



טיולי תרמילאים – חוויה של גיבוש זהות או של בלבול ואובדן דרך: התרומה של גורמי סיכון והגנה – דו"ח

מחקר 2009-2012

פברואר 2012

פרופ' שמואל שולמן וד"ר סופי וולש – אוניברסיטת בר אילן\*

## תקציר

בשנים האחרונות יותר ויותר צעירים בשנות העשרים לחייהם יוצאים לטיול ממושך באזורי עולם שונים, על פי רוב לאחר שירות צבאי הנמשך בין שנתיים לשלוש שנים. במהלך הטיול מתנסים צעירים אלו בחוויות שונות, ביניהן גם כאלו אשר עלולות לחשפם לסיכונים פיזיים ונפשיים כאחד, דוגמת שימוש בסמים שונים וכניסה למצבים מסוכנים. מטרת המחקר הנוכחי היתה להבין טוב יותר את היקף ההסתכנות – כמו שימוש בחומרים ממכרים. כמו כן רצינו להבין מי הם הצעירים הנכנסים יותר למצבי סיכון ומה יכול להסביר סיכון גבוה יותר לכניסה למצבי הסיכון. לצורך זה נבדקו 249 צעירים (129 בנים, 120 בנות) אשר עמדו לצאת לטיול האורך לפחות לתקופה של 5 חודשים. הצעירים אותרו בתחנות למתן חסונים. לפני היציאה הצעירים דיווחו על הרגלי צריכת חומרים ממכרים, משתני אישיות, סימפטומים פסיכולוגיים ותפקוד. כמו כן נאסף דיווח על דיווחו על הרגלי צריכת חומרים ממכרים בעת הטיול וכארבעה חדשים לאחר החזרה.

תוצאות המחקר מצביעות על שלוש קבוצות ייחודיות הנבדלות האחת מן השניה.

הקבוצה הראשונה כוללת 104 צעירים (52.3%) שאינם משתמשים בסמים כלל לא לפני הטיול ולא במהלכו. לחברי קבוצה זו הטיול משמש כנראה כחווית גדילה וכשלב מעבר לחיים הבוגרים. הקבוצה השנייה כוללת 61 צעירים (30.7%) אשר כמעט ולא צרכו סמים לפני הטיול. אם זאת במהלך הטיול חלה עליה משמעותית בצריכת הסמים שאמנם ירדה לאחר החזרה מן הטיול. צעירים אלה נמצאו כבעלי צורך גבוה לחיפוש ריגושים חדשים וגם כבעלי מספר גבוה יותר של קשיים פסיכולוגיים – כבר לפני היציאה. קבוצה זו שבארץ ניתן להגדירה יותר כמתפקדת מכניסה את עצמה לסיכון מוגבר בעת הטיול בגלל העלייה המשמעותית בשימוש בסמים. הקבוצה השלישית, כוללת 34 צעירים (17%) אשר נטו להשתמש באופן די קבוע או קבוע בסמים לפני היציאה לטיול. במהלך הטיול חלה עליה די דרמטית בצריכת הסמים וזו נשארה גבוהה מזו שדיווחו עליה לפני היציאה לטיול. חברי קבוצה זו אובחנו כבר לפני היציאה כבעלי יעילות אישית נמוכה אשר מאידך מאד מחפשים ריגושים חדשים וחיזוקים. נטיות אישיות אלה מביאים אותם לצריכת חומרים ממכרים כבר בארץ ולמצבי סיכון מוגברים בעת הטיול בגלל העלייה המשמעותית בשימוש בסמים.

מסקנות המחקר מצביעות כי ניתן לראות אפוא שלושה דפוסים שונים בין הצעירים היוצאים לטיול ממושך. כמו

כן על סמך משתני אישיות כמו חיפוש ריגושים ורמת יעילות אישית וכן בהתחשב במספר הסימפטומים

הפסיכולוגיים ניתן לנבא מראש את ההשתייכות לקבוצות שעבורן הטיול מהווה סיכון לעומת הקבוצה שעבורה

הטיול הוא התנסות חיובית. בהתחשב בכך שעבור מחצית מן היוצאים הטיול מביא צעירים אלה למצבים של רמת הסתכנות גבוהה יותר נראה לנו שיש לתת את הדעת להקמת מערכות תמיכה הן בארץ (לפני היציאה ולאחר החזרה) והן במקומות ריכוז של המטיילים. יש גם מקום להכין דפי הסבר בנושא שידגישו את העלייה ברמת הסיכון בעת הטיול לחלק נכבד של היוצאים.

