mêmes d'un pays à l'autre. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« Respect de la religion/des coutumes, ne pas montrer certaines parties du corps par exemple (épaules dénudées). »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Ces témoignages montrent que le vêtement peut constituer un moyen simple et immédiat de s'adapter aux normes sociales et religieuses du pays visité. Il ne répond pas uniquement à des exigences réglementaires, comme l'accès à certains lieux de culte, mais également à une volonté de respecter les usages locaux et d'éviter d'attirer l'attention. À l'inverse, certaines répondantes évoquent une plus grande liberté vestimentaire dans des destinations perçues comme plus permissives. L'adaptation vestimentaire apparaît ainsi comme une pratique dynamique et évolutive, qui varie selon le contexte culturel et les représentations que les voyageuses se font des attentes sociales du pays visité.

Les modifications de mobilité et d'autonomie

Plusieurs voyageuses décrivent des changements dans leurs habitudes de déplacement : préférer le taxi à la marche à pied lorsqu'il fait nuit, éviter certains transports en commun à certains moments de la journée, ne pas sortir après une certaine heure, ...

> *« En Colombie j'évitais de sortir seule lorsqu'il faisait nuit, et au lieu de prendre le bus public pour rejoindre mon hôtel le soir, je prenais un*

Uber. La nuit tombe à 18h là bas. » (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

« Je ne suis jamais sortie seule le soir. Je suis sortie quand j'étais accompagnée de personnes rencontrées sur place mais jamais seule. » (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Ces ajustements traduisent une gestion permanente du risque perçu, une contrainte supplémentaire ajoutée aux voyageuses. Les voyageuses ne renoncent pas nécessairement à leurs déplacements, mais modifient leurs horaires, leurs itinéraires ou leurs moyens de transport afin de renforcer leur sentiment de sécurité. Ces stratégies révèlent que la liberté de circulation demeure conditionnée par la perception de l'environnement, notamment lorsque celui-ci est jugé moins sécurisant. Elles illustrent ainsi l'influence des représentations du risque sur les pratiques touristiques.

Les adaptations ne concernent toutefois pas uniquement les modalités concrètes de déplacement. Certaines voyageuses cherchent également à limiter les signes susceptibles de révéler leur vulnérabilité perçue dans l'espace public. Ne pas paraître hésitante, éviter de consulter son téléphone de manière trop visible ou adopter une attitude assurée participent ainsi à une même logique de gestion du risque perçu. La mobilité en solitaire implique donc non seulement de choisir où, quand et comment se déplacer, mais également de maîtriser la manière dont sa présence est perçue par autrui.

« Mon attitude est différente, j'essaie de me renseigner en amont pour me comporter un maximum comme une locale et non comme une touriste pour ne pas attirer l'attention. Ne pas montrer que j'hésite quant à la direction à prendre et trop regarder mon téléphone, éviter de me montrer vulnérable. » (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Pour faire le lien avec les entretiens semi-directifs, certaines adaptations comportementales peuvent prendre des formes très différentes selon les voyageuses.

L.A (23 ans, étudiante, 2 road trips de 6 mois en Amérique latine et en Asie du Sud-Est) explique l'adaptation de ses comportements selon les zones : en Asie du Sud-Est, elle ne ressent « jamais aucun risque lié à son statut de femme », tandis qu'en Amérique latine : Mexique et Colombie, elle a développé une vigilance différenciée en fonction des quartiers et des horaires. Son expérience à Mexico City en est un exemple concret : un hébergement réservé en urgence l'a placée dans un quartier dangereux, où les chauffeurs Uber refusaient de la déposer. Elle s'est retrouvée à devoir trouver d'autres solutions pour rentrer, sans avoir été informée de ce risque avant d'arriver. Cette situation révèle une vulnérabilité liée au contexte du déplacement et un manque d'information préalable sur la géographie du danger.

Si l'expérience de L.A. montre que l'adaptation des comportements varie selon les territoires fréquentés, le témoignage du duo E. et É. permet d'introduire une autre dimension : celle de la configuration du voyage et de la présence ou non d'un entourage masculin.
Le duo E. et É. (24 ans, travel planners et voyages fréquents) apporte une nuance importante : voyager en binôme de femmes ne supprime pas les adaptations comportementales, mais en modifie l'intensité. E. observe que la présence masculine dans leur entourage mexicain change leur expérience de l'espace public : « Quand on voyage avec nos copains mexicains ou sans eux, on voit très bien la différence ». Nous en déduisons que ce n'est pas uniquement le fait d'être seule, mais le fait d'être une femme sans présence masculine, qui peut contribuer à un sentiment de vulnérabilité plus important et à des comportements d'approche non consentis de la part de tiers. Ce constat croise les données quantitatives : les 40% de voyageuses ayant modifié leurs pratiques ne voyageaient pas toutes seules au sens strict (participation à des activités en groupe sur place, hébergements communs, …), ce qui montre que les adaptations observées ne dépendent pas uniquement du fait de voyager seule, mais également du fait d'être une femme dans un environnement donné.

Ces différentes adaptations apparaissent plus marquées dans les destinations présentant davantage de risques perçus par les voyageuses. Cette perception repose avant tout sur l'appréciation personnelle des voyageuses, alimentée par leurs expériences, les conseils reçus ou encore les représentations médiatiques de

certains territoires. Les comportements observés ne traduisent donc pas nécessairement une insécurité objective, mais plutôt une adaptation à un risque perçu, qui conduit les voyageuses à ajuster leurs déplacements et leur comportement dans l'espace public.

Les adaptations aux normes culturelles

Les normes culturelles, qui se manifestent à travers l'ensemble des règles, des valeurs, des comportements et des attentes partagés au sein d'une société, conduisent souvent les voyageuses à adapter leurs pratiques. Ces adaptations peuvent concerner de nombreuses pratiques pendant le séjour, telles que les visites de sites religieux, les pratiques alimentaires, les formules de politesse, les horaires d'ouverture des lieux publics, ... Les voyageuses modifient ainsi leur comportement et, dans certains cas, leur programme afin de respecter les usages et les rythmes culturels locaux, de favoriser les interactions avec la population et de limiter les situations d'incompréhension ou d'inconfort.

> *« J'ai adapté mes repas quand j'ai visité un pays musulman en plein ramadan [...] Je trouve que c'est important de respecter la culture quand on est au courant de certaines pratiques. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« Lors de mon voyage en Espagne, j'ai dû m'adapter aux horaires. En effet, les Espagnols sont souvent absents dans l'après-midi donc beaucoup de lieux touristiques et magasins sont fermés. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Ces témoignages montrent que les adaptations aux normes culturelles ne sont pas uniquement liées à des contraintes imposées aux voyageuses, mais peuvent également relever d'une volonté de respecter les pratiques et les rythmes du territoire visité. Elles peuvent ainsi conduire à modifier certaines habitudes quotidiennes, comme l'alimentation ou les horaires, mais aussi à ajuster le programme du séjour afin de s'intégrer temporairement aux usages locaux. Ces adaptations témoignent ainsi d'une volonté de concilier les pratiques touristiques avec les normes culturelles du territoire d'accueil.

A l’inverse de ces situations d’adaptation, 60% des voyageuses déclarent ne pas avoir modifié leurs pratiques. Ce chiffre doit être interprété avec nuance : pour une partie d’entre elles, cette absence d’adaptation peut notamment être mise en relation avec le fait d’avoir principalement voyagé en Europe (74,1% des voyageuses ayant voyagé en Europe). En effet, la proximité des normes culturelles entre la France et la plupart des pays européens facilite généralement l'adaptation des voyageuses à ces destinations.

4.2.3 - Les inégalités des expériences selon les zones géographiques

Dans la continuité de la modification des pratiques touristiques par certaines femmes qui voyagent en solitaire, certaines d’entre elles refusent d’aller dans certaines zones géographiques et quartiers.
La mise en relation des zones visitées avec les modifications de pratiques et les activités évitées permet de dessiner une géographie différenciée de l'adaptation féminine au voyage.

Pour les 34 voyageuses ayant modifié leurs pratiques touristiques lors d’un voyage, l'Europe est la zone la plus représentée (26 mentions), ce qui s'explique par la dominance des séjours européens dans l'échantillon. En termes de proportions, les voyages en Asie, en Amérique du Sud et en Afrique donnent lieu à davantage de modifications des pratiques des voyageuses. Bien que ces régions soient moins représentées dans l’échantillon (19 voyageuses pour l’Asie, 6 pour l’Amérique et 4 pour l’Afrique), elles concentrent un nombre plus élevé d’adaptations par personne (10/19 mentions pour l’Asie, 4/4 pour l’Amérique du Sud et 2/4 pour l’Afrique), ce qui suggère une intensité d’adaptation plus importante hors d’Europe.
Cette inégalité géographique des expériences s'explique par plusieurs facteurs. D'abord, la distance culturelle : plus les normes du pays visité s'éloignent des normes françaises, plus les voyageuses doivent adapter leurs comportements. Ensuite, la visibilité : dans certaines zones, les femmes françaises (perçues comme européennes) sont identifiées comme étrangères et suscitent des formes d'attention qui les rendent plus vulnérables. Enfin, les infrastructures jouent un rôle important dans l’expérience du voyage en solitaire. La présence des femmes dans l’espace public ou encore la sécurité des transports en commun constituent des éléments

importants dans le choix de la destination et dans la manière d'appréhender l'environnement du voyage. Ces caractéristiques influencent directement les pratiques touristiques des voyageuses, ainsi que leur sentiment de sécurité et leur autonomie au sein de la destination.

4.3 - Les sentiments d'inconfort et de danger : contraintes et difficultés de voyage

4.3.1 - La vigilance : le facteur d'inconfort

L'un des résultats les plus importants de cette recherche est la mise en évidence d'un état de vigilance[12] permanent et accru qui caractérise le voyage des femmes seules, indépendamment de la destination visitée. La vigilance désigne ici un état de surveillance cognitive accrue de l'environnement, mobilisée pour anticiper et prévenir tous risques éventuels. Elle se manifeste dans les témoignages par une série de comportements préventifs qui structurent l'expérience quotidienne du voyage.

Ces comportements incluent : éviter de sortir seule la nuit, surveiller les alentours en permanence, rentrer à l'hébergement avant la tombée de la nuit, choisir ses itinéraires en fonction de leur fréquentation, préférer les espaces publics animés aux ruelles désertes, ne pas révéler qu'on voyage seule, tenir son téléphone prêt à appeler à l'aide.

> *« J'étais souvent sur le qui vive pour surveiller les alentours, surtout le soir. J'essayais de rentrer à mon auberge avant la nuit donc cet inconfort m'a empêché de voir les villes de nuit. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« Malheureusement, ce n'est même pas à cause du voyage en lui-même mais plus à cause de l'insécurité que nous subissons en tant que femme au quotidien... à cause de ça, j'évite de rester dehors après la nuit ou je fais attention aux quartiers/rues que j'emprunte, le fait d'être en hypervigilance constamment rajoute une charge mentale constante. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

[12] **Vigilance** : « *Capacité plus ou moins grande de l'organisme à réagir, notamment à des modifications de son environnement.* » (Dictionnaire de l'Académie française, 2024)

Ces témoignages reflètent une continuité entre l'insécurité ressentie au quotidien en France et celle du voyage. Cette vigilance accrue n'est pas une réaction circonstancielle à une destination particulièrement dangereuse, c'est une disposition cognitive socialement construite que les femmes ont intériorisée comme condition de leur déplacement, quelle que soit la destination.
Cette réalité a des implications directes sur le fait de « voyager librement » pour une femme. Plusieurs répondantes notent explicitement les contraintes que cette vigilance provoque sur leurs activités :

> *« La peur, peur de sortir de nuit parce qu'on veut éviter de se faire agresser, peur dans des bars et des boîtes de nuit quand des individus sont venus me parler. On a l'impression que personne ne pourra nous aider s'il nous arrive quelque chose. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« Se sentir impuissante face à certaines situations car on se sent vulnérable, car on fait davantage harceler dans la rue quand on est seule (catcall, se faire suivre,...), ce qui développe une hypervigilance. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Cette vigilance accrue des femmes qui voyagent en solitaire réduit la diversité des expériences possibles (pas de sorties nocturnes, évitement de certains quartiers, renonciation à des activités solitaires, …), augmente la charge mentale durant le voyage et peut transformer une expérience enrichissante en une expérience épuisante liée à la nécessité de gérer le risque de façon constante.

Le croisement des entretiens semi-directifs avec les données quantitatives permet d'identifier 2 types de vigilance, selon le niveau d'expérience des voyageuses.

Pour les voyageuses peu expérimentées, la vigilance prend une forme « paralysante » : elle précède le voyage sous la forme de représentations anxieuses, puis se déploie sur le territoire comme un état de surveillance permanent qui réduit la variété des pratiques. Ce constat correspond aux 52,9% de voyageuses du questionnaire ayant voyagé seulement 1 ou 2 fois dans leur vie.

Pour les voyageuses expérimentées : L.A, O.K et E.I, elles adaptent la vigilance en fonction de la situation et de leurs émotions qu'elles ont appris à gérer. Elles ont développé une capacité à distinguer les signaux d'alerte réels lorsqu'il est nécessaire, grâce aux expériences.

> O.K (30 ans, voyages longs et fréquents en Asie du Sud-Est et au Moyen-Orient) formule explicitement : *« Ces moments de doute m'ont énormément renforcée et m'ont aidée à développer un comportement de protection selon les situations. Je sais que maintenant quand il y a des hommes qui me draguent un peu lourdement, j'arrive à les rembarrer. »*

L.A (23 ans, étudiante, 2 road trips de 6 mois en Amérique latine et en Asie du Sud-Est) affirme que le niveau de risque *« dépend beaucoup des villes »* en Amérique latine. Nous en déduisons que c'est un sentiment que seule l'expérience sur le terrain permet de développer.

L.A (23 ans, étudiante, 2 road trips de 6 mois en Amérique latine et en Asie du Sud-Est) et O.K (30 ans, voyages longs et fréquents en Asie du Sud-Est et au Moyen-Orient) ont toutes les deux déclaré ne ressentir aucun sentiment d'insécurité, ou seulement une vigilance face aux situations étranges.
À l'inverse, M.A (27 ans, voyage 2 fois par an et les week-ends), ses voyages sont moins fréquents dans des zones géographiquement variées (incluant l'Égypte), déclare avoir ressenti un inconfort dans les grandes villes et les transports au Mexique et en Égypte, ce qui correspond précisément aux contextes que les voyageuses peu expérimentées décrivent comme étant anxiogènes.

Cette distinction entre la vigilance adoptée par les voyageuses débutantes et celle des voyageuses expérimentées enrichit le résultat des données quantitatives. Ce que les données montrent comme un facteur influençant la diversité des expériences possibles correspond en réalité à un sentiment évolutif, qui peut progressivement devenir une situation gérée et maîtrisée. Cette nuance est absente du questionnaire mais importante à comprendre dans l'analyse des conditions dans lesquelles la liberté de voyager solo se construit progressivement.

Nous en déduisons également que la vigilance n'est pas seulement une réaction liée à un danger ou une situation d'inconfort, mais elle est aussi influencée par une socialisation[13] qui apprend aux femmes à être prudentes dans l'espace public. Cette vigilance peut ainsi devenir un réflexe, parfois présent même lorsqu'aucun danger précis n'est identifié. Elle peut se traduire par une attention particulière portée à l'environnement, aux personnes présentes autour de soi ou encore à certains moments et lieux considérés comme risqués. Dans le cadre du voyage en solitaire, ces comportements peuvent alors être renforcés par le fait que la voyageuse ne peut pas compter sur la présence d'un/d'une accompagnateur/trice.

4.3.2 - La nature des situations d'insécurité

Le résultat le plus important de cette enquête est la fréquence des situations d'inconfort ou de danger liées au statut de femme seule. Sur les 85 voyageuses, 51, soit 60%, déclarent avoir ressenti un inconfort ou un danger lié au statut de « femme » lors de leurs voyages. Autrement dit, 3 voyageuses sur 5 ont vécu au moins une situation perçue comme menaçante ou inconfortable, du fait d'être une femme se déplaçant seule. Ces expériences se retrouvent chez des voyageuses aux profils très variés, malgré les efforts d'adaptation importants qu'elles mettent en place dans les pays qu'elles visitent.

Tableau 7 - Sentiment d'inconfort ou de danger lié au statut de femme seule

(Échantillon : 85 voyageuses - enquête quantitative)

Réponse	Effectif	Pourcentage
Oui - ressenti inconfort / danger	51	60%
Non - pas ressenti inconfort / danger	34	40%

Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

Ces résultats sont significatifs, par ailleurs, 74,1% des voyageuses n'ont voyagé qu'en Europe, une zone géographique généralement perçue comme sûre. Le fait que 60% des voyageuses aient ressenti un inconfort malgré la concentration des

[13] **Socialisation** : « *La socialisation désigne les mécanismes de transmission de la culture ainsi que la manière dont les individus reçoivent cette transmission et intériorisent les valeurs, les normes et les rôles qui régissent le fonctionnement de la vie sociale.* » (OpenEditions Journals, 1992)

voyages sur des destinations jugées relativement sécurisées révèle que l'insécurité vécue par les femmes ne se limite pas à certaines régions du monde : elle peut être présente dans toutes les destinations.

