



CHANGER D'HORIZON

RECONSTRUCTION EN AUSTRALIE

- Introduction -

Kelly : Bienvenue aventuriers et aventurières.

Nous sommes ravis de vous accueillir dans ce nouvel épisode du podcast Changer d'horizon, podcast rempli de voyages, de découvertes et d'aventures.

Ici, nous sommes tous réunis par cette soif d'explorer le monde et de vivre des expériences inoubliables.

Si le site pvtistes.net vous partage déjà de nombreux témoignages et conseils pour une expérience unique grâce au Programme Vacances-Travail, on a eu envie de vous offrir des expériences de vie audio à travers ce podcast.

Donc si vous cherchez une petite dose d'évasion, installez-vous confortablement et préparez vos oreilles à être transportées dans des contrées lointaines à travers le récit d'une personne qui a osé vivre pleinement l'expérience du PVT.

Que vous soyez déjà familiarisé avec le concept ou curieux d'en apprendre plus, vous êtes au bon endroit. Alors let's go, l'aventure commence maintenant !

- PVT 5 - Rupture amoureuse en PVT : La renaissance de Julie

-

Kelly : Tu traverses une phase un peu difficile et tu entends le doux murmure de l'aventure qui appelle au loin ? Écoute attentivement ce qui va suivre car tu vas vite comprendre que derrière chaque décision courageuse se cache une histoire de renaissance.

Dans l'épisode d'aujourd'hui, nous allons plonger au cœur d'une expérience de vie, celle d'une femme qui, après avoir traversé une séparation amoureuse, a décidé de partir seule à la conquête de l'inconnu. Loin des attentes souvent imposées, elle a choisi de s'évader vers des horizons lointains, à la recherche de la guérison et pour retrouver confiance en elle.

Prépare-toi à être transporté dans un voyage introspectif et inspirant qui te rappellera la puissance de la solitude choisie et du pouvoir de l'exploration personnelle.

C'est l'histoire de Julie que l'on te propose de découvrir, car elle a osé se retrouver en se perdant dans le monde.

Julie, c'est la cofondatrice du site pvtistes.net. Tu l'as probablement déjà rencontrée virtuellement lors d'un live Instagram ou sur une vidéo YouTube. Mais aujourd'hui, Julie va te dévoiler des choses que tu n'as certainement jamais entendu ailleurs, car c'est sa vie sentimentale qu'on va aborder ensemble.

Bienvenue dans cet épisode où l'esprit d'aventure se mêle aux battements du cœur.

Coucou Julie !

Julie : Salut !

Kelly : Tu vas bien ?

Julie : Ça va bien et toi ?

Kelly : Eh ben ça va très bien. Alors Julie, avant qu'on rentre dans le vif du sujet, j'ai une question bien précise pour toi. Quel est le mot que tu aimerais utiliser pour résumer tes expériences en PVT ?

Julie : Alors je dirais que pour le Canada « Formateur », parce que justement on ne va pas faire trop durer le suspense, mais il y a une rupture pendant le [PVT Canada](#).

Et l'[Australie](#) « Liberté », vraiment.

Kelly : Merci à toi. Tu as quel âge aujourd'hui Julie ?

Julie : 38 ans.

Kelly : Tu ne peux plus faire de PVT.

Julie : Non, c'est fini, il faut le faire avant d'être trop vieux. C'est mon meilleur conseil, je crois.

Kelly : Clairement, avant d'être expérimenté, n'utilisons pas le mot vieux, s'il te plaît.

Julie : Exactement, tout à fait.

Kelly : Nous ne sommes pas vieilles. Et combien de ruptures amoureuses dirais-tu que tu as eu au fil des années ?

Julie : Alors les vraies ruptures, celles qui marquent vraiment, j'en ai eu deux.

Kelly : Donc Julie, pour toutes celles et ceux qui nous écoutent, est-ce que tu pourrais nous faire un petit retour en arrière et nous rappeler ce qui t'a décidé à partir en PVT au Canada ? C'était en quelle année ? Quel âge avais-tu ? Partie seule ? En couple ? Et qu'est-ce qui t'a mené ensuite à faire d'autres PVT ?

Julie : Alors je suis partie en PVT au Canada en 2005, j'avais à ce moment-là 20 ans et je suis partie avec Mathieu, l'autre cofondateur de [pvtistes.net](#), on était ensemble à ce moment-là, chose que pas mal de gens ne savent pas.

Donc mon envie c'était vraiment de parler anglais au quotidien, parce que j'étais étudiante en langues, donc je trouvais que je ne m'améliorais pas beaucoup à la fac. [Direction Toronto](#). Et puis cette année a duré... C'était un an à l'époque le PVT Canada pour les Français, donc ça a duré tout ce que ça devait durer, c'était vraiment intéressant comme expérience, mais malheureusement je suis revenue seule.

Première expérience, c'est pour ça que je disais que c'était formateur. Et dans la foulée, trois mois plus tard, je suis partie toute seule en Australie en PVT. Donc j'ai fait mes PVT assez jeune.

À lire : [10 avantages de partir seul en PVT](#).

Et ensuite, ce n'était pas un PVT, mais j'aime bien l'appeler un demi-PVT. En 2018, je suis partie trois mois en tant que touriste en [Nouvelle-Zélande](#), après une rupture encore. Je pense qu'aujourd'hui, on va sans doute être amenées à parler peut-être un petit peu plus de l'Australie et de la Nouvelle-Zélande, c'est-à-dire mes voyages post-ruptures.

Donc voilà, ma motivation, c'était vraiment au début l'aspect linguistique et puis ensuite l'amour du voyage, parce que j'ai découvert avec mon premier PVT que j'adorais ça.

Kelly : Est-ce que tu dirais quand même que ta rupture avec Mathieu au Canada, ça a été une décision que vous avez prise ensemble, ou est-ce que c'était plus lui, toi ? Peux-tu nous remettre dans le contexte ?

Julie : Ça devenait compliqué. On n'était peut-être pas tant faits pour être ensemble finalement, même si on s'aimait très fort, donc il a fallu que ça s'arrête et c'est tant mieux.