---

\* תודתנו נתונה לד"ר רחל בר המבורגר המדענית הראשית של הרשות למלחמה בסמים בעת אישור הצעת המחקר אשר עודדה ותמכה בביצוע מחקר זה. כמו כן אנו מודים לה על ההערות הבונות שסייעו לנו בעת תכנון המחקר. כמו כן תודתנו נתונה לד"ר יוסי הראל-פיש המדען הראשי הנוכחי של הרשות למלחמה בסמים על המשך התמיכה במחקר זה.

תודה גם נתונה לרועי רוה ולעמית דיגמי אשר פעלו וסייעו רבות לאיתור וגיוס הנבדקים וכן להכנת הנתונים לעיבוד.

## רקע המחקר ומטרותיו

בעשור האחרון הולכת וגדלה תופעת התרמילאות בקרב צעירים ישראלים לאחר השירות הצבאי. צעירים רבים יוצאים לטיול ממושך למקומות מרוחקים, בעיקר לארצות מזרח אסיה ודרום אמריקה, כאשר משך הטיול נע בין חודשיים לשנה (מבורך, 1997). במהלך הטיול, התנסות בחוויות חדשות ופריצת גבולות הן פעילויות שכיחות (Maoz, 2006) הבאות לידי ביטוי ביציאה לטרקים, קפיצות בנג'י וכן בשימוש בסמים ובאלכוהול (Shulman, Blatt, & Walsh, 2006).

תופעת התרמילאות היא מורכבת ורבת פנים (שפרן, 2000). יש הרואים בה כחוויה המזמנת תהליך של גיבוש זהות וצמיחה אישית (Noy, 2004). מנקודת ראות זו, הטיול הממושך הוא מסע אל העולם אך גם מסע אל תוך העצמי (סלמון, 1998). ההיכרות עם העולם מאפשרת התרחקות ממסגרות חברתיות קודמות, התנסות בחוויות חדשות ואקספולורציה בתחומי זהות שונים (שמחאי, 1998; Uriely, Yonay, & Simchai, 2002). ביטויים התפתחותיים אלה מהווים צורך פסיכולוגי חיוני בתהליך האינדיווידואציה של הפרט.

מנגד, יש הרואים בתרמילאים הצעירים כבעלי נטייה לאסקפיזם והדוניזם. זאת מתוך הנחה כי בטיול למרבית הצעירים אותן מטרות אמורפיות למהלך הטיול. הם נוהגים לשהות בצוותא במובלעות ישראליות בהן הם נחים, מבליים וגם צורכים סמים רבים (Maoz, 2007). אי לכך, לא אחת מתוארים התרמילאים הישראלים ככאלו שאינם מחפשים תשובות לשאלות קיומיות אלא מתהלכים ללא כיוון ומטרה וחיים בהווה אגוצנטרית והדוניסטית (מעוז, 2006; צוברי, 2008). לאור חילוקי הדעות בדבר השפעת הטיול הממושך על התרמילאים הישראלים, מחקר זה שם לו למטרה לבחון בעבור אילו צעירים הטיול הממושך מהווה חוויה של גיבוש זהות, כחלק מהמשימה ההתפתחותית המרכזית של תקופת הבגרות הצומחת ובעבור אילו צעירים הטיול הממושך מהווה למעשה תהליך של טשטוש זהות, הידרדרות להתנהגויות מסכנות ואובדן דרך.

## מסגרת תיאורטית

### על הטיול הממושך בחברה הישראלית ומטרותיו

האבולוציה של התרמילאות הישראלית ראשיתה בסוף שנות השישים והשבעים, לאחר מלחמת יום כיפור והחזרה של שטחי הצי האי-סיני. התרמילאות בתקופה זו, הייתה נחלם של בודדים, שהגיעו ברובם מרקע הומוגני שכלל בעיקר יוצאי קיבוצים ומושבים ששירתו בצבא, כאלו הנושאים את האתוס הצברי וערכיו (נוי, 2001; שפרן,

(2006). במרוצת השנים, פשטה התרמילאות הישראלית את גוניה "אידיאליסטיים" והחלה לכלול מגוון רחב של גילאים ורקעים חברתיים. את מקומם של ערכים קולקטיביסטים החליפו ערכים אינדיבידואליסטים. זאת, כחלק מהשינויים הדינמיים שחלו במדינת ישראל, כגון שינויי הפרטה ומגמת גלובליזציה (סלמון, 1998; שפרן, 2006; Avrahami, 2001). בתוך כך, החלו מתבטאים בתרמילאות הישראלית שינויים מפליגים והיא הפכה מנחלת בודדים לתופעה הולכת וגדלה (נוי, 2003).