L'analyse des 51 descriptions de situations d'inconfort ou de danger nous a permis de séparer différentes formes d'insécurité vécues par les voyageuses. 3 catégories principales émergent :

Catégorie 1 - « Le harcèlement de rue »
C'est la forme la plus fréquemment mentionnée. Les regards insistants, les sifflements, les interpellations, les commentaires sur l'apparence physique, sont les types de harcèlements de rue rappelés par les voyageuses lors de leurs expériences en solitaire.

> *« Individus qui fixent de façon insistante, se faire suivre dans la rue voire accoster, se faire coller en boite, ou être seule dans un transport. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« Regards malveillants, sifflements, remarques déplacées : je suis blonde aux yeux bleus donc à part dans les pays nordiques, je ne me fonds pas dans la masse. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Catégorie 2 - « La surveillance » (suivre dans la rue, surveiller les logements)
Plusieurs voyageuses décrivent des situations de poursuite dans la rue ou dans les transports.

> *« Des abordables insistants et plus fréquents d'inconnus, être suivie dans la rue, être espionnée dans un logement, qu'on veuille faire des choses à ma place par force, qu'on veuille me forcer à prendre un véhicule ou à payer beaucoup plus pour le transport. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« Un jour à Nagoya, quelqu'un a tenté de me suivre dans le métro, je suis sortie du wagon juste avant que les portes ne se ferment pour ne pas qu'il ne sache vers où j'habitais. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« Je voyageais en fourgon à travers l'Europe et me suis arrêtée sur un parking à Genève pour la nuit. J'ai été réveillée à 3h du matin par le bruit de 3 ou 4 individus qui tournaient autour du fourgon. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Catégorie 3 - « Le sentiment d'insécurité »

Un nombre important de témoignages décrivent des sentiments d'inconfort qui se traduisent en un état d'inquiétude et de vigilance permanente, une sécurité qui n'a pas été mise en danger mais qui n'a jamais été totalement garantie.

> *« Cela peut s'apparenter aux dangers ressentis déjà en France comme être seule la nuit, avoir peur d'être suivie, mais d'autant plus avec la barrière de la langue d'avoir peur de ne pas pouvoir avoir de l'aide. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

> *« J'étais souvent sur le qui vive pour surveiller les alentours, surtout le soir. J'essayais de rentrer à mon auberge avant la nuit. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

En parallèle, les propos des interrogées lors des entretiens semi-directifs présentent un lien avec les catégories ci-dessus.

M.A (27 ans, voyage 2 fois par an et les week-ends) dont les craintes principales sont l'agression et le harcèlement de rue, correspond au profil de la catégorie 1.

O.K (30 ans, voyages longs et fréquents en Asie du Sud-Est et au Moyen-Orient) indique « se faire suivre ou aborder » comme crainte principale, illustre la catégorie 2.

E.I (26 ans, voyage 1 fois par an) déclare qu' « aucune peur, mais parfois la solitude », se situe plutôt dans la catégorie 3, un inconfort n'étant pas lié à la sécurité directement.

4.3.3 - L'inconfort selon les zones géographiques

La mise en relation des situations d'inconfort avec les zones géographiques visitées permet d'affiner l'analyse.

Parmi les 51 voyageuses ayant ressenti un inconfort, les zones visitées se répartissent ainsi : Europe (40), Asie (10), Amérique du Nord (9), Amérique du Sud (6), Océanie (4), Afrique (3), Moyen-Orient (1).
Parmi les 34 voyageuses n'ayant pas ressenti d'inconfort : Europe (23), Asie (9), Amérique du Nord (6), Océanie (4), Moyen-Orient (1), Afrique (1).

L'Europe concentre le plus grand nombre de mentions d'inconfort (40), mais cela s'explique par sa surreprésentation dans les voyages réalisés. La proportion Présence/Inconfort par zone est plus révélatrice : l'Amérique du Sud (6 inconforts pour 6 voyageuses, soit 100%) et l'Afrique (3 pour 4, soit 75%), ces deux territoires affichent les ratios les plus élevés. Cependant,ces effectifs restent assez faibles pour ces zones (6 et 4 voyageuses respectivement), de plus, dans les réponses longues où les voyageuses peuvent témoigner, l'expérience vécue est souvent nuancée. Comme indiqué auparavant dans une citation, une voyageuse ayant visité l'Afrique sub-saharienne et l'Europe pointe par exemple que ses expériences d'insécurité les plus marquantes se sont produites en Europe, non en Afrique.

De manière plus globale, l'Europe n'est peut-être pas le continent que l'on pourrait imaginer comme étant le plus sûr pour les femmes qui voyagent seules. Les 40 mentions d'inconfort relevées en Europe montrent en effet que le sentiment d'insécurité peut également être présent dans des environnements familiers ou de proximité. Être sur un territoire que l'on connaît ou que l'on considère comme proche ne signifie donc pas nécessairement se sentir en sécurité. Les situations évoquées concernent principalement des comportements jugés problématiques dans l'espace public, lors de sorties nocturnes ou encore dans les transports en commun.

4.4 - Les déterminants du non-voyage en solitaire

En parallèle de l'analyse des données apportées par les femmes qui voyagent en solitaire, il y a également un nombre de femmes n'ayant jamais voyagé en solitaire dans le monde et qui ont répondu à l'enquête quantitative. En effet, nous avons souhaité pouvoir collecter des données opposées afin de comprendre la différence entre les situations et les motivations.

Sur 154 répondantes, 69 déclarent ne jamais avoir voyagé en solitaire.

La peur et l'insécurité constituent de loin le motif le plus fréquemment cité : « insécurité », « peur », « peur de me faire agresser », « peur de ne pas réussir à profiter pleinement du voyage », « peur de me retrouver dans des situations compliquées en étant une femme seule » par les non-voyageuses en solitaire. La peur est nommée dans la quasi-totalité des réponses évoquant un frein.

L'isolement et la solitude constituent le deuxième motif, souvent associé à la peur mais aussi à des considérations hédoniques : le voyage est perçu comme une expérience essentiellement partageable, et voyager seule risquerait d'en amoindrir la valeur.
La peur, le sentiment d'insécurité et la solitude apparaissent comme des obstacles étroitement liés à la situation de voyage en solitaire. En effet, nous pouvons supposer que ces difficultés seraient moins présentes lors d'un voyage accompagné, leur émergence étant en partie liée à l'absence d'un tiers avec qui affronter ces situations.
La peur ne renvoie pas à un danger externe mais à une perception négative de ses propres capacités à faire face aux défis du voyage. Il met en évidence la dimension subjective de la contrainte, qui peut être ressentie indépendamment des normes, des réglementations ou encore des conditions d'accès aux territoires.

La barrière de la langue est perçue comme un obstacle face à la communication, elle amplifie le sentiment de vulnérabilité : ne pas comprendre ce qui se dit autour de soi dans une situation potentiellement menaçante est vécu comme une perte de contrôle et de capacité à réagir.

Les contraintes financières et temporelles sont également citées comme étant des freins au voyage en solitaire. Les contraintes financières et temporelles, malgré leurs nombreuses citations, ne peuvent être considérées comme des obstacles spécifiques au voyage en solitaire. En effet, elles constituent des conditions préalables à tout type de voyage, indépendamment du mode de départ. Une femme contrainte financièrement ou temporellement ne voyagerait pas davantage en groupe qu'en solo : ces facteurs limitent la mobilité en général, sans discriminer selon le mode de voyage.

Bien que le voyage solitaire se soit démocratisé, il reste une pratique fortement marquée par les inégalités de classe, de genre, de nationalité et de statut migratoire. Tous les individus n'ont pas le même accès au voyage, les mêmes moyens financiers, ou le même sentiment de légitimité ou de sécurité pour voyager seul. Kumar, J., Rani, G., Rani, M., Rani, V. (2024), dans leur étude comparant les voyageuses de milieux ruraux et urbains, montrent que :

> *« Les femmes issues de milieux urbains expriment une intention de voyage en solitaire plus marquée, favorisée par des ressources financières plus propices, un accès à l'éducation et aux réseaux d'information »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Cette observation souligne que le voyage en solitaire n'est pas une expérience universelle : il dépend aussi du milieu social, culturel et économique de chaque voyageuse.

4.5 - L'impact des outils institutionnels : l'influence de l'accès aux territoires

4.5.1 - Normes, réglementations, accès : la perception des voyageuses en solitaire

Les questions posées aux répondantes ont invité les voyageuses à qualifier les conditions d'accès, les normes et les réglementations des territoires visités afin de comprendre la vision que se font les femmes des espaces qu'elles traversent.

Pour les conditions d'accès, le lexique dominant est celui de la facilité et de la simplicité, notamment pour les voyages en Europe : « facile », « simple », « aucun souci », « pas d'obstacles ».
Pour les zones hors-UE, les champs lexicaux sont plus variés et témoignent d'une plus grande attention aux procédures dites : « assez strictes mais si on est bien organisée, ça se passe facilement » (Chine), « simple mais il faut toujours se méfier » (contexte général), « un gros bordel » (Indonésie pour les VISA). La Chine est citée plusieurs fois comme un exemple de territoire aux conditions d'accès complexes mais surmontables.

Pour les normes, deux types de territoires se dessinent dans les perceptions des voyageuses : ceux dont les normes sont « similaires à la France » (essentiellement

les pays européens) et ceux dont les normes impliquent une adaptation significative (Asie, pays à forte composante religieuse, Amérique latine). Plusieurs répondantes expriment une vision positive de la différence normative, une volonté de la comprendre et s'y adapter constitue une partie de l'expérience touristique. D'autres expriment un rapport plus ambigu, entre respect sincère et inconfort face à des normes perçues comme restrictives des libertés individuelles.

Pour les réglementations, le registre dominant est celui de la comparaison avec la France : « similaires aux françaises », « proches de la réglementation française », « réglementations comprises dans les lois européennes ». Pour les pays à cadre réglementaire très différent, plusieurs répondantes mentionnent des règles spécifiques qui les ont frappées : l'interdiction de fumer dans la rue à Singapour, la politique zéro-tolérance envers les drogues en Thaïlande et en Asie du Sud-Est, les contrôles de passeport fréquents en Chine. Ces éléments ont été notés mais n'ont pas, dans la majorité des cas, constitué des obstacles majeurs au voyage.

Un résultat significatif concerne la question de savoir si les conditions d'accès, les normes et les réglementations peuvent freiner la liberté de voyager seule.

Tableau 8 - « Ces facteurs peuvent-ils freiner la liberté de voyager seule ? »

(Échantillon : 85 voyageuses - enquête quantitative)

Réponse	Effectif	Pourcentage
Oui - peuvent freiner la liberté	76	89,4%
Non - ne freinent pas la liberté	9	10,6%

Flora LECOUTEY et Flavie TARTIVEL, 2026

La quasi-totalité des voyageuses (76/85, soit 89,4%) ont répondu par l'affirmative. Ce résultat est particulièrement intéressant au regard des réponses apportées aux questions précédentes. En effet, si les conditions d’accès, les normes et les réglementations sont rarement décrites comme des obstacles majeurs dans les expériences individuelles des répondantes, une très large majorité reconnaît néanmoins qu’elles peuvent limiter la liberté de voyager seule. Il existe donc un

décalage entre la perception individuelle de ces contraintes et leur reconnaissance à un niveau plus général.

Les voyageuses semblent ainsi distinguer ce qui constitue un obstacle concret à leur propre voyage de ce qui peut représenter une contrainte pour les femmes souhaitant voyager seules. Une réglementation peut être perçue comme contraignante sans pour autant empêcher une voyageuse expérimentée de se rendre dans le territoire concerné. L'expérience, la préparation et la capacité à anticiper certaines difficultés peuvent alors permettre de contourner ou de gérer ces contraintes.

Cette distinction est importante dans le cadre de notre problématique, car elle montre que l'influence des territoires sur les pratiques touristiques ne se traduit pas nécessairement par une impossibilité de voyager. Elle peut plutôt prendre la forme d'une adaptation des comportements. Le territoire impose alors indirectement certaines conditions à l'expérience de voyage : se renseigner davantage avant le départ, adapter sa tenue vestimentaire, modifier ses déplacements ou encore porter une attention particulière aux règles locales.

Les normes, réglementations et conditions d'accès n'agissent donc pas uniquement comme des barrières à la mobilité. Elles peuvent également modifier la manière dont les voyageuses préparent et vivent leur séjour. Cette influence semble cependant varier selon les territoires et selon les caractéristiques de chaque voyageuse. Les résultats précédents montrent notamment que les adaptations comportementales peuvent être importantes dans certains contextes, tandis qu'elles restent limitées dans d'autres.

4.5.2 - Le rôle du Ministère des Affaires Étrangères et Fil d'Ariane

L'enquête interrogeait les voyageuses sur leur recours à 2 outils institutionnels de préparation et de sécurité du voyage : les recommandations du Ministère des Affaires Étrangères (MAE) et le dispositif Fil d'Ariane[14].

Concernant les recommandations du MAE, 52 voyageuses sur 85, soit 61,2%, déclarent les consulter avant de partir à l'étranger. Ce chiffre est significatif : il révèle

[14] **Fil d'Ariane** : « *Dispositif qui permet au voyageur français de communiquer des données sur son voyage à l'étranger.*
Ces données seront utilisées en cas :
- *De crise à l'étranger pour le contacter sur son téléphone portable au cas où des opérations de secours seraient organisées.*
- *Ou encore pour joindre rapidement sa famille ou ses proches en France.* »

(Service Public / Direction de l'information légale et administrative (Premier ministre), 2023)

qu'une majorité des voyageuses de l'échantillon intègre l'information institutionnelle dans sa préparation, ce qui témoigne d'une certaine conscience des risques et d'une démarche de sécurisation. 33 voyageuses, soit 38,8%, déclarent ne pas consulter ces recommandations.

Le Fil d'Ariane est moins utilisé : seules 35 voyageuses (41,2%) déclarent s'y inscrire avant de partir, contre 50 (58,8%) qui ne le font pas. Cette disparité entre consultation du MAE et inscription sur Fil d'Ariane peut être expliquée par le fait que les voyageuses s'informent sur les risques mais ont moins souvent le réflexe de signaler officiellement leur présence à l'étranger.

L'analyse croisée par fréquence de voyage révèle une tendance attendue : les voyageuses les plus régulières consultent davantage le MAE (9 sur 12 voyageuses voyageant plusieurs fois par an, soit 75%) que les voyageuses occasionnelles (25 sur 45, soit 55,6%). Nous en déduisons que la relation entre l'expérience touristique et le recours aux outils institutionnels par la pratique régulière du voyage solo peut développer une forme de méfiance du risque qui se traduit par une utilisation plus systématique des ressources disponibles.

Cependant, plusieurs répondantes nuancent les recommandations du MAE, jugées parfois alarmistes ou en décalage avec la réalité vécue sur place :

> *« Trop stricts, notamment sur les sites du gouvernement français. Les territoires que j'ai visité ne sont pas aussi dangereux qu'on les décrit tant qu'on ne fait pas n'importe quoi. »* (Répondante anonyme - enquête quantitative, 2026).

Cette critique récurrente des représentations institutionnelles du risque révèle un écart entre les perceptions officielles du danger/du risque et les expériences réelles des voyageuses. Cet écart peut conduire à une forme de défiance vis-à-vis des recommandations officielles, qui risque de fragiliser leur utilité si elles sont perçues comme systématiquement exagérées.

Les entretiens semi-directifs permettent de préciser la nature et les effets de cette défiance envers les outils institutionnels. Les interrogées se distinguent à travers 3 postures/avis différents.

La première posture est celle de l'utilisation critique : consulter le MAE tout en prenant du recul sur les alertes jugées exagérées.

> L.A (23 ans, étudiante, 2 road trips de 6 mois en Amérique latine et en Asie du Sud-Est) explique : *« D'un sens je me méfie un peu, ça m'est arrivé de faire des choses classées en orange ou rouge et il ne m'est rien arrivé ».*

M.A (27 ans, voyage 2 fois par an et les week-ends) adopte la même logique nuancée : elle consulte toujours le MAE, mais le croise avec les témoignages d'autres voyageuses et les avis en ligne. Cette posture hybride est cohérente avec les 61,2% de voyageuses qui déclarent consulter le MAE dans le questionnaire : l'outil est utilisé, mais rarement de manière exclusive.