Aujourd'hui, on est toujours amis, on travaille toujours beaucoup sur pvtistes.net ensemble, mais c'est vrai que ce n'était pas fait pour durer plus, je pense.

Kelly : Mais c'est un bon point que tu abordes quand même, parce que je trouve qu'on dit toujours être en couple, voyager, vivre ensemble, ça nous montre des facettes de l'autre dont on n'est

pas toujours conscient. Et peut être que partir aussi à l'étranger, ça nous montre des facettes qu'on n'avait pas découvert en vivant ensemble en France. Et pourtant, vous êtes de très bons amis aujourd'hui, mais être de très bons amis, ça ne veut pas dire être en couple. Est ce que tu étais quand même triste de cette décision quand tu es rentrée ? Dans quel état émotionnel tu étais ?

Julie : C'était très dur. C'est une des premières énormes claques que je me suis prise dans ma vie, parce que je sais que c'était très dur aussi pour lui. Je pense qu'on n'en est pas sortis tout à fait indemnes de cette rupture. Je suis rentrée, j'étais trop mal. Je suis rentrée assez rapidement, peut-être un mois après notre séparation, et donc je suis restée deux, trois mois en France pour refaire un peu d'argent pour partir en Australie.

Et le retour en France, à Paris plus précisément, c'était retrouver tous nos souvenirs d'avant PVT. Donc c'est pour ça que je suis partie en deuxième PVT. Je me suis enfuie. Je ne voulais pas rester là en fait. Trop de souvenirs, ça me remontait trop au visage. Donc j'avais besoin de vivre autre chose.

À lire : [Partir pour fuir, et alors ?](#).

Kelly : Oui, parce qu'en plus, toi, de rentrer avec une rupture et rentrer en France aussi, c'est déjà pas facile quand on revient. On aura un épisode là-dessus justement, sur gérer ses émotions lors d'un retour en France. Donc toi, t'avais beaucoup d'émotions à gérer, j'imagine, à ce moment-là. Quel est le conseil que tu donnerais à une personne qui est justement dans cet état-là ? Comment on fait pour s'accrocher et pouvoir mettre en place les choses pour pouvoir prévoir un départ en PVT ?

Julie : C'est vrai qu'il ne faut sans doute pas précipiter les choses. Moi, sur le moment, j'étais un peu dans la précipitation, mais j'ai l'impression que forte de mon premier PVT, c'était OK que je reparte assez vite, parce que j'avais quand même découvert la vie à l'étranger, j'avais découvert ma réaction face à tout ça. Peut-être que quelqu'un qui est en rupture aujourd'hui, qui n'est jamais parti à l'étranger pendant longtemps, peut-être qu'il faut un petit peu se préparer quand même un minimum. Mais sinon, moi, c'est surtout que j'avais besoin d'avoir les économies demandées par l'Australie. J'avais besoin de partir, donc je n'ai pas trop

intellectualisé tout ça, je t'avoue. Donc je suis allée assez vite parce que j'avais pu mettre de l'argent de côté.

À lire : [Quel budget pour un PVT ? \(Canada, Australie, NZ, Asie, Amérique latine\)](#).

Kelly : Quand tu es rentrée en France, est-ce que vous êtes rentrés dans votre ancien appartement ou est-ce que tu es rentrée chez tes parents ?

Julie : Je suis rentrée chez ma mère parce que je ne vivais pas avec Mathieu avant de partir au Canada. Je pense que c'est ça qui a été décisif. Ce n'est pas tant le Canada, c'est de vivre ensemble au Canada qui nous a montré qu'on n'est pas trop pareil. Mais bon, écoute, ça arrive, et donc oui je suis rentrée chez ma mère, ce qui m'a permis de mettre de l'argent de côté plus facilement.

Kelly : Est-ce que tu dirais à quelqu'un qui n'est jamais parti par exemple en voyage assez loin, est-ce que tu recommanderais peut-être de partir en week-end ou peut-être une semaine dans un premier temps pour essayer peut-être de prendre confiance en soi ?

Julie : C'est intéressant ce que tu me dis parce que récemment j'ai été pas mal amenée à parler des voyages en solo.

Je suis partie en avril pendant une semaine en train en Europe toute seule et en octobre dernier pendant deux semaines au Québec et souvent les gens sont un peu surpris genre « Ah bon ?! ». Alors soit c'est « Ça va pas avec ton copain ? », si si ça va très bien ou « Ah ouais mais tu ne t'ennuies pas ? Ah la la mais moi j'ai envie de voyager avec des gens sinon j'ai l'impression de ne pas partager avec quelqu'un mon voyage », etc. Et donc je pense qu'effectivement pour quelqu'un qui aurait peur de partir comme ça pendant un an tout seul, faire un week-end ou une semaine, ça peut être un bon test.

Ceci dit, ce n'est pas pareil de partir un an que de partir un week-end ou une semaine, parce que un an c'est comme un vrai projet où tu vas rencontrer des gens sur place, où tu vas te créer une nouvelle vie, alors que je l'ai bien vu sur une semaine ou un week-end, au mieux tu parles rapidement avec quelqu'un et puis tu changes de ville dès le lendemain.

Et au pire ou au mieux, question de point de vue, tu parles à personne. J'étais plutôt dans ce mood là en avril. Je n'avais pas envie de parler aux gens donc j'étais dans ma bulle.

Donc c'est vrai que ce n'est pas parce que ça ne marche pas sur un weekend, que vous n'êtes pas super à l'aise tout seul, qu'il ne faut pas partir pour un an. Je pense que c'est vraiment différent.

Kelly : Et pourquoi avoir choisi l'Australie ? Parce que là, tu vas quand même à l'autre bout du monde.

Julie : Oui, alors ça, clairement, honnêtement, sans faire la psychologue du dimanche, mais je crois que j'avais besoin de partir super loin. Et d'ailleurs, pour ma rupture de 2018, la Nouvelle-Zélande, c'est encore plus loin. Comme si c'était symboliquement partir super loin, c'était m'éloigner beaucoup de mes problèmes, entre guillemets, ou de mon état d'esprit du moment. Et sur moi, ça marche.

