

Petit éloge du voyageur timide

Une petite musique revient souvent à mes oreilles. Le voyageur indépendant serait très sociable, à l'aise en toutes circonstances, sûr de lui… Cela impliquerai indirectement que les timides ne peuvent pas voyager en dehors d'un cadre très organisé ou familier ?
Bien sûr que si ! J'irais même jusqu'à dire que le voyage en mode timide peut représenter de beaux atouts et amener une autre approche du voyage.

Timide ? On parle de quoi ?

Timide, discret, en retrait, introverti… Autant de jugements reçus tels des coups de poings depuis mon enfance. Soit. C'est l'image que j'ai pu renvoyer ou renvoie encore dans certaines circonstances. Dont acte.

Mais les choses ne sont pas si simples. Entre l'image et le ressenti personnel, le gouffre peut être immense. Pour compliquer encore l'affaire, l'un et l'autre s'influencent largement.

Je suis sûr que vous avez dans votre entourage des personnes que vous jugez très sociables, allant facilement à la rencontre des autres, mais qui se disent timides. Faites un petit sondage à main levée dans une soirée entre amis, vous serez surement très étonné. A l'inverse, vous avez peut être un proche que vous pensez introverti et qui vous a surpris à prendre un job à responsabilité, ou est parti faire le tour du monde en solo…

Pour moi la timidité, la discrétion, sont des ressentis éminemment subjectifs et ne sont pas forcément liés aux notions de peur, courage, ou volonté.

> Alors pour terminer ce préambule, je précise que **je m'adresse ici aux personnes qui s'estiment timide**, peu importe le jugement que les autres portent sur cette réalité qu'ils ressentent au quotidien.

[su_box title= »Soit dit en passant… » box_color= »#ec7206?]S'il vous plaît, ne faites pas remarquer à une personne timide qu'elle ne parle pas, qu'elle est trop introvertie ou bien le lui faire ressentir en l'excluant d'une conversation. Par exemple, je ne supporte pas qu'on se mette devant moi quand on parle en cercle. C'est comme si on me montrait physiquement que je n'existait pas.
C'est le meilleure moyen pour effectivement ne plus entendre parler une personne timide de la soirée. Si vous êtes bienveillant et à l'écoute, que vous la sollicitez sans être insistant, vous pourriez être enchanté par ce qu'elle a dire et passer une meilleure soirée ! !

Parole de timide… Pour moi, c'est vrai à tel point que je peux passer du mode « mutique absolu » à « débatteur passionné » en fonction de l'attitude des personnes que j'ai en face de moi.[/su_box]

Être timide ne doit pas empêcher de voyager

Je ne dis pas que partir seul ou avec un compagnon également timide à l'autre bout du monde, en indépendant, sans parler la langue locale est une chose aisée. Il y a tout un tas de raisons qui pourraient pousser à renoncer :

- Comment je vais faire pour demander mon chemin ?
- J'oserai jamais me débrouiller seul(e) dans les transports en commun
- Faire la tournée des logement et négocier les tarifs, c'est pas fait pour moi
- Etc.

> Intimidé le petit bonhomme ? Non ! La curiosité l'a emporté sur l'appréhension

Ces appréhensions sont bien compréhensibles. Je suis passé par là et souffre toujours de cette retenue qui me handicape dans certaines situations. Non, le voyage n'a pas fait disparaitre ma timidité d'un coup de baguette magique, je ne vais pas vous vendre du rêve.

Mais je me suis tout de même lancé, d'abord avec des amis pour avoir un cadre rassurant, puis seul ou en couple, après avoir découvert des ressources inconnues en moi.

> Car une évidence s'impose en voyage : quand on n'a pas le choix, on y va et on s'aperçoit que ce n'est pas si difficile.

J'irai même jusqu'à dire que c'est plus simple quand on est à l'étranger : la peur du jugement est différente, atténuée. Personnellement, je me sens plus en confiance à l'étranger pour aller demander des renseignements à un inconnu. Je ne me l'explique pas très bien. Je pense que savoir que mon interlocuteur ait conscience que je sois en terrain inconnu me décomplexe.
C'est comme si j'avais une excuse pour aller le déranger. Un truc du genre : « hey, je suis pas d'ici alors c'est normal que je te poses des questions cons ».

[su_box title= »La théorie du pied dans la porte » box_color= »#ec7206?]Si cela vous parait difficile de vous lancer dans le voyage en indépendant à cause de votre timidité, mais que vous en mourrez d'envie, vous pouvez opter pour la progressivité. Partir en solo en Inde dès le premier voyage n'est pas forcément la meilleure idée par exemple.
J'ai choppé le virus du voyage lors d'un séjour au Sénégal. Mais je ne suis pas parti seul à l'aventure ! J'étais avec des amis de confiance et nous étions accueillis par une ONG sur place. Un cadre rassurant qui m'a permit de me tester et de partir plus serein par la suite.[/su_box]

Voyager peut atténuer une certaine forme de timidité

Si vous êtes comme moi, vous aurez même peut être l'occasion de faire plus facilement en voyage ce que vous n'arrivez pas à faire chez vous. Le fait d'être en terrain neutre, « débarrassé(e) » du poids culturel, de la peur de décevoir un proche pourrait bien vous donner des ailes.

La timidité vient souvent de la peur du jugement des autres. Cette peur peut être renforcée par un cadre culturel. En France et dans beaucoup de pays occidentaux, le culte de la performance, de l'apparence peuvent faire des ravages sur les timides.