La deuxième posture est celle du rejet quasi total des outils officiels.

> O.K (30 ans, voyages longs et fréquents en Asie du Sud-Est et au Moyen-Orient) : *« Pas du tout, je sais qu'ils sont trop alarmistes et pessimistes »*.

Elle repose sur l'idée que les classements du MAE servent à « se dédouaner » plutôt qu'à informer objectivement. Elle préfère se baser sur une confiance quasi exclusive en l'expérience directe. Ce profil correspond davantage à des voyageuses très expérimentées pour qui le risque est géré en temps réel, et non par anticipation institutionnelle.

La troisième posture non représentée dans les entretiens mais présente dans les données quantitatives est celle de la confiance totale dans les recommandations officielles (38,8% des voyageuses ne les consultent pas, suggérant qu'elles opèrent par d'autres canaux, comme les réseaux sociaux). Nous estimons que cette pluralité des sources d'information pourrait soulever une question de recherche complémentaire : « Les recommandations institutionnelles restent-elles le référentiel dominant, ou sont-elles progressivement remplacées par des sources communautaires pour la nouvelle génération de voyageuses ? ».

PARTIE 5 - Discussions des résultats

« *L'histoire des femmes n'est pas une ligne droite vers la liberté. Elle avance par à-coups, par tensions, par pionnières. Et c'est encore le cas aujourd'hui. Pour que le voyage puisse devenir un outil d'émancipation pour toutes, il nous faut nommer ces obstacles et inventer de nouvelles façons d'explorer, plus inclusives, plus réalistes, plus solidaires.* » (Marcil, 2022)

Ce mémoire de recherche avait pour objectif de comprendre « **Comment les normes sociales, les réglementations et les conditions d'accès aux territoires influencent les pratiques des voyageuses françaises majeures en solitaire à travers le monde ?** »

Au terme de cette étude, construite autour d'une enquête quantitative menée auprès de 154 répondantes et de 5 entretiens semi-directifs approfondis, il est possible de dresser un bilan synthétique des résultats obtenus afin d'évaluer et de confirmer ou d'infirmer les hypothèses formulées en amont de la recherche. Ce mémoire permet également de confronter ces résultats à la littérature existante, d'en expliquer les écarts, et d'en constater les conclusions théoriques et appliquées.

5.1 - La vérification des hypothèses

H1 – La perception de la sécurité influence directement le choix de la destination des voyageuses en solitaire.

Cette hypothèse est pleinement confirmée. La sécurité pour les femmes constitue le facteur d'influence le plus déterminant dans le choix des destinations, avec une note moyenne de 4,28/5, une médiane de 5 et aucune note de 1/5 attribuée par les répondantes. Les droits des femmes arrivent en seconde position (4,07/5), et ces deux dimensions sont systématiquement perçues comme indissociables par les voyageuses. Plusieurs destinations, comme l'Inde, le Pakistan, l'Iran ou l'Afghanistan, sont spontanément perçues comme des territoires à éviter. Ce choix ne semble pas tant lié à leur intérêt touristique qu'aux perceptions concernant les droits et la sécurité des femmes. Ces résultats rejoignent les conclusions de Sürme (2022), qui montre que les zones perçues comme sûres favorisent une exploration plus libre, tandis que les destinations jugées à risque génèrent une vigilance accrue dès la phase de planification.

Toutefois, la sécurité perçue n’est pas ressentie de manière universelle à toutes les voyageuses. Un résultat qualitatif vient nuancer l'hypothèse : certaines voyageuses expérimentées estiment que le cadre légal d'un pays ne garantit pas nécessairement un sentiment de sécurité. L'une des répondantes anonymes de l’enquête quantitative souligne avoir ressenti davantage d'insécurité en Europe, pourtant perçue comme une zone sûre dans sa globalité, qu'en Afrique subsaharienne, où les femmes sont habituellement déconseillées de voyager seules. La sécurité perçue repose donc sur des expériences vécues et des témoignages de pairs autant que sur des indicateurs officiels.

Ce décalage entre la perception et la réalité suggère que l’expérience personnelle et les témoignages jouent un rôle aussi important, voire plus, que les recommandations institutionnelles, ce qui complète les travaux de Passavant (2023) sur l’importance des communautés de voyageuses.

H2 – Les normes culturelles et sociales d'un territoire modifient les pratiques touristiques des voyageuses en solitaire.

Cette hypothèse est également confirmée. 34 voyageuses sur 85, soit 40%, déclarent avoir modifié leurs pratiques touristiques en fonction de la culture d'un territoire. Quatre grandes catégories d'adaptations ont été identifiées : les adaptations vestimentaires, les modifications de mobilité et d'autonomie (évitement des sorties nocturnes, recours au taxi plutôt qu'aux transports en commun le soir), et les adaptations aux normes culturelles et locales, visant à se fondre dans la population locale. Ces résultats font écho aux travaux de Wilson et Little (2005), qui distinguent les normes formelles, les normes informelles (souvent perçues comme plus contraignantes) et les normes intériorisées que les femmes s'imposent à elles-mêmes afin d’anticiper les risques. Suite aux résultats recueillis par les répondantes anonymes à l’enquête, nous pourrions imaginer un regroupement des catégories d’adaptation dans les deux types de normes : informelles et intériorisées.

Cependant, une différence notable apparaît avec les travaux de Bianchi (2016) : dans notre échantillon, l’adaptation vestimentaire est la modification la plus fréquente, alors que Bianchi met davantage l’accent sur l’isolement et les problèmes de sécurité. Cette différence pourrait s’expliquer par les normes vestimentaires libres dans le milieu social français ou le profil jeune et étudiant de notre échantillon, plus sensible à la manière de se vêtir.

L'analyse par zone géographique révèle une intensité d'adaptation croissante hors d'Europe : même si l'Europe concentre le plus grand nombre absolu de modifications (cas de surreprésentation dans l'échantillon), les ratios par voyageuse sont nettement plus élevés en Amérique du Sud (4 modifications pour 4 voyageuses, soit 100%) et en Asie. Par ailleurs, les entretiens semi-directifs apportent une nuance importante : ce n'est pas uniquement le fait de voyager seule qui conditionne l'intensité des adaptations comportementales, mais plus le fait d'être une femme non accompagnée d'un homme. Le témoignage du duo E. et É. appuie ce propos : *« Voyager à deux femmes ne supprime pas les adaptations, mais en modifie l'intensité »*. E. explique que la présence masculine dans leur entourage mexicain change radicalement leur expérience de l'espace public. Ce constat suggère que c'est le regard social porté sur la femme sans escorte masculine, davantage que la solitude en elle-même, qui génère les comportements d'approche et le sentiment de vulnérabilité. La variable déterminante n'est donc pas uniquement le voyage en solitaire mais également la notion du genre, ce qui peut élargir l'interprétation des résultats au-delà du cadre du voyage en solitaire.

H3 – Le sentiment d'insécurité ou d'inconfort limite la liberté d'action et la réalisation de certaines activités pendant le voyage.

Cette hypothèse est fortement confirmée : 60% des voyageuses déclarent avoir ressenti un inconfort ou un danger lié à leur statut de femme seule. Ce chiffre est d'autant plus significatif que 74,1% des voyageuses n'ont voyagé qu'en Europe, une zone généralement considérée comme étant « sûre ». L'insécurité vécue par les femmes qui voyagent en solitaire n'est donc pas contrainte à certaines régions du monde : elle constitue un état possiblement présent dans toutes les destinations.

Wilson et Little (2005) ont démontré que les voyageuses seules subissent des contraintes de plusieurs types : des contraintes « intrapersonnelles » (peur, manque de confiance en soi), des contraintes « interpersonnelles » (pression de l'entourage, normes sociales), et des contraintes structurelles (réglementations, conditions d'accès aux territoires). Ces contraintes rejoignent les sentiments d'inconfort ou de danger qu'une femme peut ressentir pendant un voyage en solitaire. Ce sont des adjectifs qui peuvent qualifier la vigilance des femmes associées aux contraintes rencontrées.

Le concept de « vigilance différenciée » entre les voyageuses débutantes et expérimentées enrichit les travaux existants. En revanche, Passavant (2023) décrit une vigilance permanente chez les jeunes voyageuses, qu'elles soient débutantes ou expérimentées. Nos résultats montrent que l'expérience permet de développer une vigilance en fonction d'une situation, et moins bloquante.

Trois catégories principales de situations d'insécurité ont été identifiées : le harcèlement de rue (regards insistants, sifflements, remarques déplacées), les comportements de surveillance (suivre dans la rue ou aux abords des logements) et un sentiment d'inconfort diffus se traduisant par une vigilance permanente. Le sentiment d'inconfort est particulièrement révélateur : il n'est pas une réaction liée à un danger précis, mais un ressenti socialement construit, intériorisé comme une condition ordinaire du déplacement féminin. La vigilance réduit directement la diversité des expériences possibles (absence de sorties nocturnes, évitement de certains quartiers, renonciation à des activités en solitaire) et peut transformer une expérience enrichissante en une expérience gâchée.
Les entretiens ont par ailleurs mis en évidence une distinction importante entre voyageuses débutantes et expérimentées : les premières vivent la vigilance sous une forme d'anéantissement, qui précède le voyage et avec un déploiement de surveillance constant. En revanche, les voyageuses expérimentées ont progressivement appris à situer leur niveau d'alerte selon des situations concrètes.

H4 – Les réglementations et conditions d'accès d'un territoire peuvent freiner l'expérience de voyage en solitaire.

Cette hypothèse est partiellement confirmée, avec des nuances importantes. La quasi-totalité des voyageuses (89,4%) reconnaît que les conditions d'accès, les normes et les réglementations peuvent freiner la liberté de voyager seule. Cependant, seulement 38,8% consultent systématiquement les recommandations du Ministère des Affaires Étrangères, et 41,2% utilisent le Fil d'Ariane, en effet, les voyageuses tendent à relativiser l'impact de ces contraintes sur leurs propres pratiques touristiques. Les réglementations, perçues comme s'appliquant à tous les voyageurs sans différenciation de genre, sont considérées comme des obstacles gérables et temporaires, parfois anticipables. Ces résultats confirment les propos de Marcil (2022), qui souligne la valorisation d'une "*privileged literature*", par les médias

(réseaux sociaux, blogs, témoignages), qui revendique l'émancipation féminine via le voyage, en évitant les obstacles réels. Nos données montrent que les voyageuses se méfient des alertes du MAE, jugées trop alarmistes, qu'elles évoquent une préférence pour les sources communautaires : réseaux sociaux, forums, et les échanges/témoignages d'expérience par les voyageuses régulières. Cette défiance envers les institutions confirme et approfondit les travaux de Lagier, Montargot, Trelohan (2021) sur l'empowerment via les communautés de voyageuses, notamment à travers les réseaux sociaux et les échanges en ligne.

En parallèle, les entretiens semi-directifs ont permis de préciser ce résultat : des expériences d'imprévisibilité administrative ne constituent pas seulement un désagrément pratique, elles génèrent une méfiance durable envers les sources d'information officielles et peuvent fonctionner comme un indicateur indirect de risque global. La complexité administrative, pour certaines voyageuses, est un signal d'instabilité plus large du territoire.

5.2 - Les apports scientifiques du mémoire

Ce travail contribue à apporter des analyses et vise à étoffer la littérature sur le tourisme féminin en solitaire sur plusieurs plans.

Dans un premier temps, il propose une analyse ciblée sur les voyageuses françaises majeures, une population jusqu'alors peu étudiée dans la recherche existante, principalement fondée sur des échantillons anglophones (américains, australiens ou britanniques). Le fait de considérer ces voyageuses dans leur contexte socioculturel permet d'apporter un autre angle d'analyse. Elles évoluent dans une société française qui valorise l'indépendance des femmes, mais se retrouvent parfois confrontées, à l'étranger, à des normes et des réglementations très différentes. Cette mise en perspective constitue donc une approche pertinente pour mieux comprendre leurs expériences.

Ensuite, cette étude contribue à affiner la compréhension des outils institutionnels de sécurisation du voyage. La prise en compte des recommandations du Ministère des Affaires Étrangères (61,2% des voyageuses le consultent) et au dispositif Fil d'Ariane (41,2% l'utilisent) se traduit par une intégration partielle de ces ressources, nuancée par une méfiance récurrente envers des alertes jugées excessives par rapport à

certaines expériences vécues sur le terrain. Ce décalage entre les représentations institutionnelles du risque et les expériences réelles des voyageuses constitue un décalage, appuyé à la fois quantitativement et qualitativement, qui invite à interroger l'utilité et la fiabilité de ces outils pour la nouvelle génération de voyageuses. Enfin, certaines notions, telles que les normes sociales ou les réglementations, peuvent être interprétées différemment selon les répondantes, ce qui peut affecter l'homogénéité des réponses.

De plus, ce mémoire met en lumière la notion de vigilance différenciée selon l'expérience, qui n'était pas formulée comme telle dans la littérature mobilisée. La distinction entre une vigilance paralysante : caractéristique des voyageuses peu expérimentées, et une vigilance situationnelle et gérée : développée par les voyageuses régulières, enrichit la compréhension des stratégies d'adaptation évoquées notamment par Passavant (2023) et Wilson et Little (2005).

Enfin, la combinaison des approches quantitative et qualitative a permis de dépasser les limites propres à chaque méthode utilisée individuellement. Le croisement des données statistiques avec les témoignages détaillés des entretiens semi-directifs a permis de révéler des liens entre des notions invisibles uniquement par des chiffres : le lien entre imprévisibilité administrative et perception du risque global, ou le fait que c'est davantage le genre que la solitude, au sens strict, qui conditionne les adaptations comportementales.

5.3 - Les limites de la recherche

Ce travail présente plusieurs limites, tant méthodologiques que scientifiques, qu'il est important de souligner. Celles-ci invitent à relativiser la validation de nos hypothèses à une plus grande échelle. En effet, nos résultats s'inscrivent dans le cadre d'une recherche précise et pourraient faire émerger des réalités différentes et provoquer l'infirmation des hypothèses.

La première limite tient à la composition de l'échantillon. La forte homogénéité socio-démographique des répondantes : 89% appartenant à la tranche 18-25 ans, 85,1% étudiantes, recrutées principalement via des réseaux universitaires, peut

restreindre la portée des résultats. En effet, les pratiques et perceptions d'une femme de 45 ans, salariée, mère de famille, ne sont pas suffisamment représentées. Cette concentration générationnelle ne peut refléter la diversité des voyageuses françaises en solitaire.
La deuxième limite concerne la taille et la composition de l'échantillon qualitatif. Les cinq entretiens semi-directifs constituent un matériau riche mais nécessairement limité : les profils rencontrés sont relativement proches (femmes diplômées, voyageuses régulières, connectées aux réseaux sociaux). Des profils plus larges et diversifiés : femmes voyageant seules sans maîtrise des outils numériques, issues de contextes socio-économiques plus contraints, ou voyageant vers des destinations moins conventionnelles pourraient être inclus dans ce type d'outil méthodologique afin d'élargir le spectre d'étude.

La troisième limite concerne la relative rareté de la matière scientifique disponible sur le sujet précis étudié. Si la littérature sur le tourisme féminin en solitaire s'est considérablement développée depuis les années 2000, la grande majorité des travaux porte sur des populations anglophones, des destinations spécifiques (Europe occidentale, Asie du Sud-Est) ou des problématiques partielles (sécurité, empowerment, motivation). Les études traitant spécifiquement de l'impact des réglementations territoriales, des conditions d'accès et des normes sur les pratiques des voyageuses demeurent peu nombreuses, notamment concernant les femmes françaises. Cette insuffisance bibliographique influence le manque de propos scientifiques afin d'appuyer les propos de notre propre étude.

La quatrième limite serait temporelle. En effet, depuis le début de notre réflexion, nous avons imaginé notre enquête quantitative et le déroulement des entretiens semi-directifs. Cependant, avec l'avancée et l'approfondissement de notre étude, nous avons remarqué quelques manques dans ce questionnaire. En effet, après réflexion, nous aurions éventuellement pu aborder certaines contraintes sanitaires inhérentes au genre féminin qui ne sont pas encore expliquées de manière détaillée dans la littérature scientifique relative à notre sujet d'étude. Ces contraintes sanitaires pourraient représenter un frein au voyage en solitaire : *« Le manque d'installations sanitaires peut agir comme un élément dissuasif chez les femmes »* (Marcil, 2022).

Nous y avons réfléchi après avoir lu cette notion dans Marcil, E. (2022) : « Démocratisation du voyage chez les femmes et persistance des inégalités ». Femmes et tourisme de l'entre soi. Presses de l'Université du Québec. 19-31. En effet, c'est une littérature que nous avons ajoutée au cours de notre étude et pendant la rédaction de notre mémoire.