Moi, c'est vraiment quelque chose... Je l'ai recommandé à plusieurs personnes, notamment une copine, qui s'est fait quitter l'été dernier, elle réfléchissait à l'Australie et je lui ai dit « Mais pars je te jure ça va te faire un bien fou. Je ne te dis pas que tu vas tout oublier en deux secondes, je ne te dis pas que tout va être merveilleux, mais honnêtement, ça t'évitera de ressasser pourquoi c'est fini, je suis triste, etc. Tu vas aller vivre autre chose, tu vas rencontrer tellement de personnes différentes, surtout en Australie. ». C'est vraiment un pays où tu rencontres plein de gens et je la vois sur Instagram elle vit sa meilleure vie, il y a un nouveau chéri dans le paysage. Tant mieux pour elle, ça aurait pu être très bien même sans le chéri, mais moi je trouve que partir loin aussi, c'est prendre du recul.

Kelly : Et puis c'est sortir de toutes vos habitudes, des choses que vous faisiez ensemble. Tu changes complètement de paysage, comme tu l'as dit. Est-ce que tu dirais qu'il y avait des défis auxquels tu as été confrontée avant le départ, en dehors du fait qu'il fallait que tu mettes de l'argent de côté pour pouvoir répondre aux conditions du PVT, et une fois sur place, comment tu y as fait face ?

Julie : J'ai l'impression que je n'ai pas eu trop de défis, parce qu'une fois que j'ai pris la décision de repartir après ces ruptures, je ne pensais qu'à ça.

Après le Canada, c'était de la survie, franchement, de repartir. En 2018, c'était un peu différent, parce que j'ai pris un an après la rupture pour partir. Ça a été un peu plus réfléchi. J'ai réglé des choses, j'ai fait ce que j'avais à faire ici pour partir, mais je n'avais pas vraiment de défis. Il a juste fallu que je prenne la décision. Elle a été un petit peu plus dure qu'en 2006, parce qu'il y a 13 ans entre les deux expériences. Je n'étais pas tout à fait la même personne, ce n'était pas les mêmes histoires qui se terminaient donc je pense qu'il faut se laisser le temps de se sentir de partir mais pas de défis particuliers je ne vais pas te mentir.

Et à l'arrivée non plus. Dès que j'étais à l'étranger, ça allait super bien. Alors, évidemment tu as toujours des moments où ça ne va pas, parce que tu as beau passer des super moments avec des gens, voir des beaux paysages, il y a des moments où la douleur elle est toujours là, bien sûr.

Mais, tu as beaucoup d'occasions de penser à autre chose, avec les gens, avec le voyage. Et donc, au fil des jours, au fil des semaines, la douleur, elle devient moins forte. Et surtout, t'es diverti beaucoup. Ça peut paraître bête, mais quand on est beaucoup diverti, qu'on nous emmène l'esprit ailleurs, on guérit plus vite.

Kelly : Donc toi, dans tes souvenirs, tu ne dirais pas que tes émotions elles sont venues interférer avec tes capacités d'adaptation, aussi bien une fois en Australie ou une fois en Nouvelle-Zélande ?

Julie : Non, vraiment pas. Assez vite, c'était ma nouvelle vie. J'ai foncé tête baissée dans l'aventure et j'en ai profité à 100 %.

Kelly : Et donc si j'ai bien compris, toi tu dirais que justement s'éloigner de la France et de ses habitudes, c'est ça qui va nous aider dans notre processus de guérison.

Julie : Moi, ça a été mon cas. Peut-être que pour d'autres, ça ne serait pas forcément positif, parce que peut-être qu'ils ont besoin d'être entourés des personnes les plus proches qu'ils ont autour d'eux, leur famille, leurs amis, etc.

Moi, je me suis rendu compte avec le temps que quand j'ai une épreuve, j'ai besoin de rentrer dans ma coquille. Je ne suis pas de ceux qui ont

besoin de voir beaucoup de gens. Je n'y arrive pas en fait. Il y a que moi qui peux m'aider. Je me le dis souvent, c'est moi ma meilleure amie, même si j'ai des très bons amis, quand ça ne va pas, c'est moi qui arrive à m'aider.

Et donc de partir loin, ça ne m'a pas dérangée. Donc je suis allée faire loin, ce que j'aime sans doute le plus faire au monde, c'est-à-dire voyager, découvrir. Et donc pour moi, la guérison a été plus facile. Je ne veux vraiment pas faire une vérité absolue de mon expérience, parce que peut-être que ceux qui vont nous écouter ne vont pas ressentir la même chose. Ce n'est pas grave, chacun va s'adapter en fonction de ses ressentis à lui. Mais moi, ça m'a beaucoup aidé à guérir, c'est sûr.

Kelly : En parlant de se sentir soutenu par son entourage, quand tu as été te construire un nouveau réseau, que tu as fait des nouvelles rencontres, tu n'abordais pas du tout ce sujet de rupture à ces personnes que tu rencontrais ?

Julie : Un petit peu, mais sans me focaliser trop trop dessus. J'ai quand même un souvenir qui m'est revenu à l'approche de l'épisode. Quand j'étais en Australie, j'ai rencontré un Français avec qui je suis sortie quelques semaines, on a vécu quelque chose de très chouette. Et un jour, il m'a dit, sentant que je n'étais pas disponible pour vivre autre chose, et c'est vrai que je ne l'étais pas. Je n'étais même pas là pour ça, en vrai, je ne suis pas partie en Australie pour ça. Il m'a dit « En fait, je sais ce que je suis, je suis ton copain tampon, celui qui va être entre celui d'avant et le prochain avec qui ça va marcher. ». Et ce n'est pas faux. Voilà, désolée. Et des fois, on est cette personne-là dans la vie des gens. Là, ça a été sans doute son cas, mais je le remercie de m'avoir aidée à aller de l'avant.

Kelly : Et lorsqu'on part dans cette aventure pour justement reprendre confiance en soi, se reconstruire, quels sont tes meilleurs conseils ? Est-ce que tu dirais d'arriver en auberge, d'essayer de s'entourer de monde ou peut-être en fonction des personnes, peut-être commencer et d'arriver dans des Airbnb, se retrouver toute seule ? Qu'est-ce que tu conseillerais ?