Se retrouver dans un contexte totalement différent où votre apparence importe peu (ou moins), où on ne risque pas des moqueries parce qu'on pose une question maladroitement… Quel soulagement !

Enfin, le fait d'aller visiter certaines contrées, en particulier les coins moins touristiques induisent une bienveillance naturelle des habitants. La plupart des gens aiment voir qu'on s'intéresse à eux, à leur culture, à leur patrimoine. En dehors des zones de tourisme de masse (et encore…) et de certains cas isolés, vous

serez accueillis avec un apriori positif. Pour un timide comme moi, ça change tout !

Au pire, vous reviendrez de voyage avec une confiance en vous décuplée et ça pourrait bien vous aider dans la vie quotidienne… J'ai vu pas mal de personnes changer leur regard à mon propos.
Le fait d'aller où ils n'oseraient pas mettre les pieds peut changer leur opinion sur l'amalgame timide=coincé=peureux. Jugement modifié, confiance en soi en hausse… Un cercle vertueux peut alors se mettre en place.



Maison de notre famille d'accueil sur le lac titicaca



Je me sens quelque peu observée ! Mais quelle belle leçon de cuisine



La famille Ruiz Alaniz dans la réserve de Miraflor au Nicaragua

Loger chez l'habitant, un excellent moyen pour oublier sa timidité et faire de belles rencontres

Être timide peut apporter des avantages en voyage

Quand on est timide, il faut se mettre des coups de pieds aux fesses en permanence. Ce n'est pas la partie la plus agréable du voyage, mais cette retenue peut représenter de sacrés atouts si on la regarde sous un autre angle.

Peut être que je vais emprunter des raccourcis, et ce que je m'apprête à dire ne s'applique pas dans tous les contextes culturels, mais j'assume et compte sur vous pour me contredire si je dis n'importe quoi !

Les timides, ou discrets sont souvent de bons observateurs

Un des signes extérieurs laissant apparaitre une forme de timidité, c'est de parler peu. Être peu prolixe ne signifie pas pour autant être absent ou en retrait de la conversation. Personnellement, je pense que l'écoute est une très grande qualité. Lors d'une rencontre, il me semble qu'il vaut mieux parler peu et être présent que gratifier l'autre d'une logorrhée sans avoir pris le temps (d'essayer) de le comprendre.

Je crois qu'on apprend bien plus à écouter qu'à parler, même si être dans l'échange est fondamental.

C'est surement mon côté « qualitatif » primant sur le « quantitatif ». A moins que ce soit une excuse pour me sentir moins gêné par ma timidité…

La discrétion peut faciliter la rencontre

Paradoxal comme injonction, non ? Je m'explique.

Nos plus belles rencontres de voyage, nous ne les avons pas cherché. Elles sont venues à nous. Notre retenue naturelle nous incite à ne pas aller directement rencontrer les autres, sauf quand nous avons quelque chose de précis à leur demander.

Mais ce n'est pas pour autant que nous n'avons pas envie de rencontrer des gens, d'échanger sur nos différences culturelles etc.

[su_box title= »Comment faire des rencontres quand on est timide ? Mes astuces » box_color= »#ec7206?]Pas facile d'aller vers les autres quand on est timide…
Alors pour contourner cette timidité, avec Laura nous usons de subterfuges pour que les autres fassent le premier pas à notre place !
Tout est une question d'attitude : sourire, indiquer qu'on est disponible et ouvert à la discussion par son langage corporel… Bref, créer des conditions favorables à la rencontre, c'est la clé.

- S'asseoir tout simplement sur un banc et observer les gens en leur souriant
- Aller sur le marché en prenant le temps de regarder les étals et les vendeurs
- Rester dans les parties communes de votre petite auberge locale (sans être le nez vissé à un écran, les écouteurs dans les oreilles)
- Faire du tourisme communautaire (chez l'habitant), impossible de se dérober, belles rencontres assurées !
- Faire un bébé. Bon, il ne faut pas que ce soit la seule raison, mais c'est dingue ce que ça provoque comme rencontres un petit bout ![/su_box]

Je pense que cette dichotomie entre envie de rencontre et timidité est ressentie par beaucoup de gens que nous croisons. A de nombreuses reprises, des personnes attentives, à l'écoute, sont venues à notre rencontre, ont eu envie de creuser voyant que nous crevions d'envie de les interroger sans oser le demander. En créant une attitude favorable, nous provoquons le premier pas de la part de personnes qui ont envie de cet échange.

Crée

> C'est une sorte de filtre naturel qui nous permet de rencontrer plein de belles personnes ouvertes et curieuses !

Attention, je ne dis pas que des personnes très à l'aise socialement ne feront pas ou moins de belles rencontres. Mais simplement qu'il est aussi possible d'en faire en étant timide.

[su_divider top= »no » size= »2? margin= »50?]

Partage moi sur Pinterest !

Avec les années, je m'aperçois que ma timidité s'estompe et le voyage en est un des responsables. Je serais toujours un timide, mais un timide qui lutte contre les aspects négatifs de ce trait de personnalité et tente d'en tirer des avantages. Car oui, je suis persuadé que la timidité, la discrétion, peuvent apporter certaines qualités humaines bénéfiques à l'échange, à la rencontre de l'autre.

N'hésitez pas à partager votre ressenti, vos doutes en commentaire. Je ne prétends pas être psychologue et encore moins avoir raison, j'ai simplement envie de partager cette expérience personnelle avec vous !