La cinquième limite serait un manque de comparaison. Il aurait été intéressant de mener cette même enquête et ces mêmes entretiens semi-directifs auprès d'un public masculin de voyageurs en solitaire. Nous aurions pu ensuite comparer les différentes réponses de façon neutre et objective et ainsi observer si les risques perçus et les expériences vécues varient en fonction du statut de genre en extrayant des chiffres tangibles et des données quantitatives et qualitatives chiffrées. Nous pensons intimement que le sentiment d'insécurité à un tel degré est inhérent au statut de femmes mais il aurait été pertinent de pouvoir comparer et analyser les résultats entre les deux genres afin d'en tirer une vraie conclusion vérifiée.

CONCLUSION

Ce mémoire de recherche avait pour objectif de comprendre : Comment les normes sociales, les réglementations et les conditions d'accès aux territoires influencent les pratiques des voyageuses françaises majeures voyageant seules à travers le monde ?. Cette interrogation est liée à un constat : le voyage féminin en solitaire connaît un essor important et s'affirme comme une pratique d'émancipation. Lla dimension territoriale et normative de cette expérience était absente de la littérature scientifique, pour l'essentiel, à partir d'échantillons anglophones.

Pour répondre à cette problématique, une démarche méthodologique a été construite, associant l'enquête quantitative menée auprès de 154 répondantes et les 5 entretiens semi-directifs réalisés. Ce croisement des données a permis de confronter des tendances générales en lien avec des expériences individuelles, et d'apporter des éléments de réponse nuancés aux 4 hypothèses formulées en amont de la recherche.

Les résultats obtenus confirment, avec des nuances variables, l'ensemble des 4 hypothèses. La perception de la sécurité s'affirme comme le facteur le plus déterminant dans le choix des destinations, allant jusqu'à exclure certains territoires dans les choix de destination, indépendamment de leur richesse touristique. Cette perception ne repose toutefois pas uniquement sur les indicateurs institutionnels. Elle se construit également à partir des expériences vécues et des témoignages d'autres femmes, qui peuvent parfois être davantage écoutés et avoir plus d'influence que les recommandations officielles.

Les normes culturelles et sociales des territoires visités modifient les pratiques touristiques des voyageuses interrogées, qui adaptent leur tenue vestimentaire, leur mobilité et leurs comportements en fonction des contextes traversés et des situations. L'analyse qualitative a révélé que ces adaptations des voyageuses ne sont pas principalement liées au fait de voyager seules, mais aux normes et aux représentations qui entourent la présence d'une femme seule dans l'espace public, au regard social porté sur une femme non accompagnée d'un homme.

Le sentiment d'inconfort ou d'insécurité, ressenti par une majorité de répondantes y compris dans des zones considérées comme « sûres », restreint concrètement la

liberté d'action des voyageuses et se module selon une vigilance différenciée entre profils débutants et expérimentés.
Enfin, même si les réglementations et les conditions d'accès aux territoires sont reconnues comme des freins potentiels à la liberté de voyager seule, elles sont relativisées par les voyageuses qui leur préfèrent des sources d'information communautaires, plus proches des expériences concrètes.

Au-delà de la vérification de ces hypothèses, ce mémoire contribue à combler certains manques identifiés dans la littérature existante. Il concerne les voyageuses françaises majeures, une population jusqu'alors peu référencée dans la littérature scientifique, et met en évidence la notion de « vigilance différenciée » selon l'expérience, ainsi que le décalage entre les représentations institutionnelles du risque et les expériences réelles des voyageuses. Il souligne également que le genre et le regard social peuvent être plus impactants que la solitude du voyage en tant que telle, qui provoque les contraintes rencontrées par les femmes lors d'un voyage en solitaire.

Ce travail comporte des limites qu'il est nécessaire de rappeler : une population interrogée homogène, jeune et étudiante, des études et des travaux scientifiques qui ne sont pas suffisamment diversifiés, et notamment absents sur les questions précises de réglementation et d'accès aux territoires. En parallèle, la temporalité de nos recherches nous a fait émerger des notions qui auraient pu être intégrées aux outils de recherche lors de leur élaboration, telles que celles des conditions sanitaires.

Ces limites ouvrent des perspectives de recherche complémentaires.
Une étude comparative incluant des voyageuses d'autres nationalités européennes permettrait de mesurer l'effet spécifique du contexte culturel français parmi des contextes culturels différents. Par ailleurs, des études de cas centrées sur des destinations spécifiques permettraient d'affiner la compréhension des mécanismes par lesquels les normes et réglementations d'un territoire particulier influencent concrètement les pratiques des voyageuses françaises. Des travaux méthodologiques ciblant des profils de voyageuses moins représentés dans les recherches existantes contribueraient à nuancer et à enrichir le tableau dressé et synthétisé des profils interrogés ainsi que les profils des répondantes anonymes à

l’enquête. Il serait également intéressant de comparer les résultats avec ceux d'une population masculine, pour mesurer les différences relatives aux contraintes de genre dans le voyage.

La question de savoir si les recommandations institutionnelles seront progressivement remplacées par des sources communautaires et par des voyageuses déjà expérimentées, notamment pour la nouvelle génération de voyageuses, est un sujet qui pourrait également constituer une piste de recherche intéressante. Elle interroge la capacité des dispositifs publics d'information à s'adapter aux nouvelles pratiques et aux nouvelles attentes des voyageuses contemporaines.

BIBLIOGRAPHIE

Littérature : articles et revues scientifiques et ouvrages

Antomarchi V., De La Barre S. (2010) : « Tourisme et femmes ». *Téoros*, 29(2), 87-92.

Azema L. (2021) : « S'appartenir, La liberté pour tout bagage : L'enfer, c'est instagram ». *Les femmes aussi sont du voyage*, 232-233.

Bianchi C. (2016) : "Solo Holiday Travellers: Motivators and Drivers of Satisfaction and Dissatisfaction". *International Journal of Tourism Research,* 18(2), 197-208.

Butler K. L. (1995) : "Independence for western women through tourism". *Annals of Tourism Research*, 22(1), 487-489.

Mali G. (2018) : "Why Women Want To Travel Alone ?". *International Journal of Research in Engineering, IT and Social Sciences*, 08(05), 247-249.

Ejupi R., Zorana M. (2022) : "Motives of Female Travellers for Solo Travel". *Academica Turistica - Tourism and Innovation Journal* 15(2).

Hall C. M., Page S. (1999) : *The Geography of Tourism and Recreation*.

Hamid S., Ali R., Azhar M., Sujood K. (2021) : "Solo Travel and Well-Being Amongst Women : An Exploratory Study". *Indonesian Journal of Tourism and Leisure*, 02(1), 1-13.

Hosseini, S., Hall, C. M., Mohajer, B. (2024) : "Breaking boundaries : Exploring gendered challenges and advancing equality for Iranian women careers in tourism". *Tourism Management*, (103).

Kumar J., Rani G., Rani M., Rani V. (2024) : "Exploring the determinants of solo female travel intention among millennials : a comparative study from rural and urban perspectives". *Tourism Critiques,* 5(1), 82-101.

Lagier J., Montargot N., Trelohan M. (2021) : « L'impact des réseaux affinitaires sur l'empowerment : le cas des backpackeuses voyageant en solitaire ». *Décisions Marketing*, 103, 135-153.

Lagier J., Montargot N., Trelohan M. (2025) : « Partir seule pour mieux se trouver : comment le voyage en solo transforme l'identité des femmes ? ». Archives HAL, *The Conversation.*

Manpreet K. (2023) : "Exploring female solo tourism : Empowerment, challenges, and implications". *International Journal of Tourism and Hotel Management*, 6(1), 25-28.

Marcil E. (2022) : « Démocratisation du voyage chez les femmes et persistance des inégalités ». *Femmes et tourisme de l'entre soi.* Presses de l'Université du Québec. 19-31.

Morgan N., Pritchard A. (1998) : "Tourism Promotion and Power, creating images, creating identities". *WILEY*.

Nazir M. U., Mehmood S. A., Yasin I., Tat H. H., Pervaiz A. N., Majeed M. I. (2021) : **"**Do female travelers perceive more risks and restrictions than male travelers ? A multigroup analysis." *Journal of Applied Structural Equation Modeling*, 5(2), 1-23.

Otegui C., Araújo N., Brea, J. A. (2022) : "Solo Travel Research and Its Gender Perspective : A Critical Bibliometric Review". *Tourism and Hospitality*, 3(3), 733-751.

Passavant É. (2023) : « Apprendre à anticiper les risques et gérer les dangers. Les conditions d'intériorisation d'un sens pratique touristique chez des jeunes voyageuses solitaires ». *Téoros, Revue de recherche en tourisme,* 42(1).

Pereira A., Silva C. (2018) : "Women Solo Travellers : Motivations and Experiences". *Millenium*, 2(6), 99-106.

Richards G., Wilson J. (2004) **:** “The Global Nomad : Backpacker Travel in Theory and Practice”. *Bristol : Channel View*, 3-13.

Schivelbusch W. (1986) : “The Railway Journey : The Industrialization of Time and Space in the Nineteenth Century”. *Berkeley : University of California Press.*

Stock M. (2015) : « Habiter comme « faire avec l’espace ». Réflexions à partir des théories de la pratique ». *Annales de géographie,* 704, 424-441.

Sürme M. (2022) : “A Research To Determine The Travel Behaviors Of Women Tourists”. *Journal Of Social, Humanities and Administrative Sciences*, 8(49), 168-181.

Thomas T. K., Mura P. (2018) : “The 'normality of unsafety': foreign solo female travellers in India”. *Tourism Recreation Research*, 44(1).

Towner J. (1984) : "The grand tour: A key phase in the history of tourism". *Annals of Tourism Research*, 12, 297-333.

Wilson E., Little D. E. (2005) : “A “relative escape”? The impact of constraints on women who travel solo”, *Tourism Review International*, (9), 155-175.

Wilson E. (2004) : “A “Journey Of Her Own”?: The Impact Of Constraints On Women’s Solo Travel”. *Griffith University*.

Wilson E., Harris C. : “Meaningful Travel : Women, Independent Travel and the Search for Self and Meaning”. 54(2).

Zhang Z., Zhang Y., Li Y., Shen Z. (2024) : “Solo traveler typology based on personal value : Incorporating cluster analysis into means-end chain”. *Tourism Management Perspectives,* 51, 101-247.

Sources juridiques

Loi n°65-570 du 13 juillet 1965 portant réforme des régimes matrimoniaux.

Loi n°75-617 du 11 juillet 1975 portant réforme du divorce.

Glossaire

« Accès » *Dictionnaire de l'Académie française*, 9e édition. Consulté le 16 avril 2025.

« Voyage, voyageur » *Géoconfluences*. Consulté le 28 mai 2026.

« Pratiques touristiques » *Géoconfluences*. Consulté le 08 juin 2026.

« Recréation » *Géoconfluences*. Consulté le 08 juin 2026.

« Règlement/réglementation » *Cairn.Info*. Consulté le 16 avril 2025.

« Normes (mesure des risques) » *Géoconfluences*. Consulté le 16 avril 2025.

« La société des loisirs » *Agence Hauts-de-France 2040*, juin 2021. Consulté le 16 juin 2026.

Références numériques

France Diplomatie - Ministère des Affaires Étrangères : https://www.diplomatie.gouv.fr/fr

Sénat : https://www.senat.fr/

Archives du Sénat : https://archives.senat.fr/

Service Public officiel d'information et de démarches administratives : https://www.service-public.gouv.fr/

Géoconfluences : https://geoconfluences.ens-lyon.fr/

Logiciel de cartographie : https://magrit.cnrs.fr/

TABLE DES ILLUSTRATIONS

Tableau 1 – Répartition par tranche d'âge.....40
Graphique 1 - Répartition par tranche d'âge des répondantes.....40
Tableau 2 - Profils des entretiens semi-directifs..... 42
Tableau 3 - « Avez-vous déjà voyagé seule à l'étranger ? ».....43
Tableau 4 - Fréquence des voyages en solitaire.....44
Tableau 5 - Zones géographiques visitées en solitaire.....44
Carte 1 - Zones géographiques visitées en solitaire.....46
Tableau 6 - Scores moyens des facteurs d'influence.....49
Graphique 2 - Facteurs d'influence liés aux choix des destinations.....58
Tableau 7 - Sentiment d'inconfort ou de danger lié au statut de femme seule.....69
Tableau 8 - « Ces facteurs peuvent-ils freiner la liberté de voyager seule ? ».....75

TABLE DES ANNEXES

ANNEXE 1 : Guide d'entretien semi-directif.....1
ANNEXE 2 - Retranscription d'un entretien semi-directif - Duo É. et E.....3
ANNEXE 3 - Retranscription d'un entretien semi-directif - E.I..... 8
ANNEXE 4 - Retranscription d'un entretien semi-directif - L.A.....10
ANNEXE 5 - Retranscription d'un entretien semi-directif - O.K..... 15
ANNEXE 6 - Retranscription d'un entretien semi-directif - M.A..... 21
ANNEXE 7 - Enquête quantitative..... 24

ANNEXE 1 : Guide d'entretien semi-directif

Les pratiques des voyageuses majeures françaises en solitaire dans le monde

Ci-dessous, notre guide d'entretien, dans le cadre de la réalisation de notre mémoire de recherche, pour structurer les entretiens semi-directifs envisagés.

Public cible : femmes françaises majeures ayant déjà voyagé en solitaire à travers le monde.

1. **Début de l'entretien**

- Acceptez-vous d'être enregistrée, de façon anonyme, afin de pouvoir retranscrire notre entretien ?

Présentation des objectifs de la recherche.
Explication de l'apport de la participante à la recherche.

2. **Généralités sur les voyages en solitaire**

- Pouvez-vous notre décrire rapidement le contexte de votre voyage ? (date, pays, durée, …)

- Fréquence des voyages et zones géographiques fréquentées en solitaire.

- Manque de sécurité dans certaines destinations ? Des risques ressentis ?

- Un futur voyage en solitaire de prévu ?

3. **L'organisation du voyage en solitaire**

- Détails de l'organisation d'un voyage en solitaire.

4. **Influence du choix de la destination et des pratiques durant le voyage**

- Facteurs d'influence des choix de destination.

- Pratiques touristiques sur un territoire.

5. **Les craintes et dangers d'un voyage en solitaire**

- Craintes lors un voyage en solitaire ? Les facteurs responsables.

- Ressentiment d'un inconfort ou d'un danger lié au statut de femme seule à l'étranger.

- Pensez-vous que le fait d'être une femme, influence votre mise en danger ou insécurité potentielle dans un pays ?

6. **Les réglementations et normes d'un territoire et les conditions d'accès**

- Que comprenez-vous par « les conditions d'accès », « réglementations » et « normes » d'un pays ?

- Avant de partir, connaissiez-vous les conditions d'accès, les normes et les réglementations de votre destination ?

- Pensez-vous que les conditions d'accès, les normes et les réglementations d'un territoire peuvent freiner la liberté de voyager seule ?

- Estimez-vous les conditions d'accès suffisantes dans le monde dans le cadre d'un voyage ?

- Consultez-vous les recommandations du ministère des Affaires étrangères avant de partir à l'étranger ?

- Connaissez – vous la plateforme « Fil d'Ariane » ? Précisez

7. Informations anonymes

- Pouvez – vous nous indiquer votre âge, niveau d'études et situation professionnelle s'il vous plaît ?

ANNEXE 2 - Retranscription d'un entretien semi-directif - Duo É. et E.

Qui ? Duo É et E (personnes interrogées) et **Flora** (chercheure), au sujet du mémoire de recherche. *E seulement puisque É n'était pas disponible.*
Nous avons utilisé la retranscription de type sociologique.

Date : mardi 25 novembre 2025
Durée : 0 h 55min
Entretien semi-directif par Meets.

Salutations non enregistrées.
Présentation des objectifs de la recherche et explication de l'apport de la participante à la recherche non enregistrés.

« **Flora** : Acceptes-tu d'être enregistrée, afin de pouvoir retranscrire notre entretien ?

E. : Oui »

Généralités sur les voyages en solitaire
« **Flora** : Peux-tu présenter rapidement ton duo avec É et votre agence de travel planner que vous avez développée à la sortie de vos études ?

E. : Oui, É. et moi sommes deux amies et anciennes étudiantes de l'ESTHUA, et à la suite de nos études, nous avons créé une agence de travel planner, qui s'appelle « Hazlo Travel Planner », c'est une agence qui permet d'organiser des voyages avec des itinéraires 100% personnalisés adaptés aux envies et au budget des touristes.
Généralement, avant de proposer les itinéraires que l'on conçoit, nous allons les tester sur place.
En parallèle, nous continuons nos expériences gustatives à Angers que l'on filme et que l'on met à disposition de nos abonnés sur TikTok, principalement.