Julie : Alors pour le coup, c'est vrai que je le disais tout à l'heure, des fois moi j'ai des moods un petit peu différents, des fois je veux parler à personne, des fois je suis très sociable.

Pour les pvtistes de façon générale, moi je conseille toujours les lieux où on va rencontrer des gens en arrivant. Parce qu'encore une fois, on est là pour créer quelque chose sur 6 mois, 9 mois, un an. Ce n'est pas un voyage d'une semaine. Donc c'est bien dès le début de rencontrer des gens, parce que parfois les premières rencontres, elles vont déterminer tout ce qui se passe ensuite. Une rencontre peut mener à une autre rencontre, à une colocation, à un emploi, à un chéri, une chérie, à tellement de choses que moi je recommande vraiment d'aller vers les autres via les auberges.

À lire : [Dans mon auberge...](#)

Kelly : Est-ce que tu avais cette façon de penser lorsque tu arrives en Nouvelle-Zélande et pourtant là tu étais plus en voyage pendant trois mois ?

Julie : Oui, c'est vrai que j'étais un peu moins sociable dans mon auberge de jeunesse. J'ai un petit peu parlé avec les gens, mais pas autant. Et aussi parce qu'à une rencontre pvtistes à Paris, j'avais rencontré deux pvtistes qui partaient en Nouvelle-Zélande. On s'était bien entendus, je leur avais dit que j'avais le même projet. Je savais qu'une semaine après mon arrivée en Nouvelle-Zélande, je les retrouvais pour deux jours, pour deux semaines, pour deux mois. À ce moment-là, je ne savais pas trop, comme on disait tout à l'heure, quand on n'a pas voyagé avec les gens, quand on n'a pas vécu avec eux, on ne sait pas si ça va vraiment matcher entre nous. C'est peut-être ça aussi qui fait que j'étais un petit peu plus dans ma bulle en arrivant en Nouvelle-Zélande, mais quand même en auberge.

Kelly : Comme tu le sais ou toutes celles et ceux qui nous écoutent, quand on vit une rupture amoureuse, il y a différentes étapes. D'abord, il peut y avoir un choc, il peut y avoir un deuil, il peut y avoir une phase de remise en question, il peut y avoir une phase d'acceptation et une autre de reconstruction. Entre ces deux ruptures amoureuses, est-ce que tu penses que tu étais dans des phases différentes au moment de ton départ ?

Julie : Oui, pour la première, donc en 2006 pour l'Australie, j'allais quand même pas bien, j'allais mieux qu'au moment du retour. Comme je te disais, il y a eu deux, trois mois qui se sont écoulés, mais j'étais quand

même très triste, j'étais déçue. C'était vraiment une désillusion dans ma vie et, vraiment, c'était vraiment difficile. Donc, je suis partie en allant pas super bien.

La Nouvelle-Zélande, c'est un petit peu différent, comme il y a du temps qui est passé. Ça n'allait pas non plus super, on ne va pas se mentir, mais j'avais vécu une année où j'ai vécu d'autres choses, donc je parlais avec d'autres envies. C'était moins un projet qui me sauvait, c'était mon envie de retrouver le voyage que j'avais pas fait sur du moyen-terme là pendant quelques mois, depuis longtemps. Et c'est comme si j'avais vu ça comme une aubaine.

Et d'ailleurs, il y a des pvtistes qui me disent ça des fois. Ils me disent « On m'a viré », ou « Je me suis fait quitter » ou ce genre de choses, « Je n'ai plus d'attaches, c'est le moment parfait pour partir ». Et c'est un petit peu dans cet état d'esprit que je suis partie la deuxième fois.

Kelly : Ok oui, donc je dirais, dans la première fois, tu n'avais peut-être pas encore passé l'étape d'acceptation, alors que dans la deuxième situation, tu l'avais passée et là, tu étais prête à te reconstruire. Est-ce que tu pourrais nous parler de l'impact de cette expérience à l'étranger, que ce soit dans la découverte de soi et dans ta croissance personnelle ?

Julie : Le PVT en Australie, c'est une année incroyable. Autant l'année au Canada, j'ai adoré. C'était une belle expérience. J'ai aimé Toronto, j'ai aimé les gens que j'ai rencontrés là-bas, les expériences que j'ai faites, mais c'était un PVT sédentaire. Et quand on me demande pourquoi j'ai préféré l'Australie au Canada, c'est surtout pour l'aspect sédentaire. Si c'était à refaire, je ferais un PVT nomade au Canada, comme je l'ai fait en Australie.

L'Australie, l'année de fou, tu rencontres tellement de gens, tu voyages tout le temps, tu ne sais pas où tu seras dans deux semaines, quand tu décides de le faire comme ça, bien évidemment. Moi, ça a été une révélation. Ça a eu un impact sur toute ma vie, je pense. Vraiment, je suis devenue vraiment contaminée au voyage après cette année-là. Je le recommande tellement à tout le monde. Même quand je vois des gens qui hésitent, j'ai envie de leur dire « Non, n'hésite pas, fonce, c'est trop trop bien ».

Donc c'est ça et puis la Nouvelle-Zélande c'est arrivé beaucoup plus tard, donc un impact différent. Juste, je me suis souvenue qu'on peut voyager quelques mois sans forcément faire un PVT, parce que par exemple on a dépassé l'âge, si des gens nous écoutent et ont plus de 35 ans, et ont envie d'aller découvrir un pays et ont le budget, parce que là pour le coup sans PVT, tu ne peux pas travailler sur place si on est en dehors de l'Union européenne. Si t'as le budget pour tenir quelques semaines ou quelques mois. Faites-le. Ça fait tellement du bien de ne pas partir que deux semaines dans un pays qui nous attire, notamment quand c'est aussi loin que l'Australie ou la Nouvelle-Zélande. Passer quelques semaines ou mois, c'est une découverte plus en profondeur, c'est du voyage plus doux, du slow travel comme on dit, on est moins pressé, on n'a pas un agenda à tenir pendant deux semaines. Et ça, moi, je sais que ça me rend très, très heureuse.

Kelly : Est-ce que tu penses que ça impactait ta vision de l'indépendance et de la liberté ?

Julie : Oui, je pense. Au fond, sans doute que ça faisait partie de mon caractère de base, mais je reconnais que quand je suis arrivée en Australie, avant l'Australie, je vivais chez ma maman, puis avec Mathieu à Toronto, et là, d'un coup, j'ai vécu seule. J'ai été en colocation, mais ce n'est pas pareil, parce qu'en colocation, tu ne dois rien à personne, il y a que toi qui vois mes guillemets. Tu ne dois rien à ta famille ou à ton conjoint, etc. Mais disons que c'est toi qui décides ce que tu fais, tes colocs qui sont là, mais tu n'as pas besoin de les prévenir de ce que tu fais, etc. Et ça, déjà, j'ai trop aimé.

Et puis, la sensation de liberté que j'ai eue ensuite, ça a fait beaucoup de ma personnalité aujourd'hui. Voilà, j'aime bien me sentir libre, j'adore ça, j'aime pas qu'on me demande ce que je vais faire, comment, quoi, qui, laisse-moi tranquille. Et donc voilà, ça peut être un petit peu sauvage sur certains aspects, mais comme j'essaie d'être cohérente, c'est réciproque, avec mes amis, avec ma famille, avec mon conjoint. Je suis aussi comme ça avec eux, s'ils ont besoin d'être tranquille, de partir tout seul, ils le font. Et voilà, pour moi, c'est le meilleur équilibre, en tout cas, pour moi.

Kelly : On en parlait un peu en coulisses toutes les deux, entre l'estime de soi et la confiance en soi qui sont deux choses un petit peu différentes, est-ce que tu penses que toi justement, en termes de jugement global de toi-même, est-ce que tu penses qu'avant

ces départs tu avais déjà un bon jugement de toi-même ou est-ce que ça a évolué et pareil en ce qui concerne la confiance en soi ?

Julie : Je dirais la confiance en soi, alors je l'avais déjà avant. De façon générale, je l'avais, pas sur tous les points, mais de façon générale et au retour encore plus. Et c'est quelque chose que j'entends assez souvent de la part des gens qui voyagent. On revient un petit peu plus ancré, plus solide. On se connaît un peu mieux. On a plus envie d'être ce qu'on est vraiment. Donc ça, je l'ai vraiment ressenti.

Pour l'estime de moi, elle n'était pas mauvaise avant. Elle n'était pas mauvaise après, mais ça je pense aussi qu'il y a des choses qui prennent un petit peu de temps aussi. Donc ça c'est peut-être les voyages, plus le temps, qui ont fait qu'au fil du temps je m'accepte vraiment comme je suis. De toute façon je vais vous dire on peut bien essayer d'être autrement, on n'y arrive pas donc autant accepter.

Kelly : En t'écoutant, j'ai l'impression aussi que tu as vécu le voyage à deux, le voyage en solo, même aujourd'hui il y en a qui ont peut-être un peu de mal à comprendre pourquoi des fois tu pars en solo alors que tu es en couple. Quelles sont pour toi les avantages et inconvénients de partir seul versus en couple.

Julie : Alors c'est vrai que quand on part à plusieurs, on se fait des souvenirs en commun. Pour un couple par exemple qui passe un an ou deux à voyager ensemble et qui revient solide, je dis bravo, c'est bien, c'est un bon test pour un couple, et puis c'est quelque chose qui renforce les liens. Je pense qu'on a moins de peurs quand on voyage à plusieurs, mais quand on voyage seul, je dirais que c'est encore le même mot qui va revenir, la liberté à tous les points de vue, c'est-à-dire qu'on fait exactement ce qu'on veut quand on veut, en fonction de ses envies, de son budget, des opportunités qui sont face à nous, on ne dépend jamais des envies du budget et des non-désirs de quelqu'un d'autre.

Et ça, ça laisse tellement le champ des possibles ouvert sur tout. Tu arrives en auberge de jeunesse, tu pensais t'installer en colocation dans une ville pendant trois mois, et finalement, à l'auberge, il y a quelqu'un de trop sympa qui te dit « Dans une semaine, je m'en vais en road trip, est-ce que tu viens ? ». Il y a que toi qui décides. Et ça, c'est quelque chose, on y prend goût, je trouve, qui est vraiment hyper appréciable.

Et puis aussi, il y a beaucoup de gens qui ont du mal à faire des choses seules. Je ne sais pas toi, mais aller au cinéma, faire une expo, se balader, peut-être aller au resto, ce n'est pas évident d'aller au resto tout seul, un vrai resto, pas un fast food. Avec le temps, moi, je sais que j'ai fait beaucoup de choses seule et que ça ne me pose pas de problème, voire j'aime bien. Selon le contexte, selon mon état d'esprit, etc. Et je pense qu'un des meilleurs services qu'on puisse se rendre dans la vie, c'est de savoir passer du temps avec soi. Parce que si on passe une semaine avec soi sans s'ennuyer, en passant des bonnes journées, il y en a qui vont aimer dessiner, prendre des photos, moi, c'est plutôt la team photo, il y en a qui vont écouter de la musique, il y en a qui vont se reposer, il y en a qui vont courir partout en randonnée 8 heures par jour, il n'y a personne qui va leur dire « Enfin on n'est quand même pas venus en vacances pour rester toute la journée à l'hôtel. ». Mais si toi t'as envie de rester à l'hôtel toute la journée, tu fais ce que tu veux. Si t'as envie de randonner pendant 8 heures et que l'autre il a mal au pied. Bon c'est des exemples idiots dit comme ça mais quand on voyage avec quelqu'un, des fois l'autre nous gonfle. On ne va pas se mentir, je pense que ça nous est tous arrivé.

Kelly : Clairement.

Julie : Et donc voilà, là en fait, a priori ce n'est pas possible si vous êtes assez raccord avec vous-même, ça se passe plutôt bien. Et je pense que ceux qui n'arrivent pas à le faire, je vous invite vraiment à tester le truc et à passer ce cap, à passer du bon temps avec vous parce que pour moi c'est vraiment un seuil à atteindre dans la vie. Voilà je ne sais pas ce que tu en penses toi Kelly ?