Contexte/Voyages en solitaire réalisés/Organisation
Flora : D'accord, merci !
Tu voyages beaucoup avec É, peux-tu nous décrire rapidement les différents contextes de tes voyages ? La fréquence des voyages et zones géographiques fréquentées en solitaire ? Si tu as ressenti un manque de sécurité dans certaines destinations ou des risques ? Éventuellement un futur voyage en solitaire de prévu ?

E. : Bien sûr !
Lorsque je voyage, c'est toujours avec É., nous sommes toujours en duo, notre duo représente une seule personne qui voyage en solitaire.
Nous avons fait beaucoup de pays : le Mexique, la Bolivie, le Canada, la Colombie, Bali, La Réunion, l'Espagne, etc.
L'Asie et l'Amérique sont deux continents très différents.
Par exemple au Mexique, quand on rentre de soirée, on peut rentrer à deux, il n'y a pas de souci. Après, je pense que ça dépend des villes aussi, c'est comme partout, j'ai envie de dire. C'est vrai que nous, on a toujours été à Mérida, donc c'est une des villes les plus sûres du Mexique et c'est vrai qu'en termes de sécurité, on est vraiment bien.
Après, on a plein de potes mexicains, de locaux qui nous disent « Faites attention » parce que c'est vrai qu'on voit des flics partout. On pourrait se dire, il y a un côté rassurant, mais bon, il y a de la corruption, il y a plein de choses, donc il faut quand même faire attention. Je

sais qu'on a déjà entendu des histoires, bon, c'est un peu limite. Mais nous, personnellement, ça a été.

Ensuite, comme critère de sélection pour choisir notre destination, je dirais déjà le soleil. Nous, on adore partir au soleil, donc c'est sûr que ça, ça joue forcément sur notre choix.
Et forcément, on regarde aussi, comment dire ça, si le pays n'est pas cher sur place pour se faire profiter, donc ça, c'est bien aussi, ça permet de faire beaucoup plus de choses. Surtout que nous, on est tout le temps parties en étant étudiantes, donc ça joue.

On est parties au Canada, mais tu vois, dans des destinations comme le Canada, on travaillait là-bas, donc tout de suite, c'est différent. Alors que dans les autres, on a vraiment voyagé. Et tu vois, je le compte aussi comme un voyage parce que tu ne travailles pas et tu fais plus ta vie.

E. : Je ne sais pas si toi tu as déjà fait un échange ?

Flora : Non, moi, je n'ai pas fait d'échange.
C'est un peu un regret, mais je n'en ai pas fait et je pense que ça aurait été une belle opportunité, surtout dans des études de tourisme.

E. : Oui, c'est vrai. Après, tu auras d'autres occasions.

Flora : Après, voilà, c'est ça. C'est exactement ça. Je ne me ferme pas les portes dans le sens où là, après mes études, pour le moment, c'est un peu flou. Et je pense que j'ai envie d'un peu prendre du temps aussi pour profiter de tout ça, de partir un peu et tout. Donc en fait, je compte me rattraper un petit peu après.

E. : Tu as raison, tu as le temps. On est jeunes.

Flora : Carrément.

<u>Craintes/Dangers sur les voyages en solitaire</u>
E. : Et au niveau des craintes, c'est vrai qu'en tant que femme, on se fait beaucoup plus facilement accoster que si on était accompagnée. Et on voit la différence quand on voyage avec, par exemple, au Mexique. On a plein de copains mexicains. Quand on voyage avec eux ou sans eux, on voit très bien la différence. Et en soi, le fait qu'on soit deux avec Elo, je pense que ça enlève une peur et ça enlève un côté un peu insécurisant. Mais c'est vrai que seule, tu peux vite te laisser impressionner. Ça peut peut-être te faire aussi paniquer, mais je ne sais pas ce que je veux dire. Mais en tout cas, nous, ça ne nous empêche pas de voyager. Et c'est sûr que si on se limite à ça, on ne fera rien. Il faut quand même faire attention. Et après, oui, c'est comme partout, il y a des endroits à éviter. Nous, ce qu'on fait avant de partir, c'est qu'on se renseigne vraiment sur les quartiers à ne pas aller.
On va aller au Brésil en février et je sais qu'à Rio, il y a des cartels, il y a plein de trucs, des favelas et tout. Donc, on va se renseigner vraiment sur les endroits où il ne faut pas aller. Et nous, c'est vrai que quand on prépare notre voyage, ça dépend. Par exemple, pour un voyage comme au Mexique où on est parti en échange et tout, on ne s'est pas vraiment préparé et on est plus sur place en échangeant avec les locaux, en voyant un peu ce qui se faisait et tout. Mais pour un voyage, par exemple, comme le Brésil en février, là, on va se renseigner, on va déjà prévoir notre itinéraire à l'avance, regarder ce qu'il y a à faire, les quartiers à éviter.

Flora : En fait, ça dépend un peu du contexte de ton voyage ?

E. : Oui, c'est ça. Les Philippines, par exemple, on est parties un mois en janvier cette année et on n'avait rien préparé du tout. On s'est laissées porter sur place et on avait une trame d'itinéraire, mais c'est vrai qu'en termes d'activité et tout, on voyait ça la veille au lendemain. Donc, franchement, ça dépend. Ça dépend de la destination parce que c'est vrai que dans des villes comme le Brésil, où on entend beaucoup parler, on parle plus qu'en bien, ça demande un peu plus d'organisation que des pays comme les Philippines, qui sont plutôt assez safe et un peu reculés, j'ai envie de dire.

<u>Réglementations/Normes/Conditions d'accès d'un territoire</u>

Flora : Ok, ça marche.
Au niveau des conditions d'accès et tout, à chaque fois que vous êtes arrivés dans les pays, ça a toujours été plus ou moins simple de commencer par ce que vous aviez envie, par exemple, pour rejoindre votre logement ou pour rejoindre des gens quelque part ? Ça a toujours été plutôt accessible ?

E. : Ça a toujours été plutôt facile et accessible. C'est vrai qu'on a été dans des pays qui sont quand même assez touristiques. La Bolivie, mais la Bolivie on était quand même encadrés parce qu'on est parties. Moi, j'étais mineure, j'avais 17 ans, on était parties en mission humanitaire, du coup, il y avait vraiment un encadrement. À l'aéroport, quand on est arrivées, quelqu'un nous a pris en charge et tout. Et je pense que dans des pays comme ça, c'est bien de prévoir parce que c'est vrai que c'était très pauvre et vraiment sous-développé pour le coup. Et c'est vrai que la Bolivie, c'est peut-être un endroit... C'est peut-être l'endroit où on s'est peut-être le plus senties en insécurité. Je pense que c'est l'endroit où on était le plus en insécurité, mais comme on était jeunes, on était un peu insouciantes et du coup, on n'a pas ressenti ça. Mais avec du recul, on se dit, purée, on mettait un jean, on sortait dehors et les gens se mettaient à 2 cm de toi et ils te regardaient de la tête aux pieds, en mode, elle a un jean. C'était plutôt dans ça. Mais après, pareil, on était en famille d'accueil, donc on ne sortait jamais seules.

Flora : Peut-être manque de développement du pays ?

E. : Ouais. En soi, ils n'étaient pas méchants, mais ils sont tellement sous-développés, ils sont tellement en décalage avec le monde. Des fois, on sortait le soir, on avait rencontré des copains et ils me disaient, « Mais attention, ne partez pas là-bas, toutes seules, surtout pas, et tout ». Donc nous, t'sais, on ne comprenait pas trop, 17 ans, on est là... Mais les locaux nous disaient, « Faites attention », donc je pense qu'il y a un taux de criminalité aussi qui est assez haut et ça, c'est vrai que ce sont des choses sur lesquelles on ne se renseigne pas forcément parce que pour nous, ça fait plus peur qu'autre chose et on trouve que ça ne représente pas non plus la totalité du pays, donc on préfère arriver et se faire notre propre avis que commencer à avoir des idées avant de s'y être.

Flora : Ok.
Par exemple, si je te parle de normes pour toi, « la norme » d'un pays, c'est quoi ? Tu le vois comme quoi, par exemple ?

E. : « La norme » d'un pays... Je le vois plus comme... Je ne sais pas, un comportement qu'il faut mettre dans le pays. Un comportement à avoir dans le pays et après ça, c'est vrai que nous, on s'adapte vraiment en arrivant sur place plutôt que... Enfin, c'est vrai qu'on ne se renseigne pas non plus sur ça. On préfère se faire notre propre avis, mais des fois, c'est vrai qu'on s'est déjà dit, purée, on aurait su ça, ça aurait peut-être été plus fluide ou ça aurait peut-être été mieux et ça évite aussi de se mettre dans des situations un peu embarrassantes. Après, on n'a jamais été dans des pays... Enfin, on n'a jamais eu vraiment un choc culturel énorme. Donc après, par exemple, pour le Canada, je trouve que ça se rapproche quand même de la France. Bon, le temps, il fait moins 30 degrés et tout, ça, c'est

un choc culturel en termes de comportement et tout, c'est beaucoup plus similaire à la France.
La politique, c'est totalement différent et ça, on l'a appris du coup en étant en échange universitaire, en voyant nos camarades, même on a fait un stage, donc on a bien vu comment ils travaillaient et après ça, tu ne peux pas le savoir à l'avance, en fait. Vraiment, tu le vois sur place et tu te dis « Ah ouais, ils ne réfléchissent pas comme nous. » Mais ouais, et après, je me dis, par exemple, un Mexicain qui vient en France, je pense que lui, il peut avoir un choc culturel énorme parce qu'eux, dans leur pays, ils sont tellement chill, ils n'ont pas de règles, ils vont au travail à midi s'ils ont envie d'y aller à midi, tu vois. Je pense qu'il peut y avoir un choc dans ce sens-là. Après, je ne sais pas si c'est nous, personnellement, ou si c'est un truc de Français, mais on s'adapte un peu à ce qu'on voit.

Flora : Là, vous avez 22 ou 23 ans ?

E. : On a 24, on a fait une année de césure.

<u>Pratiques touristiques sur un territoire</u>
Flora : Je dirais que c'est peut-être le dernier grand thème, mais au niveau de vos pratiques touristiques sur place, qu'est-ce que vous faites ? Elles ne sont peut-être pas les mêmes suivant les pays.

E. : Nous, on est plutôt... Je ne sais pas si ça va te parler, mais pour le “slow travel”, on aime bien se laisser porter, ne pas avoir un programme trop chargé. Après, qu'est-ce qu'on fait ? Forcément, on va faire quelques activités touristiques.
Quand tu vas au Mexique, si tu ne fais pas le Chichén Itzá, c'est dommage tu vois. Mais on va quand même essayer d'aller un peu hors des sentiers battus et on aime bien être en immersion dans la culture, parler avec des locaux, trouver les meilleurs tips. Notre position, elle a un peu changé depuis qu'on a notre agence de travel planner. Là, je vois comment on organise notre voyage au Brésil, on l'imagine plus pour nos futurs clients que pour nous. Du coup, on va plus charger nos journées, on va regarder ce qui serait pas mal de le faire pour voir si on le propose après. Après, on fait vraiment au feeling, selon nos envies, mais on essaye de ne pas être un peu dans les trucs “tourisme de masse”. Mais tu ne pourras jamais éviter les endroits touristiques.

Flora : Du coup, par rapport à ce que tu m'as dit juste avant, ça veut dire que vous ne vous êtes jamais empêchées de faire une activité ou d'aller quelque part par peur d'un danger ou quoi ?

E. : Non, jamais.

Flora : Ok, ça marche. Et après, du coup, est-ce que vous avez pour projet de revenir bosser en France ? Là, vous n'avez pas de billet retour, mais est-ce que le but, c'est de devenir des femmes qui voyagent en solo à vie ? Comment vous le sentez ? Peut-être que pour le moment, tu ne sais pas encore ?

E. : C'est vrai que c'est compliqué de se projeter parce que l'année prochaine va être un peu décisive. On ne se met vraiment pas la pression et si on reste 6 mois au Mexique, c'est ok. Et si on a envie de rentrer, on rentre. Mais c'est que ça peut durer 6 mois, 2 ans, 5 ans. On sait que c'est un endroit qu'on kiffe, on se sent trop bien. Mais vivre une destination et y être pour des vacances, c'est différent. Je pense qu'on en saura un peu plus déjà une fois qu'on aura passé quelques mois là-bas. Mais après, l'objectif, c'est sûr que ce n’est pas de rester toute notre vie. C'est bien tant qu'on est jeune, mais après, nous, on ne se voit pas élever des enfants là-bas. C'est vrai qu'en termes de culture, c'est vraiment très différent. Et après, tout le monde de notre famille... C'est cool quand tu es jeune à voir combien ça dure.

Et après, pourquoi pas rentrer en France ou en Espagne. C'est proche, on parle espagnol, il fait beau. C'est une facilité de pouvoir un petit peu... Voilà, c'est ça. Donc, à voir. Je pense que là, on a encore pas mal de voyages prévus. Et on a envie de continuer de voyager. Pour l'instant, on est toujours à fond dedans. Donc, combien de temps ça va durer, ça, on ne sait pas. On s'écoute, on se laisse porter. Et on verra où ça nous mène.

Flora : Ok, trop cool, ça marche.
Après, on a aussi fait un questionnaire en ligne. Peut-être qu'on vous enverra le lien, si chacune de vous peut répondre individuellement. Et je pense qu'au niveau d'éventuelles questions, pour le moment, on n'en aura pas spécialement.

E. : Si jamais tu as d'autres choses qui te viennent en tête, ou si tu as un doute, tu peux nous envoyer un mail. Nous, on reste dispo aussi.

Flora : Donc, si jamais on a des questions, on peut vous recontacter, c'est gentil.
Je vais faire un topo à Flavie et tout de notre échange et si elle a des questions on revient vers vous.
Je t'envoie également le lien de notre questionnaire par mail. »

Discussion dérivée sur les cours et les années de É. et E. à l'ESTHUA.

« **Flora** : Merci beaucoup, bon courage.

E. : Salut, bonne journée. »

ANNEXE 3 - Retranscription d'un entretien semi-directif - E.I

Qui ? Milles Voyages, **E.I** (personne interrogée) et **Flora + Flavie** (chercheures), au sujet du mémoire de recherche.
Nous avons utilisé la retranscription de type sociologique.

Date : mardi 15 janvier 2026.
Durée : 0 h 30 min.
Entretien semi-directif par Meets.

Salutations non enregistrées.
Présentation des objectifs de la recherche et explication de l'apport de la participante à la recherche non enregistrés.

« **Flora/Favie** : Acceptes-tu d'être enregistrée, afin de pouvoir retranscrire notre entretien ?

E.I : Oui »

Généralités sur les voyages en solitaire
« **Flora/Flavie** : Peux-tu te présenter rapidement, qui tu es et ce que tu fais dans la vie ?

E.Iy : Je m'appelle E.I, du surnom Milles Voyages, le nom que j'utilise pour mes réseaux sociaux afin de communiquer sur mes expériences de voyageuse solitaire. J'ai 26 ans, avec un BAC + 4, dans la vie je suis créatrice de contenu autour de la notion du voyage.

Contexte/Voyages en solitaire réalisés/Organisation
Flora/Flavie : Tu voyages en solitaire, nous aimerions que tu nous décrives les différents contextes de tes voyages ? La fréquence des voyages et zones géographiques fréquentées en solitaire ? Si tu as ressenti un manque de sécurité dans certaines destinations ou des risques ? Éventuellement un futur voyage en solitaire de prévu ?

E.I : Bien sûr !
Je voyage environ une fois par an en solitaire.

Je ne me suis jamais sentie en insécurité lorsque je suis partie en solitaire. Je fais toujours attention de me renseigner sur ma destination en avance et d'éviter de ressentir ce genre de problème.

Pour le moment, pas de futur voyage en solitaire prévu !

Flora/Flavie : Peux-tu nous décrire ton organisation générale d'un voyage en solitaire ?

E.I : Pour m'organiser dans mon voyage en solitaire, j'aime regarder des vlogs YouTube d'autres voyageuses solos afin de me donner un aperçu. Les réseaux sociaux m'aident énormément aussi. Je prends toujours mon logement (souvent un hôtel) dans le centre – ville de la destination pour éviter de trop m'éloigner. J'essaye de ne pas prendre de AirBnb pour ne pas être seule dans l'enceinte du logement.

Choix des destinations
Flora/Flavie : Lorsque tu choisis de partir dans une destination, quel(s) facteur(s) influence ton choix ?

E.I : Le facteur principal qui influence mon choix, c'est la sûreté du pays. Je vais notamment regarder le taux de criminalité, puis les statistiques que je peux trouver sur le voyage en solo en tant que femme.

<u>Craintes/Dangers sur les voyages en solitaire</u>
Flora/Flavie : Merci !
As-tu quand même des craintes lorsque tu voyages en solitaire ?