Kelly : J'allais justement te donner mon avis là-dessus, c'est que je pense que tu sais quand on grandit, quand on évolue dans la société en général, on ne nous impose pas d'aller tester dans un restaurant tout seul par exemple, c'est ce que tu disais, ou d'aller au cinéma. Parce qu'en général, tout est par deux. Une table, c'est deux chaises. Enfin, tout est toujours par deux. Et je trouve ça un peu dommage aussi, parce que moi j'ai traîné un peu aussi à faire ça. Je crois que j'ai dû passer le cap de la trentaine avant de commencer à faire mon premier restaurant. Mais j'ai commencé tout doucement à aimer. Il y avait un petit restaurant que j'adorais. Et bien, une fois par mois, j'allais au restaurant, j'allais me faire un massage, j'allais me balader. C'est un conseil pour toutes celles et ceux qui nous écoutent, si vous n'avez jamais

encore expérimenté le voyage en solo ou des activités en solo, commencez par des petites choses. Pas forcément de partir pendant les week-ends mais peut-être commencez à passer une ou deux heures toute seule dans un parc en train de lire un livre, peu importe l'activité que vous aimez faire. Testez différentes activités aussi, parce qu'il y en a peut-être que vous n'aimerez pas faire toute seule et d'autres que vous aimerez. Mais c'est ça, je pense, qui est intéressant, c'est toujours être dans le test et d'apprendre à s'aimer. Moi, j'adore ce que tu as dit un peu plus tôt quand tu as dit c'est moi ma meilleure amie. Et c'est aussi ma vision des choses. C'est que je me dis si je n'arrive pas à m'aimer moi-même, comment je peux déjà aimer quelqu'un d'autre, en fait. Et le voyage aide beaucoup à ça.

Julie : De façon générale, tu te rends compte que c'est toi qui as toutes les ressources pour t'aider dans toutes les épreuves. Donc bien sûr, l'entourage ça compte beaucoup aussi, mais c'est important d'être bien à l'intérieur. Enfin ça peut paraître un petit peu cliché comme discours, mais moi aujourd'hui je me sens vraiment, ça fait pas mal d'années maintenant, bien ancrée et tout.

Et ma deuxième rupture a beaucoup joué. Elle m'a tellement mis une claque, encore plus que la première fois, j'étais tellement désespérée, désorientée, je me suis sentie complètement vulnérable. Voilà, je me sentais complètement vulnérable, j'ai l'impression d'être repartie d'autre chose, et je suis devenue plus forte depuis ce moment-là. Je sais beaucoup plus dire non qu'avant aussi. Avant « Ah, tu peux faire ça ? », « Bah oui ! », tu vois, alors que je n'ai pas le temps. Et aujourd'hui, maintenant c'est « Bah non, je ne peux pas. ». Et je suis tellement contente d'avoir passé ce cap, mon Dieu, quand tu dis oui tout le temps, tu t'épuises.

Kelly : J'ai envie de rebondir sur une chose que tu as dit également, c'est que tu disais que ça t'a appris l'indépendance, la liberté. Mais pour les personnes, par exemple, qui ont du mal à prendre des décisions, enfin, tu vois, moi, je connais des personnes, des fois même décider ce qu'ils veulent boire à l'apéro, c'est déjà compliqué. Donc là, tu vas décider de où est ce que tu pars, où est ce que tu vas aller dormir. Est ce que tu aurais un conseil à leur donner au niveau prise de décision ?

Julie : Si on est sur la thématique PVT, je dirais qu'il n'y a aucun choix qui est définitif avec un PVT, c'est ça que j'adore. Ce n'est pas s'inscrire à l'université pour deux ans, ce n'est pas partir en permis de travail avec un employeur où tu es lié pendant un an. C'est « Ok, je dois choisir une ville d'arrivée. Si cette ville d'arrivée ne me plaît pas, je pourrais aller ailleurs. Et puis si au bout de deux mois, franchement, ce pays, même si tout le monde dit que c'est super bien, bah moi ça ne me botte pas, et bah tu rentres. C'est ok. ». Donc moi je trouve que parfois se rappeler quel est le risque pris pour une décision et se rendre compte que le risque n'est pas énorme, ça aide à prendre des décisions. Donc n'hésitez pas à vous dire ça.

Et puis pour ceux qui ont un peu peur aussi de l'entourage, par exemple, qui se disent, « Oui, mais imaginons ça se passe mal, j'ai dit à tout le monde que je partais un an et au bout de 2 mois, je vais rentrer », et bien dites que vous partez deux mois, c'est ma petite astuce. Et au bout de 2 mois, vous dites à tout le monde si ça se passe bien « Ah non, mais les gars, c'est génial, je ne rentre pas ». C'est dans l'autre sens. Votre discours il est beaucoup plus facile et tout le monde va parler de vous à la maison « Elle avait dit 2 mois, mais finalement elle reste un an, elle vit sa meilleure vie. Mais qu'est-ce qu'on fait ici nous ? ». Des fois, les autres nous mettent la pression ou on se met la pression tout seul par rapport aux autres. Travaillez votre discours pour que ça vous serve à vous.

À lire : [Annonce d'un départ en PVT : les \(possibles\) réactions négatives des proches.](#)

Kelly : Excellent conseil. Donc là on a parlé des avantages, est-ce que tu aurais quand même un inconvénient à vouloir partager et peut-être un conseil lié à cet inconvénient du fait de partir seul après une rupture ?

Julie : Je dirais que ce n'est pas sûr qu'on va rencontrer des gens tout de suite ou des gens avec qui on s'entend bien. Ça peut être des relations très superficielles ou ça manque un petit peu de matière si on a l'habitude d'être entouré d'amis vraiment proches qu'on connaît depuis longtemps, etc. Donc je dirais juste se dire que si à un moment donné on se sent un petit peu seul ou qu'on a un petit peu le cafard ou que ça ne va pas trop, il faut vraiment accueillir les émotions, surtout quand on part loin. Ce n'est pas la même ville, la même langue. On peut être déstabilisé, surtout pour un premier départ. Accueillez, c'est pas grave, ça va tourner.