E.I : Principalement me faire suivre ou aborder. Surtout en tant que femme, c'est monnaie courante de se faire aborder et parfois c'est vraiment « lourd ».

Flora/Flavie : Penses-tu que le fait d'être une femme influence la mise en danger dans un pays ?

E.I : Oui, totalement, que ce soit en France ou ailleurs, « être une femme » influence notre mise en danger et notre insécurité.

<u>Réglementations/Normes/Conditions d'accès d'un territoire</u>
Flora/Flavie : De manière un peu plus technique, que comprends-tu par « les conditions d'accès », « les normes » et « les réglementations » d'un pays ?

E.I : Toutes les choses qu'un pays met en place pour les touristes, comme le VISA par exemple, les documents à remplir concernant les voyages, etc.

Flora/Flavie : De manière générale, estimes-tu que les conditions d'accès sont suffisantes dans le monde dans le cadre d'un voyage ?

E.I : Oui, aujourd'hui complètement.

Flora/Flavie : Consultes-tu les recommandations du ministère des Affaires étrangères avant de partir à l'étranger ?

E.I : Oui, je vérifie toujours, mais je prends souvent pas en compte ce qui est mentionné. Beaucoup de pays sont classés en zone orange ou rouge alors que le danger n'est pas forcément présent, je pense à l'Égypte par exemple.

Flora/Flavie : Connais-tu la plateforme « Fil d'Ariane » ?

E.I : Non, je ne connais pas du tout cette plateforme.

Flora/Flavie : Nous te remercions beaucoup pour le temps que tu nous as consacré et pour les réponses précieuses que tu nous as fournies dans le cadre de nos recherches.

E.I : Au plaisir, je reste disponible si vous avez d'autres interrogations ! »

ANNEXE 4 - Retranscription d'un entretien semi-directif - L.A

Qui ? L.A (personne interrogée) et **Flora + Flavie** (chercheures), au sujet du mémoire de recherche.
Nous avons utilisé la retranscription de type sociologique.

Date : mardi 10 février 2026
Durée : 0 h 50 min
Entretien semi-directif par Meets.

Salutations non enregistrées.
Présentation des objectifs de la recherche et explication de l'apport de la participante à la recherche non enregistrés.

« **Flora/Flavie** : Acceptes-tu d'être enregistrée, afin de pouvoir retranscrire notre entretien ?

L.A : Oui »

« **Flora/Flavie** : Peux-tu te présenter rapidement, qui es-tu et que fais-tu dans la vie ?

L.A : Je m'appelle L.A, j'ai 23 ans, je suis étudiante à l'ESTHUA en Master 1 Management des Organisations Territorial et Digital. J'ai fait une année de césure entre ma licence et mon master, une Licence Tourisme que j'ai également réalisé à l'ESTHUA.

Contexte/Voyages en solitaire réalisés/Organisation
Flora/Flavie : Merci L.A ! Nous allons rapidement entrer dans le vif du sujet, peux-tu nous décrire, les contextes de tes voyages que tu as réalisés en solitaire, en nous citant les pays visités et la durée des voyages ?

L.A : Tout d'abord, moi, je suis partie au Mexique de janvier à juin 2023, donc pour 6 mois et pendant ce voyage au Mexique, je suis partie en Colombie pendant 15 jours pendant les vacances d'avril. Je suis aussi partie 1 semaine en Floride, à Miami, à la fin du voyage donc en mai 2023.
Ensuite, l'année dernière, de janvier à fin juin je suis partie en Asie du Sud-Est, où j'ai fait un road trip pendant 6 mois et où j'ai visité 6 pays. J'ai fait : 1 mois au Vietnam, 15 jours au Cambodge, 3 semaines au Laos, 1 mois en Thaïlande, 3 semaines en Malaisie et 1 mois et demi en Indonésie.

Flora/Flavie : Merci beaucoup pour ces informations.
Peux-tu nous en dire un peu plus sur le contexte de tes voyages en solitaire ? Pourquoi tu les as réalisés ? Y'avait t-il un contexte particulier ?

L.A : Oui bien-sûr.
Alors à la base, mes voyages en solo c'était surtout une envie très forte de changement. J'étais à un moment de ma vie où j'avais besoin de sortir de ma zone de confort, de prendre du recul et de me prouver que j'étais capable de me débrouiller seule, loin de tout ce que j'avais. L'envie aussi de découvrir le monde.
Pour le Mexique en 2023, c'était une opportunité scolaire, j'ai réalisé un Érasmus dans le cadre de ma licence. Il y avait d'autres étudiants de la FAC qui avaient choisi le Mexique aussi, mais je ne les connaissais pas, donc je suis partie en solitaire pour cette aventure très enrichissante. J'ai beaucoup amélioré mon espagnol et je suis très contente puisque c'est l'une des raisons pour lesquelles je voulais faire un Erasmus pendant mon cursus scolaire.

Le fait d'aller en Colombie et à Miami pendant ce séjour, c'était plus spontané, pas vraiment prévu à l'origine. J'avais envie de profiter d'être sur le continent pour visiter d'autres pays, pour découvrir d'autres cultures, d'autres ambiances. La Colombie, ça a vraiment été mon coup de cœur pour l'énergie, la musique et les paysages.
Pour l'Asie du Sud-Est l'année suivante, c'était différent. Là, c'était vraiment un projet réfléchi. Je savais que j'aimais et que je voulais revoyager seule. Le but de ce road trip de 6 mois, était de découvrir plusieurs pays, sans prévoir le temps passé sur place à l'avance, de vivre en m'adaptant aux lieux.
Ces voyages en solitaire, je dirais qu'ils m'ont permis de gagner énormément en confiance, c'était vraiment des expériences de vie.

Flora/Flavie : Merci L.A, on continue dans le même esprit, parmi les voyages que tu viens de nous citer, as-tu ressenti des sentiments d'insécurité, de situation de danger pendant ces expériences ?

L.A : Je vais commencer par le plus frais, l'Asie. Donc pour l'Asie, non, franchement je n'ai jamais eu de risque, je me suis jamais sentie en danger. Enfin, peut-être qu'au niveau d'un manque de sécurité oui, dans les infrastructures. En Indonésie je dirais qu'il m'est arrivé pas mal de galères mais surtout à cause des infrastructures, tout est un peu à l'arrache, ils sont toujours très confiants dans ce qu'ils font, tout va toujours bien se passer. Par exemple, je faisais une rando, et j'ai un arbre qui m'est tombé sur la tête. Aussi, je faisais une croisière, le bateau a touché le fond du récif, donc on est resté coincé 1 nuit à ne plus pouvoir bouger. C'est un autre bateau qui est venu nous chercher. Ou alors par exemple, j'ai fait le Mont Rinjani sur l'île de Lombok en Indonésie. Une Brésilienne est décédée en tombant et personne n'est venu la secourir, ça montre bien qu'il y a des soucis.
Par contre, je ne me suis jamais sentie pas à l'aise. Ça ne m'est jamais arrivé.

Par contre pour l'Amérique Latine, c'était différent. Je ne regardais plus où j'allais dormir ou si je bougeais. Dans la ville où j'étais, à Mérida, ça ne craignait pas du tout, mais par exemple quand je suis allée à Mexico City, j'ai regardé les quartiers, en Colombie c'est pareil, fin voilà, je me méfiais un peu plus. Après au Mexique et en Colombie, ça dépendait beaucoup des villes. Je sentais plus la pression, c'était plus risqué, dans certaines rues je ne pouvais pas passer et d'ailleurs en Floride c'était à peu près pareil. La journée ça allait très bien, mais le soir je ne me sentais pas très à l'aise.
Pour revenir à Mexico, ce qui m'est arrivé, c'est que j'avais réservé un AiBnb, et une semaine avant d'arriver à Mexico, le AirBnb a été annulé. Du coup, j'en ai repris un sans trop regarder, et je me suis retrouvée dans un quartier qui craignait énormément. Les Uber ne voulaient pas me déposer dans ma rue, ils annulaient les commandes de courses quand ils voyaient le lieu de dépôt. Tout le monde avait un regard intimidant. Je dirais que c'est mon pire souvenir au niveau du manque de sécurité.

Actuellement, je n'ai pas de voyage en solitaire de prévu. Y'a des pays que j'aimerais bien faire mais pas forcément en solitaire. Avant, je compte finir mon master.

Flora/Flavie : As-tu une organisation précise dans la réalisation de tes voyages ?

L.A : Je ne sais pas vraiment si j'ai une organisation de voyage, c'est surtout par réflexe. Je garde les mêmes façons de faire d'un voyage ou d'un pays à l'autre. En Asie, c'est un continent où tu as la chance de ne pas avoir spécialement besoin de s'organiser, tu peux réserver le matin pour le soir/la nuit, tes activités, tout ça. Il n'y a pas vraiment de méga organisation à avoir. La seule organisation à laquelle je pense, c'est d'avoir un kit de secours dans lequel je mets le strict minimum vital et essentiel, pour les bobos et si jamais je tombais malade.

Choix des destinations
Flora/Flavie : Quels facteurs influencent tes choix de destinations pour voyager ?

L.A : Concernant le Mexique, c'était pour un Erasmus donc c'est pour ça que j'étais partie là-bas. J'avais fait le choix du Mexique parce que les témoignages des anciens étudiants qui y étaient partis, ça faisait un peu rêver, ça paraissait un peu incroyable, la faculté paraissait bien aussi. Je voulais aussi être dans un pays hispanophone.
D'ailleurs, avant de choisir de partir en Colombie pendant les vacances, je m'étais penchée sur le Guatemala mais l'accès paraissait vraiment trop compliqué. C'est suite à ça que j'ai regardé, par curiosité, les prix des billets d'avion pour la Colombie. Donc les prix collaient bien avec ce que je pouvais dépenser, et l'envie de nouveau m'a fait choisir de partir.
Pour l'Asie, avant de choisir ces pays-là, je m'étais posé la question de repartir en Amérique latine pour continuer la découverte des autres pays. Mais le problème c'est le passage des frontières là- bas, ce sont aussi des pays plus chers que ceux de l'Asie. Donc, je n'ai pas eu de mal à me pencher sur l'Asie au final. J'ai des copines qui étaient déjà parties en Asie et qui m'avaient vraiment dit que c'était génial. L'Asie, c'est une destination moins prise de tête que l'Amérique latine parce que y'a moins besoin de regarder chaque lieu et quartier avec les éventuels dangers qui peuvent y avoir. Voilà pourquoi je me suis dirigée vers l'Asie : le prix, l'argent, la facilité de traverser les frontières.

Pratiques touristiques sur un territoire
Flora/Flavie : Pourrais-tu nous présenter et expliquer les pratiques touristiques que tu réalises sur un territoire ?

L.A : Surtout de la découverte, des pratiques culturelles et des moments de repos, du shopping, je parle pour l'Asie, là ! Un peu de tout. Je passais du temps avec les gens que je rencontrais là-bas.

Craintes/Dangers sur les voyages en solitaire
Flora/Flavie : As-tu des craintes lorsque tu voyages en solitaire ? Saurais-tu nous dire les facteurs qui en seraient peut-être responsables ?

L.A : Ma première crainte, c'était le fait de me retrouver seul à l'étranger. Ce n'était pas quelque chose d'habituel pour moi, donc j'appréhendais. Je ressentais aussi de la peur, de ne pas y arriver, comment gérer une galère ? Malgré les rencontres que j'ai pu faire, on a toujours peur d'être seule dans les mauvais moments.
En plus, dans n'importe quels pays tu peux tomber sur LA mauvaise personne. Heureusement, ça ne m'est pas arrivé.
Dans la vie de tous les jours, je suis quelqu'un qui n'aime pas être seule, je craignais un peu d'aller au restaurant seule par exemple, faire des activités toute seule, et à la fois, ces expériences m'ont poussée à m'inscrire à beaucoup d'excursions et activités sur place, comme ça, j'ai rencontré du monde.

Flora/Flavie : Dans la continuité de la question d'avant, as-tu déjà ressenti un inconfort ou un danger lié au statut de femme seule à l'étranger ?

L.A : Franchement, non ! Pas du tout ! En Asie, les gens sont très bienveillants, quand ils voient que tu as besoin d'aide ou de quelque chose, ils sont très serviables, curieux et cherchent à savoir comment ils peuvent t'aider.
Par rapport au quartier à Mexico City, je ne dirais pas que c'était parce que j'étais une femme que je me suis mal sentie, parce que même un gars aurait été mal. C'était vraiment le quartier en lui-même qui craignait, ce n'était pas lié à mon statut de femme.

Flora/Flavie : Pensez-vous que le fait d'être une femme, influence votre mise en danger ou insécurité potentielle dans un pays ?

L.A : Oui bien-sûr ! Et d'ailleurs dans n'importe quel pays, tu es forcément plus vulnérable. Mais par contre je n'ai jamais eu cette expérience mais je pense que c'est une réalité.

Réglementations/Normes/Conditions d'accès d'un territoire

Flora/Flavie : L.A, nous aimerions te poser des questions un peu plus techniques sur le sujet, lorsque que l'on te parle de « les conditions d'accès », « réglementations » et « normes » d'un pays ou d'un territoire, qu'est-ce que tu comprends ?

L.A : « Les conditions d'accès », je dirais que ça fait référence à la manière dont on peut entrer dans un pays, « les réglementations » c'est plutôt tout ce qui est en lien avec les lois et « les normes » c'est tout ce qui est mis en place sur le territoire, en lien avec la culture du pays, ce n'est pas lié aux lois.

Flora/Flavie : Si on relie ces notions aux voyages que tu as realisés, est-ce que tu connaissais les conditions d'accès, les normes et les réglementations des destinations ?
Et penses-tu que celles-ci peuvent freiner la liberté de voyager seule ?

L.A : Pour le Mexique, c'était un VISA de 180 jours, et dès qu'une frontière était passée, j'avais un nouveau VISA de 180 jours, la seule condition c'était d'avoir un billet d'avion retour.
La Colombie, c'était aussi un VISA touristique. Par contre, les États-Unis c'était une demande avec les TSA, c'est l'Administration de la Sécurité des Transports.
Par contre, pour les réglementations, on avait fait très attention pour les États-Unis, parce qu'ils ne sont pas très copains avec le Mexique. Tout s'est bien passé, on est français, on a de la chance d'avoir un passeport « fort ».
Pour l'Asie, c'était pareil, il fallait une preuve que je ressortirai du pays, donc ce sont des billets de transport qui le prouvent.
Pour certains pays, j'avais des VISA à durée déterminée. Par exemple pour le Vietnam, j'avais un VISA d'un mois gratuit alors qu'au Cambodge c'était un VISA d'un mois mais payant. Le Laos, c'était aussi 1 mois payant, la Thaïlande c'était 60 jours gratuits, la Malaisie, il me semble que c'était gratuit sans durée limitée. Par contre, l'Indonésie c'était le bazar, les réglementations changeaient tout le temps. C'était un VISA payant de 30 jours, avec la possibilité de le prolonger 30 jours mais il fallait repasser par le bureau de l'immigration juste pour faire une photo entre les 30 et 60 jours. De base, quand je suis entrée dans le pays, c'étaient des démarches qui pouvaient être faites sur internet, et au final non !
Les VISA qui sont payants ça peut vraiment être un frein pour accéder à un pays. Certaines personnes utilisent leur VISA jusqu'à ce qu'il périme juste parce qu'ils l'ont payé.
Globalement, les normes entre les États- Unis, le Mexique et la Colombie, elles ne changent pas trop.
Par contre en Asie, les normes sont en lien avec le respect des lieux culturels, parce que c'est très important là-bas. Les femmes doivent avoir les épaules et les genoux couverts. En Malaisie par exemple, je devais porter un voile. Généralement, à l'entrée de certains lieux, ils savent que tu n'es pas habillée comme il faut, donc ils ont de quoi prêter aux touristes.
Y'a aussi une politique « anti-drogue » en Asie, c'est quelque chose qui peut aller très loin. C'est la prison directement.
Et encore, je n'ai pas fait les pays du monde les plus durs d'accès, surtout les pays en guerre, je pense à l'Afghanistan.

Flora/Flavie : Aujourd'hui, estimes-tu les conditions d'accès suffisantes dans le monde dans le cadre d'un voyage ?

L.A : Franchement, ça dépend des pays, y'en a pour lesquels c'est suffisant et pour d'autres non. Mais il n'y a pas que ça, cela dépend du pays où tu viens. Nous, on a la chance de

venir d'un pays accessible, on a un passeport qui nous permet d'aller dans beaucoup de destinations sans trop de soucis. J'ai rencontré un couple quand j'étais en voyage, le monsieur était français, et la dame était turque, elle avait besoin de faire plus de démarches que lui, des demandes de VISA etc.

Flora/Flavie : Consultes-tu les recommandations du ministère des Affaires étrangères avant de partir à l'étranger ?