Je peux juste conseiller ça parce que c'est vrai quand on est seul, peut être qu'à un moment donné, ça peut nous peser aussi. On n'est pas obligé d'avoir envie d'être seul tout le temps. Donc les auberges, ça aide. Ne pas hésiter à faire des rencontres via les sites, des sites comme Meetup. Vous voyez les événements un peu de rencontres partout dans plein de villes. On peut faire de la danse, on peut faire du sport, il peut y avoir des événements dans les alliances françaises pour la chandeleur, pour le 14 juillet, etc. Il y a beaucoup de moyens de rencontrer des gens. Donc si on se sent seul, ce serait vraiment essayer d'aller au maximum à la rencontre des gens parce que, comme je le disais tout à l'heure, parfois une rencontre peut tout changer.

Après, pour les inconvénients de partir seul, j'en vois pas beaucoup, parce que vous allez rencontrer des gens si vous avez envie d'en rencontrer. Les gens vont plus facilement vers les gens qui sont seuls que vers ceux qui sont deux. Parce qu'on peut se dire « Bah je vais les déranger, ils sont en train de parler. » alors que quelqu'un de seul, quand on est seul, bah on va y aller.

Kelly : J'ai envie d'ajouter une petite précision aussi. Toi tu disais, un conseil c'est d'accueillir ses émotions clairement parce que c'est ok de pleurer, c'est ok d'être content, etc. Moi une chose que j'ai envie d'ajouter que j'ai vécu personnellement après une rupture, c'est peut-être de ne pas avoir trop d'attentes envers les autres. On peut avoir des attentes que vers soi-même. Justement tu parlais de relations qui peuvent parfois être superficielles et je pense qu'il faut garder en tête que nos amis, notre entourage, c'est des personnes qu'on connaît depuis des années. Donc là, en arrivant dans un nouveau pays, c'est pas en une semaine ou en deux mois qu'on va rencontrer sa meilleure amie ou son plus gros crush amoureux. Ça peut prendre du temps et il faut l'accepter aussi.

Julie : Exactement. Bon moi en l'occurrence c'est vrai qu'en Australie j'ai rencontré assez vite une de mes amies les plus proches aujourd'hui. J'ai cette chance, ce n'est pas forcément le cas, mais des fois les relations éphémères / superficielles, ce n'est pas forcément la même chose, ce n'est pas grave, c'est bien aussi. C'est léger, vous pouvez être un peu qui vous voulez, ça va durer trois semaines, ce sera bien, puis voilà, vous partez vers autre chose, voilà, faut pas trop se mettre la pression aussi.

Kelly : Merci. Donc là, tu as donné beaucoup de conseils, mais si tu pouvais en donner un dernier à un auditeur ou une auditrice qui nous écoute aujourd'hui et qui hésite à vivre une expérience similaire, quel serait ce conseil ?

Julie : Alors je pense que je vais être un peu dans le cliché si je dis ne pas trop réfléchir et partir. Si on reste focalisé sur ceux qui vivent une rupture, alors déjà je vous souhaite beaucoup de courage, je sais à quel point c'est difficile, parfois ça peut paraître un peu rien par rapport à d'autres drames de la vie et pourtant même si moi j'ai vécu des choses peut-être sur le papier plus difficiles, mes ruptures elles m'ont fait tellement de mal. Donc courage à vous déjà.

Et j'espère, que ce soit via le voyage ou autre chose, que vous trouverez des solutions pour vous aérer l'esprit. C'est vrai que moi, je parle beaucoup du voyage parce que c'est ce qui a marché sur moi. Tentez le coup. Je pense que c'est forcément le conseil que j'ai envie de donner. Je ne sais pas exactement quoi dire de plus que tentez le coup. Parce que tous ceux que je connais qui l'ont fait ça leur a tellement changé les idées que j'ai envie de dire la même chose à toutes celles et ceux qui nous écoutent aujourd'hui en réalité.

Kelly : Non c'est un très bon conseil et ça me fait penser à une question que j'ai envie de te poser. J'ai l'impression que c'est ton expérience en Nouvelle-Zélande qui t'a le plus marquée puisque la rupture semble avoir été un petit peu plus intense. S'il y avait un souvenir dans lequel tu pouvais te replonger, quel serait ce moment ?

Julie : C'est une bonne question, parce que pour l'Australie, j'aurais quelque chose qui me revient, mais pour la Nouvelle-Zélande, je dirais, ça n'a pas vraiment de sens en l'absolu, mais c'est la ville de Rotorua. C'est une ville que j'ai beaucoup aimée, c'est un moment où j'étais très heureuse là-bas. Ça n'a pas toujours été le cas, parce que comme on disait, les démons reviennent vous embêter de temps en temps, mais j'étais très heureuse là-bas, je revenais de quelque part, j'allais ailleurs, j'allais visiter bientôt Hobbiton, le village des Hobbits en Nouvelle-Zélande. C'était léger, il faisait beau. Ah ouais, ça faisait tellement du bien. Un moment de plénitude. Vraiment, c'est celui-ci.

Kelly : Tu as du sentir moins de poids sur tes épaules, mais maintenant que tu as dit que tu avais un petit souvenir en tête pour l'Australie, maintenant j'ai envie de savoir c'est quoi ce moment aussi.

Julie : Oui, en fait l'Australie, je dirais que c'est ma traversée du pays du sud au nord, d'Adelaïde à Darwin. C'était comme un voyage, c'était un petit peu l'image du pvtiste. En tout cas quand on se transforme un petit peu là-bas, j'ai vécu deux covoiturages avec une amie, celle que j'ai rencontrée en arrivant en Australie. Et on a fait du covoiturage avec un Australien de Darwin au centre de l'Australie, et ensuite avec deux Américains. On leur a demandé les clés de leur voiture et on dormait dans la voiture. On mangeait genre du pain de mie et des pommes tout le temps. Enfin, c'était vraiment, on dépensait très peu d'argent parce qu'après, il fallait en avoir pour la suite. Donc, j'avais rien à ce moment-là, et j'étais tellement heureuse aussi pendant cette période.