L.A : Oui, avant chaque destination je me renseigne sur le site internet du ministère des Affaires étrangères avant d'aller sur le territoire.
Par exemple, pendant un moment, je m'étais posé la question d'aller en Birmanie, j'ai vu que ce n'était pas du tout recommandé, j'ai abandonné l'idée.
D'un sens je me méfie un peu aussi, ça m'est arrivé de faire des choses classées en orange ou rouge et il ne m'est rien arrivé. Après, ils sont là pour avertir donc c'est normal.
Des fois, il faut se faire confiance, et écouter les témoignages des gens qui ont visité certains territoires.

Flora/Flavie : Connais-tu la plateforme « Fil d'Ariane » ?

L.A : Oui je connais, c'est pour avertir de ton départ à l'étranger.
Si je ne dis pas de bêtises, je m'étais inscrite quand j'étais partie au Mexique. Je l'avais fait aussi pour l'Asie mais j'étais en vadrouille donc j'avais indiqué plusieurs pays.
Ça permet aussi à la personne que tu as mentionnée dans ton inscription comme étant « la personne à prévenir en cas de problème » à recevoir des notifications en cas de problème te concernant lorsque tu es sur le territoire. Ça permet aussi d'être rapatrié en cas de problème, je le vois un peu comme « une assurance ». C'est un moyen qu'il sache que tu es un ressortissant français à l'étranger.

Flora/Flavie : Merci beaucoup L.A pour toutes tes réponses et cet échange qui nous a permis de récolter beaucoup d'indications dans le cadre de notre mémoire de recherche. C'était très intéressant de découvrir ton parcours et tes vadrouilles à l'étranger.

L.A : Merci à vous d'avoir pris le temps de m'écouter ! A bientôt. »

ANNEXE 5 - Retranscription d'un entretien semi-directif - O.K

Qui ? O.K (personne interrogée) et **Flavie** (chercheuse) au sujet du mémoire de recherche. Nous avons utilisé la transcription de type sociologique comme outil de travail.

Date : 29 avril 2026
Durée : 0 h 33min
Entretien semi-directif par Whatsapp

Salutations non enregistrées.
Présentation des objectifs de la recherche et explication de l'apport de la participante à la recherche non enregistrés.

« **Flavie** : Est-ce que tu acceptes que je t'enregistre pour pouvoir retranscrire notre entretien plus tard ?

O.K : Pas de soucis, au contraire ! »

Généralités sur les voyages en solitaire
« **Flavie** : Super, dans un premier temps je te remercie de t'être rendue disponible, on va pouvoir commencer cet entretien.

O.K : Avec plaisir !

Flavie : Première question, j'aimerai que tu me présentes le contexte de ton ou tes voyages en solitaire, la date, le pays, la durée que vous avez passée sur place… ?

O.K : Du voyage en entier ?

Flavie : Du voyage ou des voyages, la question est un petit peu large donc tu peux adapter la réponse à ton profil et tes expériences.

O.K : Ok, alors moi je voyage en solitaire depuis plusieurs années déjà, mais là on va dire que je me suis focus sur le continent africain. A la base j'étais partie en 2021 avec ma copine, on s'est séparées en route, du coup j'ai repris toute seule depuis janvier 2025 depuis l'Afrique du Sud et j'ai remonté toute la côte Est de l'Afrique jusqu'à l'Ouganda là actuellement. Mon dernier pays en solitaire en Afrique ça sera le Kenya donc au final ça fera à peu près un an et demi toute seule, deux ans quasiment toute seule.

Contexte/Voyages en solitaire réalisés/Organisation
Flavie : Impressionnant ! Du coup je voulais connaître la fréquence des voyages en solitaire, en général c'est une fois par an, deux fois par an ? Même si là pour le coup tu vis de ça donc ta réponse sera forcément un peu différente.

O.K : Oui alors effectivement, moi c'est un peu tout le temps, pas forcément tout le temps en solitaire parce que ça dépend aussi de ma vie personnelle, mais c'est vrai que le voyage étant mon travail, mon fond de commerce je voyage minimum la moitié de l'année. Le restant de l'année étant un peu plus basé sur tout ce qui est recherche de projets, création de projets, montages, toute la post production mais comme c'est mon travail c'est vrai que ça m'amène à beaucoup voyager en solo.

Flavie : Ok, merci donc je voulais savoir si vous aviez des zones géographiques que vous préférez à d'autres ou dans lesquelles vous voyagez plus souvent peut-être ?

O.K : Alors c'est vrai que j'ai un coup de cœur pour le continent Africain parce que c'est un continent sur lequel on a énormément de préjugés depuis notre vision d'Européens et moi c'est ce qui m'intéresse le plus justement c'est d'aller découvrir ça par moi-même, voir comment je peux le retranscrire à travers mes images. J'ai envie de tout découvrir, j'ai pas envie d'arriver dans un pays et d'avoir déjà une image préconçue de ce pays là, donc c'est vrai que l'Afrique je m'y suis quand même bien installée on va dire ces dernières années mais ensuite ça m'arrive aussi de voyager dans d'autres pays complètement différents toute seule je ne suis pas bloquée là-dessus. Là prochainement normalement je devrai passer sur le Moyen-Orient toute seule donc ça va quand même bien changer.

Flavie : D'accord donc oui effectivement il n'y a pas une zone en particulier que vous allez privilégier plus que les autres.

O.K : C'est ça complètement.

Flavie : Ok super. Ensuite j'allais vous demander si vous aviez un futur voyage en solitaire de prévu mais vous avez répondu à la question avant même que je ne vous la pose. Donc vous finirez votre road trip comme vous me l'avez dit c'est ça ? Donc je voulais savoir un petit peu comment vous organisiez vos voyages en solitaire, c'est à dire est ce que vous allez vous renseigner sur le pays avant, sur les lois, les éventuelles coutumes… en tant que femme en solitaire ?

O.K : Alors moi je ne suis pas un bon exemple car je ne suis pas la personne la plus organisée du monde, je ne vais pas faire énormément de recherches à l'avance parce que justement j'aime bien me laisser surprendre et surtout j'aime bien apprendre des locaux sur place en leur posant directement des questions donc ce que je vais vérifier quand même en amont évidemment c'est les choses de base : comment avoir un VISA, quelles sont les zones peut-être à éviter, je vais quand même faire quelques recherches sur des blogs voyages notamment pour essayer de voir un petit peu les incontournables, les petits coins à absolument voir et les endroits qui sortent de l'ordinaire, le genre d'endroits qui me paraissent pour moi intéressants. Ensuite ça va vraiment se faire au feeling sur place. Ce qui est cool dans mon cas c'est d'avoir la flexibilité du temps, je ne suis pas pressée par le temps, ce qui me permet d'arriver et de me dire que je vais rester plusieurs jours au même endroit parce que je l'aime beaucoup et là on va me donner un conseil donc je vais aller voir tel endroit alors qu'il n'était pas prévu… Du coup je vais vraiment faire au fur et à mesure et le plus important c'est vraiment d'essayer d'écouter comment je me sens car je suis toute seule j'évite d'être trop fatiguée, de pas faire trop d'heures de route, de pas m'obliger à faire justement des incontournables qui vont me faire faire tout un détour pour au final que ça ne m'intéresse pas tant que ça. Du coup, des fois je préférerais ne pas forcément faire quelque chose de « touristique » pour aller plutôt dans un autre coin et être sûre de d'être dans de bonnes conditions sans m'épuiser non plus.

Flavie : Oui en fait vous vous écoutez, vous écoutez vos ressentis parce que mine de rien vous êtes quand même toute seule, il faut que vous vous écoutiez pour ne pas vous mettre dans des situations embarrassantes voire dangereuses parfois.

O.K : Oui voilà c'est exactement ça.

Flavie : Ok donc ensuite la question suivante est quels facteurs influencent les choix de vos destinations ? Qu'ils soient émotionnels, curiosités, financiers, …

O.K : Moi perso ça va être un mix entre les envies de certaines cultures, je vais me dire j'ai vraiment envie de découvrir ça… Il y a aussi l'accessibilité géographique qui est importante pour moi car je voyage par la terre, les frontières terrestres, donc je ne vais pas aller en Indonésie demain ça ne correspond pas à ce que je fais et ce que j'aime faire. Donc voilà,

l'accessibilité géographique, quels sont les pays limitrophes à celui dans lequel je suis et dans ces pays là est ce qu'il y a des régions qui m'intéressent en particulier. Il y a aussi l'aspect physique, l'aspect "fatigue" que je ne néglige pas du tout. Il y a des pays qui sont très grands, d'autres plus petits dans lesquels on peut faire plus de choses. C'est un équilibre à trouver entre tout ça. Il y a aussi le facteur travail qui change beaucoup pour moi car si je suis curieuse d'une culture ou de traditions je vais me dire qu'il faut absolument que j'aille là-bas pour en faire un reportage, un article, un blog...
Flavie : C'est vrai que votre statut est particulier puisque vous vivez de ces voyages on a pu le remarquer Flora et moi que les gens dont le métier est de créer du contenu autour des voyages ont des facteurs qui les influencent souvent différents que les personnes lambda qui voyagent uniquement pour le plaisir. Souvent ces personnes là, le premier facteur qui les influence c'est le facteur financier, dans votre cas ça vous concerne moins puisque vous en vivez.

O.K : Oui c'est vrai, après moi en ce moment je voyage beaucoup dans des pays dans lesquels la vie locale n'est pas très chère ça influe quand même mine de rien sur mes choix de destination aussi. Dans mon cas en plus, je n'ai pas le prix des billets d'avion à inclure dans mon budget vu que je passe d'un pays à l'autre par les frontières terrestres. Je vis aussi dans mon propre 4x4 donc je n'ai pas de budget hébergement à prendre en compte donc d'un point de vue financier ça me permet d'être plus libre. Par contre, il y a des pays dans lesquels le carburant était très cher ou alors c'était compliqué de faire du camping sauvage, j'étais donc obligée d'aller dormir dans des campings assez chers et là clairement c'est une donnée qui peut raccourcir drastiquement le temps passé dans ce pays.

Pratiques touristiques sur un territoire
Flavie : Oui effectivement, donc question suivante « quelles sont les pratiques touristiques que vous réalisez sur un territoire ? Celles-ci sont-elles plus adaptées à des personnes en particulier ? Est ce que vous avez des pratiques plutôt culturelles, plutôt sportives, de loisirs… ou un peu de tout ?

O.K : Alors moi ça va être principalement culturel c'est vrai. Ça va être aussi très axé expériences humaines, rencontres avec l'autre… Je sais que je vais beaucoup plus apprécier aller me promener dans un village toute seule pour essayer de ressentir l'ambiance locale, rencontrer les gens, observer comment ils vivent sur place et puis potentiellement après créer des petites amitiés. Je ne vise pas forcément une activité en particulier, par exemple là en Ouganda il y a plusieurs parcs nationaux dans lesquels on peut faire des safaris ce qui est absolument génial mais moi mon premier objectif en venant en Ouganda c'est pas d'aller voir les animaux dans les parcs c'est plus de ressentir la vie locale au plus près des gens.

Craintes/Dangers sur les voyages en solitaire
Flavie : C'est très intéressant ce point de vue, cet angle de vue qui diffère selon les gens il y en a qui préféreront privilégier le all inclusive, ne pas rencontrer les locaux tandis que d'autres comme vous au contraire, vont privilégier l'échange le partage… Chacun sa façon de faire mais j'aime beaucoup la vôtre c'est un peu ce que je fais moi aussi mais à échelle moindre. On peut passer à la question suivante « Avez-vous des craintes lorsque vous voyagez en solitaire en tant que femme seule ?

O.K : Non je n'ai pas de craintes, je n'ai pas de peurs, je n'en ai jamais eu, j'ai pas eu à dépasser ça quand je me suis lancée pour mon tout premier voyage solo. Par contre j'ai des doutes assez récurrents évidemment puisque des fois le voyage solo peut aussi être un peu pesant avec la solitude...Ce n'est pas toujours le voyage parfait mais par contre je n'ai pas peurs à surmonter, je n'ai pas peur d'aller à la rencontre des gens, des inconnus, d'être toute seule le soir dans la brousse… je n'ai pas cette barrière là et je pense que c'est un super atout je ne me pose pas trop de questions.

Flavie : C'est très étonnant et effectivement c'est vraiment une chance ! Passons donc à la question suivante : avez-vous déjà ressenti un inconfort lié à votre statut de femme en solitaire à l'étranger ?

O.K : Non je ne me suis jamais sentie en insécurité par contre il peut y avoir des moments et des situations un peu étranges et j'essaye d'écouter mon instinct et mes ressentis et me dire là je suis face à une situation dans laquelle il ne vaut mieux pas que je reste sans forcément qu'il se passe quoi que ce soit mais je ressens quelque chose. Je sens que je suis un peu trop excentrée, que je suis seule avec quelqu'un qui a un comportement un peu bizarre ce genre de choses… et dans ces cas là je vais simplement bouger mais ça n'est jamais arrivé au point où je me suis sentie en insécurité. Par contre ces moments là de doute et le voyage solo m'ont énormément renforcée et m'ont aidée à développer un comportement de protection selon les situations. Je sais que maintenant quand il y a des hommes qui me draguent un peu lourdement, si l'environnement me le permet, je ne prends plus de pincettes, j'arrive à rembarrer l'homme à physiquement lui mettre une main devant la tête, à lui dire clairement « stop » ...Ce genre d'actions que je n'aurais pas osé faire lors de mes premiers voyages solo.

Flavie : Oui évidemment vous avez gagné en expérience, en maturité, en confiance en vous, les voyages forment la jeunesse comme on dit ! Donc est ce que vous pensez que le fait d'être une femme ça influence votre mise en danger ?

O.K : Moi je n'en ai pas l'impression, je pense que c'est la perception des gens qui joue. Les gens pensent, dans notre société, que les hommes sont plus forts que les femmes malheureusement, ce avec quoi je ne suis évidemment pas du tout d'accord. Si quelqu'un veut t'attaquer avec une arme, une machette que tu sois un homme ou une femme on s'en fout de ce que tu as entre les jambes, l'important c'est est-ce que tu sais te défendre ou pas. Moi je ne me sens pas du tout plus en danger en tant que femme que si j'étais un homme même si je ne peux pas vraiment comparer, mais de mon vécu les gens vont avoir l'impression que tu es une petite chose fragile alors que pas du tout. Il faut avoir des réflexes de base et ne pas se retrouver dans des situations délicates comme je l'ai dit tout à l'heure. Moi j'ai aussi de la chance de par ma carrure je suis quand même grande et sportive et ça me donne un peu de confiance. Évidemment je n'ai jamais eu à me battre avec quelqu'un mais je sais que si l'adrénaline monte et que je dois me défendre la personne en face ne sera pas très contente , garçon ou fille je pense qu'on est capables de se défendre si on est en danger et du coup pour moi ce n'est pas quelque chose qui va me freiner, me faire penser à deux fois avant de partir en voyage.

<u>Réglementations/Normes/Conditions d'accès d'un territoire</u>

Flavie : C'est hyper intéressant, vous êtes la seule à nous avoir fourni cette réponse de toutes les autres interrogées qui pensaient que leur statut de femme les mettaient plus en danger que si elles avaient été des hommes. Nous de notre côté avec Flora ça nous permet d'avoir des témoignages qui se croisent et qui alimentent tous les points de vue c'est hyper riche et intéressant à observer. Du coup on peut passer à la question suivante : qu'est ce que vous comprenez par conditions d'accès, réglementations et normes d'accès à un pays ?

O.K : C'est une question très large. Pour moi c'est les us et coutumes d'un pays, quelles en sont les lois de base, ce qu'on a droit de faire et de ne pas faire, comment se comporte la société, ce qui est bien et pas bien vu, les habitudes du quotidien. Quand je pense à la réglementation c'est très différent selon les régions du monde. En Afrique ça me fait penser à la corruption, à des jugements qui sont faits par des personnes d'autorité très biaisées que nous n'aurions pas en France…

Flavie : Ok très bien, question suivante à laquelle vous avez déjà un peu répondu mais est ce qu'avant de partir dans un pays vous connaissez justement les conditions d'accès, normes et réglementations de ce dit pays ?

O.K : Oui, comme je disais les conditions de base, tout ce qui est VISA tout ça évidemment. Après tout ce qui est règlementation par exemple il y a des pays dans lesquels c'est tolérance zéro pour l'alcool, moi ça ne me concerne pas car je ne bois pas alors que dans d'autres pays aucun problème à consommer de l'alcool. Après sur place il y a des choses qu'on va rapidement apprendre comme les limitations de vitesse, ce que l'on a droit de faire ou non dans la rue, sur la route, les comportements à adopter dans la ville… Tout ça c'est plus des choses qu'on va apprendre au fur et à mesure sur le tard, il n' y a pas de manuel de toutes ces règles qu'on va lire avant.