Et puis, ce que j'ai aimé sur ce voyage, c'est qu'une fois, on a crevé notre pneu, donc on l'a changé, et après, on n'avait plus intérêt à crever, sinon, on était toutes seules au milieu du désert australien. Et dans la suite de ce voyage avec les Américains, on s'est retrouvés presque à sec au niveau essence, et je te jure, avec ma copine, là on se disait « Vas-y, faites qu'on soit à sec. ». Je ne sais pas, on avait envie de vivre des trucs différents, alors qu'en fait, on aurait été très embêtées. On était sans doute deux petites idiotes de 21 ans, là, mais justement, c'est ça que j'aimais bien, c'est que tout ce qui nous surprenait, on voulait le vivre. On avait envie de tout ce qui était différent, de rencontrer plein de gens. Et j'ai l'impression que c'était une version de moi qui était, je n'y connais rien en chakras, mais qui avait tous ses chakras ouverts. Et c'est pour ça que j'ai autant aimé. C'est qu'on est rarement tout le temps comme ça, tous les jours dans son quotidien. On est dans son quotidien et ce n'est pas grave du tout mais en voyage, je trouve que par moment, on est ouvert par tous les pores de sa peau, c'est vibrant.

On vit des années qui sont incroyables et dont on se souvient. Moi, 15 ans après, j'ai énormément de souvenirs et ça reste une des années les plus mémorables de ma vie. Donc, c'est pour ça que j'en parle avec autant de passion. J'en parle parce que je l'ai vécu donc je le recommande vraiment.

Kelly : Est-ce que tu penses que dans sa globalité, toutes ces expériences que tu as vécues, qui sont si vibrantes, ça a eu une influence sur tes projets personnels qui ont construit ton futur ?

Julie : Oui, d'une certaine façon, via pvtistes, ça m'a sans doute aussi motivé à continuer ce projet qui a été pendant sept ans bénévole, on faisait ça à côté de nos boulots, etc. Et puis, j'étais passionnée à motiver les gens à partir, à les aider à faire leurs démarches, etc. Donc je pense que ça, ça a beaucoup joué. Et encore aujourd'hui, ça arrive qu'on me dise « Mais depuis tout ce temps, tu fais encore des rencontres pvtistes, tu fais encore des salons ! ». J'ai toujours le même feu quand je présente le PVT à des salons ou des rencontres, ça m'a vraiment changé de l'intérieur. J'ai vraiment un feu du voyage. Donc oui, clairement, ça a eu un impact.

À écouter : Qui se cache derrière pvtistes.net ?

Kelly : Merci Julie. Qu'est-ce qui t'est arrivé pendant ton PVT qui ne te serait jamais arrivé dans ton pays natal ?

Julie : Alors, ah oui, c'était peut-être plus l'histoire de l'Australie que j'avais en tête, parce que de trucs qui me sont arrivés, je dirais que c'est quelque chose à double tranchant. C'est-à-dire que j'étais tellement dans un environnement de liberté, de « Il peut tout se passer ici », que je suis devenue très très laxiste.

Une fois, je quittais Darwin, j'allais travailler dans le sud, j'ai vu qu'il y avait un bus qui allait par là, je l'ai pris, sans savoir où était la fin de ce bus. Donc, il m'a arrêtée là, sur une petite station essence d'une pompe au milieu du désert australien. Je me suis dit « Là, Julie, quand même, tu t'es cru où ? Le boulot n'est pas là. ». J'ai dû attendre des gens pour faire du stop. Là, un mec est arrivé. J'ai pas eu d'autre choix que de monter avec lui. Je me suis dit « Tu te retrouves dans une situation où ça pourrait mal se passer. ». Je suis tombée sur un ange gardien qui m'a amenée là où il fallait qu'il m'emmène, même si c'était dur à trouver. Donc je dirais que ce qui ne me serait pas arrivé chez moi, c'est d'être autant... J'avais tellement l'impression que tout allait bien se passer. Donc c'est super bien, ça fait du bien au moral et tout, mais attention, je pense que des fois j'ai été un peu négligente. Donc ça m'a aussi appris à rester sur terre. Voilà, j'ai conscience de ma chance que ça n'ait pas pris des proportions mauvaises.

Kelly : Oui parce que j'allais dire même au milieu du désert, si tu n'avais pas assez d'eau, ça peut être un peu dangereux quand même.

Julie : Non mais j'étais en touriste, je ne sais pas ce qui m'a pris. Je me suis dit « Bah je vais bosser là-bas, je prends un bus et puis il va continuer jusqu'au sud de l'Australie. », mais pas du tout en fait. Donc là, on peut le dire, ce jour-là, j'ai été un peu conne.

Kelly : C'est comme ça qu'on apprend, il paraît qu'on apprend de nos erreurs.

Julie: Exactement.

Kelly : Écoute, un grand merci Julie pour toutes celles et ceux qui nous écoutent. J'espère que notre échange vous aura inspiré et vous permettra de pouvoir vous lancer dans une nouvelle aventure et surtout vous aider dans la guérison pour cette rupture amoureuse. À très bientôt Julie.

Julie : Merci Kelly.

- Conclusion -

Kelly : Vous êtes arrivé à la fin de cet épisode et on vous en remercie. Mais attendez, ne partez pas encore !

Permettez-nous de vous rappeler à quel point votre soutien compte pour nous. En vous abonnant à notre chaîne de podcast, vous serez les premiers à être informés de chaque nouvel épisode qui sortira et vous ne manquerez plus jamais une minute de notre contenu.

Et si vous avez aimé cet épisode, pourquoi ne pas laisser 5 étoiles et 1 commentaire sympa. Vos retours nous inspirent à continuer à créer du contenu avec des pays et des sujets qui vous intéressent.

Ça nous aide également à toucher de nouvelles oreilles curieuses. Vous faites partie intégrante de notre communauté, alors s'il vous plaît, prenez une minute pour vous abonner, laissez vos étoiles et écrivez-nous un commentaire.

Rendez-vous au prochain épisode et d'ici là on se retrouve sur notre site Internet pvtistes.net.