Flavie : Heureusement sinon il n'y aurait plus aucun intérêt à voyager. Est ce que vous pensez que les conditions d'accès, normes et réglementations d'un territoire peuvent freiner la liberté de voyager en tant que femme ?

O.K : Je ne pense pas, je sais qu'il y a encore quelques années en Arabie Saoudite par exemple il était interdit de se déplacer en étant une femme seule ça n'est plus le cas heureusement. Mais pour moi à partir du moment où il n'y a pas une règle, une loi, un écrit qu'il soit religieux ou non qui décrète que la femme a moins de droits q'un homme alors dans ce cas là ça ne change pas grand-chose à titre personnel dans ma façon de voyager. Par exemple, lorsque je voyageais avec ma copine avant on ne faisait pas vraiment attention aux lois anti LGBTQ+, on se renseignait rapidement mais on ne se montrait jamais en public parce qu'on partait du principe qu'il s'agissant de notre vie privée mais par contre on ne faisait pas attention au niveau d'interdiction du pays, c'est à dire que même si le pays bannissait ou menaçait d'une peine de prison les LGBTQ+ on n'y faisait pas attention, on évitait juste de montrer de l'affection en public. Et je maintiens ce point de vue et je le défends, c'est pas parce qu'un pays est contre mes valeurs que ça va m'empêcher d'aller le découvrir parce que pour moi ça reste quand même intéressant d'aller rencontrer les personnes, comprendre la culture de ce dit pays et même s'il y a des choses avec lesquelles je ne suis pas d'accord ça ne va pas m'empêcher d'aller découvrir ce pays.

Flavie : D'accord, écoutez je trouve cela très courageux comme approche, c'est vrai que même si vous ne montrez pas d'intimité dans la rue ça peut quand même être effrayant de savoir que l'on est dans l'illégalité à l'étranger.

O.K : Oui c'est vrai, on sait qu'on est dans l'illégalité et en même temps on sait qu'on est étrangères, on bénéficie de ce statut un peu particulier qui nous accorde des privilèges. Quand on voyageait à deux, les gens partaient du principe qu'on était sœurs. A aucun moment ils pensaient qu'on était en couple donc en soit on se posait même pas la question, on était juste deux femmes qui voyageaient ensemble et c'est tout. Maintenant que je suis toute seule, les gens ne se posent même pas la question sur mon orientation sexuelle.

Flavie : Oui et je pense que pour une fois le statut de femme vous a été bénéfiques parce que lorsque l'on voit un couple lesbien les gens ont plus tendance à penser qu'elles sont sœurs ou amies tandis qu'un couple homosexuel est tout de suite catégorisé et mis dans une case. C'est une belle façon de penser que de se dire que c'est pas parce que ce pays et ses lois ne correspondent pas à mes valeurs que je dois m'en priver, un bon mindset. On arrive bientôt à la fin des questions donc je voulais savoir si vous consultiez les recommandations du Ministère des Affaires Étrangères avant de partir dans un pays ?

O.K : (rires) Pas du tout

Flavie : Je m'en doutais !

O.K : Pas du tout parce que je sais qu'ils sont trop alarmistes et pessimistes. Pour certains pays que j'ai traversés, ils abusent. Il y a des zones classées rouge avec des risques élevés qui ne sont pas aussi dangereux que ça, je pense que c'est une façon du gouvernement de se dédouaner de dire qu'on vous avait prévenus s'il vous arrive quelque chose. Je trouve que parfois ils abusent surtout en Afrique. Alors évidemment il y a parfois des zones rouges qu'il faut vraiment éviter mais la plupart du temps c'est exagéré et pessimiste.

Flavie : Oui c'est vrai c'est une façon de se dédouaner aussi, parfois même peut-être de cultiver un mythe. Moi-même je suis allée dans certains pays en zone rouge qui ne présentaient pas de risques apparents. Pour en finir sur ce sujet, est ce que vous connaissez la plateforme du Fil d'Ariane ?

O.K : Oui

Flavie : D'accord, mais vous ne l'utilisez pas ?

O.K : Alors pour le coup je pourrai l'utiliser c'est juste pour être référencé dans le pays dans lequel on est, c'est une habitude que je devrai prendre, je trouve ça bien de le faire au cas où il y a un problème dans le pays l'ambassade saura que j'y suis. Je trouve que c'est une bonne initiative, c'est une habitude que je devrai avoir et que je vais me forcer à avoir.

Flavie : Ça viendra ! On arrive du coup à la dernière question, est ce que vous pourriez m'indiquer votre âge, votre niveau d'études et votre situation professionnelle ?

O.K : J'ai 30 ans, j'ai fait un bachelor, donc Bac+3 et je suis donc indépendante, à mon compte en freelance.

Flavie : Super, écoutez je vous remercie. Quelle heure est-il chez vous ?

O.K : J'ai juste une heure de plus donc ça va.

Flavie : Ah d'accord alors c'est le début de soirée. Je vous remercie de m'avoir accordé de votre temps et d'avoir répondu à toutes les questions. Je vous souhaite une bonne soirée et une bonne continuation pour la fin de votre road trip. Au revoir.

O.K : Merci à vous de m'avoir écoutée et bon courage pour la fin de votre master au revoir. »

ANNEXE 6 - Retranscription d'un entretien semi-directif - M.A

Qui ? M.A (personne interrogée) et **Flora + Flavie** (chercheures), au sujet du mémoire de recherche.
Nous avons utilisé la retranscription de type sociologique.

Date : mardi 10 mai 2026
Durée : 0 h 45 min
Entretien semi-directif par Teams.

Salutations non enregistrées.
Présentation des objectifs de la recherche et explication de l'apport de la participante à la recherche non enregistrés.

« **Flora/Flavie** : Acceptez-vous d'être enregistrée, afin de pouvoir retranscrire notre entretien ?

M.A : Oui »

Généralités sur les voyages en solitaire
« **Flora/Flavie :** Pouvez-vous nous décrire rapidement le contexte de vos voyages en solitaire ?

M.A : J'ai commencé à voyager seule en 2021 après mes études. Mon premier voyage était au Portugal pendant une semaine. Ensuite, j'ai réalisé plusieurs voyages plus longs, notamment en Thaïlande pendant un mois et au Mexique pendant trois semaines.

Flora/Flavie : À quelle fréquence voyagez-vous seule ?

M.A : En général, je pars seule deux fois par an, souvent pendant mes congés. J'aime aussi faire des week-ends seule en Europe.

Flora/Flavie : Dans quelles zones géographiques voyagez-vous principalement ?

M.A : Principalement en Europe et en Asie du Sud-Est. J'aimerais découvrir davantage l'Amérique latine.

Flora/Flavie : Avez-vous déjà ressenti un manque de sécurité dans certaines destinations ?

M.A : Oui, surtout dans certaines grandes villes où je faisais davantage attention le soir. Au Mexique, j'ai parfois ressenti une vigilance plus importante concernant les transports et certains quartiers.

Flora/Flavie : Avez-vous un futur voyage en solitaire prévu ?

M.A : Oui, je prévois un voyage de trois semaines au Japon l'année prochaine.

Contexte/Voyages en solitaire réalisés/Organisation
Flora/Flavie : Comment organisez-vous vos voyages en solitaire ?

M.A : Je prépare beaucoup en avance. Je réserve généralement mes hébergements avant de partir, surtout pour les premières nuits. Je consulte aussi des blogs, des groupes Facebook et des vidéos de voyageuses solo pour avoir des conseils pratiques.

Flora/Flavie : Quels critères prenez-vous en compte dans votre organisation ?

M.A : La sécurité est très importante. Je regarde les avis des hébergements, les quartiers recommandés et les moyens de transport disponibles. J'essaie aussi de garder un itinéraire flexible.

Flora/Flavie : Quels facteurs influencent le choix de vos destinations ?

M.A : Le budget, la sécurité, la culture locale et le climat. Les témoignages d'autres femmes voyageant seules influencent aussi beaucoup mes décisions.

Flora/Flavie : Quelles activités réalisez-vous généralement sur place ?

M.A : J'aime visiter les lieux culturels, faire des randonnées, découvrir la gastronomie locale et rencontrer d'autres voyageurs dans les auberges ou lors d'activités organisées.

Craintes/Dangers sur les voyages en solitaire

Flora/Flavie : Quelles sont les principales craintes ressenties lors d'un voyage seule ?

M.A : Principalement les agressions, le harcèlement de rue ou le fait de me retrouver seule dans une situation compliquée sans aide immédiate.

Flora/Flavie : Avez-vous déjà ressenti un inconfort ou un danger lié à votre statut de femme seule à l'étranger ?

M.A : Oui, notamment en Égypte où certains comportements masculins étaient insistants. J'ai parfois dû modifier ma façon de m'habiller ou éviter certains endroits seule.

Flora/Flavie : Pensez-vous que le fait d'être une femme influence votre sentiment d'insécurité ?

M.A : Oui, clairement. Je pense qu'un homme seul ne réfléchit pas toujours aux mêmes risques. En tant que femme, on anticipe davantage certaines situations.

Réglementations/Normes/Conditions d'accès d'un territoire

Flora/Flavie : Que comprenez-vous par « conditions d'accès », « réglementations » et « normes » d'un pays ?

M.A : Pour moi, cela concerne les VISA, les règles administratives, mais aussi les normes culturelles ou sociales du pays.

Flora/Flavie : Avant de partir, vous renseignez-vous sur ces éléments ?

M.A : Oui, toujours. Je regarde les formalités d'entrée, les conseils aux voyageurs et les habitudes culturelles afin d'éviter les comportements inappropriés.

Flora/Flavie : Pensez-vous que certaines réglementations ou normes peuvent limiter la liberté de voyager seule ?

M.A : Oui, surtout dans certains pays où les femmes sont plus limitées socialement ou culturellement. Cela peut créer un sentiment d'inconfort.

Flora/Flavie : Consultez-vous les recommandations du ministère des Affaires étrangères avant de partir ?

M.A : Oui, toujours.

Flora/Flavie : Connaissez-vous la plateforme Fil d'Ariane ?

M.A : Oui, je l'utilise parfois pour enregistrer mes déplacements lorsque je pars longtemps.

Flora/Flavie : Pour terminer, pourriez-vous nous indiquer votre âge, votre niveau d'études et votre situation professionnelle ?

M.A : J'ai 27 ans, j'ai un master en communication et je travaille actuellement dans le marketing digital.

Flora/Flavie : Merci beaucoup pour votre participation et le temps accordé à cet entretien. Vos réponses seront très utiles dans le cadre de notre mémoire de recherche.

M.A : Merci à vous. »

ANNEXE 7 - Enquête quantitative

Dans le cadre de l'obtention d'un Master Projet et Développement Touristique des Destinations à l'INNTO ESTHUA, vous trouverez ci – dessous une enquête quantitative dans le but de nous apporter des réponses pour la réalisation de notre mémoire de recherche.

Public cible : les femmes françaises majeures ayant voyagé en solitaire dans le monde, ou souhaitant réaliser cette expérience.

Merci pour vos réponses ! Flora et Flavie

* Indique une question obligatoire

Informations sociodémographiques (identifier le profil des répondantes)

1. Quel est votre niveau d'études ? * Une seule réponse possible

Baccalauréat ou inférieur

Bac +2

Bac +3

Bac +4

Bac +5

Doctorat

2. Quel est votre âge ? * Une seule réponse possible

18-25

26-35

36-45

46-55

56-65

66 et plus

3. Quelle est votre situation professionnelle ? * Une seule réponse possible

Agricultrice exploitante

Artisan, commerçante et cheffe d'entreprise

Cadre et professions intellectuelles supérieures

Professions Intermédiaires

Employée

Ouvrière

Sans emploi

Étudiante

Retraitée

Expérience de voyage en solitaire

4. Avez-vous déjà voyagé seule à l'étranger ? * Une seule réponse possible

Oui (Passer à la question 5)

Non (Passer à la question 22)

Fréquence et zones géographiques des voyages

5. Quelle est la fréquence de vos voyages en solitaire ? * Une seule réponse possible

Une fois par an

Plusieurs fois par an

Une fois tous les 2-3 ans

Rarement (1 ou 2 fois dans la vie)

6. Quelles zones géographiques avez-vous fréquenté en solitaire ? * Plusieurs réponses possibles

Europe

Asie

Amérique du Nord

Amérique du Sud

Moyen-Orient

Afrique

Océanie

Facteurs du choix de la destination et influence des conditions locales de la zone géographique

7. Parmi les facteurs suivants, lesquels influencent votre choix de destination en tant que femme voyageant en solitaire ? * (1 : facteur pas du tout important → 5 : facteur très important)

(Réglementation : terme dérivé du mot "Règlement" : "Existence de textes écrits, des textes réglementaires, comportant un certain nombre d'impératifs juridiques, obligations de faire ou de ne pas faire")

(Norme : "désigne un état habituellement répandu, considéré le plus souvent comme des standards à suivre")

Une seule réponse possible par ligne.

	1	2	3	4	5
Sécurité pour les femmes					
Respect des droits des femmes					
Simplicité des démarches administratives					
Conditions d'accès au territoire					
Normes vis-à-vis du territoire					
Réglementations sur le territoire					

8. Pouvez - vous expliquer vos choix concernant les facteurs ci - dessus ? * N'hésitez pas à citer des exemples précis

Pratiques et expériences vécues pendant les voyages en solitaire

9. Quelles sont vos pratiques touristiques sur un territoire ? * Plusieurs réponses possibles

Shopping

Repos

Découverte patrimoine culturel

Découverte patrimoine naturel

Jeux/Sports

Sociabilité

10. Avez-vous déjà modifié vos pratiques touristiques en fonction de la culture d'un territoire lors d'un voyage en solitaire ? * Une seule réponse possible

Oui (Passer à la question 11)

Non (Passer à la question 12)

Précisions sur les pratiques modifiées

11. Pouvez - vous préciser, de manière détaillée, les modifications que vous avez réalisées concernant vos pratiques touristiques en fonction de la culture d'un territoire lors d'un voyage en solitaire ? *

Activités lors d'un voyage en solitaire

12. Avez-vous déjà évité la réalisation d'activités sur certains territoires ? * Une seule réponse possible

Oui (Passer à la question 13)

Non (Passer à la question 14)

Précisions sur les activités

13. Pouvez - vous préciser, de manière détaillée, les activités que vous n'avez pas réalisées et pourquoi ? *

Inconfort/dangers liés aux voyages en solitaire

14. Avez-vous déjà ressenti un inconfort ou un danger lié à votre statut de femme seule à l'étranger ? * Une seule réponse possible

Oui (Passer à la question 15)

Non (Passer à la question 16)

Précisions sur l'inconfort/dangers liés aux voyages en solitaire

15. Pouvez - vous préciser, de manière détaillée, le type de dangers ou d'insécurité que vous avez ressenti lors de vos voyages en solitaire ? *

Les réglementations et normes d'un territoire et les conditions d'accès

16. Comment qualifieriez-vous les conditions d'accès de chaque territoire que vous avez visité ? *

17. Comment qualifieriez-vous les normes de chaque territoire que vous avez visité ? * (Norme : "désigne un état habituellement répandu, considéré le plus souvent comme des standards à suivre")

18. Comment qualifieriez-vous les réglementations de chaque territoire que vous avez visité ? * (Réglementation : terme dérivé du mot "Règlement" : "Existence de textes écrits, des textes réglementaires, comportant un certain nombre d'impératifs juridiques, obligations de faire ou de ne pas faire")

19. Pensez-vous que les conditions d'accès, les normes et les réglementations d'un territoire peuvent freiner la liberté de voyager seule ? * Une seule réponse possible

Oui

Non

20. Consultez-vous les recommandations du ministère des Affaires étrangères avant de partir à l'étranger ? * Une seule réponse possible

Oui

Non

21. Prenez-vous le temps de vous inscrire sur « Fil d'Ariane » avant de partir à l'étranger ? * Une seule réponse possible

Oui

Non

Projet d'un voyage en solitaire

22. Envisagez-vous de réaliser un voyage en solitaire ? * Une seule réponse possible

Oui (Passer à la question 23)

Non (Passer à la question 26)

Projet d'un voyage en solitaire : zone géographique

23. Dans quelle zone géographique souhaitez-vous partir ? * Plusieurs réponses possibles

Europe

Asie

Amérique du Nord

Amérique du Sud

Moyen-Orient

Afrique

Océanie

24. Pouvez-vous expliquer vos choix concernant les zones géographiques sélectionnées ? *

25. Qu'influence vos choix concernant les zones géographiques, comment vous renseignez-vous avant votre départ ? *

Projet d'un voyage en solitaire non envisagé

26. Quels facteurs en sont responsables ? * (Veuillez répondre de manière détaillée)

Enquête quantitative réalisée par Google Forms