הספרות המחקרית מצביעה על תהליך מיסודו של הטיול הממושך, שהפך לשלב מובנה במסלול החיים של הצעיר הישראלי (נוי, 2003; Uriely, Yonay, & Simchai, 2002). במעבר זה, לדפוס טיול ממוסד, הפכה התרמילאות הישראלית לבעלת דפוסים קולקטיביים מובהקים. ביטוי בולט לכך הוא ביסוסן של "מובלעות" (enclaves) ישראליות, בהן התרמילאים מתגודדים בחבורותיהם, סועדים לנים ומבלים (נוי, 2003; Haviv, 2002). התחלופה המתמדת במובלעות, מבססת את שימורן ויוצרת מרחב בדמות בועה ישראלית. לבד מההתנהלות הקולקטיבית במובלעות, מתקיימות גם תחושות של הדדיות, מחויבות ואחריות גבוהה בין התרמילאים הישראליים, גם כאשר אלה אינם מכירים זה את זה (היכל, 2000).

אחת הדרכים המקובלות לבחינת התופעה היא התפיסה הרואה בטיול הממושך כתקופה מורטורית (מבורך, 1997). בעיקרו, המורטוריום הוא דחייה, מעין פסק זמן חברתי, בו מאפשרת החברה לצעירים להתנסות בתפקידים של בוגרים, ללמוד תפקידים חברתיים ולבסס את זהותם. כל זאת, ללא מחויבות מלאה מצד הצעירים ובמרחב המאפשר להם לטעות ולעצב את דרכם (Marcia, Waterman, Matteson, Archer, & Orlofsky, 1993). הגוון המורטורי אותו נושאת התרמילאות הישראלית, מייחד אותה משאר צורות התרמילאות. מאפיין ייחודי זה, מוסבר באמצעות סמיכותו של הטיול הממושך לתקופת השירות הצבאי. שכן, השהות במסגרת צבאית סמכותית ודורשנית, מעוררת בקרב הצעירים רצון עז לקחת פסק זמן מורטורי ולחפש אחר תחושת החופש החסרה (נוי, 2003).

התבוננות במטרות המנחות את המטיילים ביציאה לטיול הממושך רומזת, כי הטיול הוא בעל משמעויות מורכבות ורבות (יעקבסון, 1987). ממחקרו של יעקבסון (1987) אנו למדים על מספר מטרות מרכזיות העולות מסיפורי התרמילאים: "המסע כאתגר" משקף חיפוש אחר הרפתקאה, שסיומה מסמלת הוכחה עצמית; "המסע כטקס מעבר" משקף את מניע המטיילים לקחת פסק זמן ממחויבויות חברתיות; "המסע כמבחן", מהווה מעין מבחן עצמי

ברכישת עצמאות והתנסויות בחוויות חדשות; "המסע כבריחה ממציאות חברתית" נתפס כמטרה להשתחרר זמנית ממציאות חברתית לוחצת.

מחקרים אחרים זיהו מטרה נוספת ומרכזית המנחה את התרמילאים הישראלים בעת יציאתם לטיול הממושך. מטרה זו, המכונה "חיפוש אחר זהות", נטועה ברצון הצעירים "למצוא את עצמם" ונועדה לענות על שאלות של זהות (שמחאי, 1998; Noy, 2004; Haviv, 2005). נוכח השתחררות ממסגרות קודמות, מפגשים עם תרבויות שונות והתנסויות בחוויות חדשות, נוצרת כמיהה לתהליך של שינוי, צמיחה והבניית זהות חדשה ומגובשת (סלמון, 1998). באופן דומה, אברהמי (2001), זיהה את רוב התרמילאים הישראלים כ'מחפשים' (seekers). לדבריו, תרמילאים אלה, מחפשים אחר חווית למידה, צמיחה אישית והשגת תובנות חדשות, אותן הם תופסים כתהליכים פנימיים. תהליכים אלה, נקשרים אם כן, לנושאי זהות, להבנה עצמית ולהבנה טובה יותר של העולם, כמו גם למציאת משמעות בעולם שאינו בטוח וודאי.

לפי אוריאל, יונאי ושימחאי (Uriely, Yonay & Simchai, 2002), הנהגות התרמילאית מוגדרת אל מול הגדרת התיירים הממוסדים. התרמילאים הצעירים מתארים את מטרות הטיול ואת חוויותיהם במונחים של אותנטיות וחיפוש עבור שאלות קיומיות. זאת, ביחס למטרות וחוויות "ממוסחרות" ו"בורגניות", המיוחסות לתיירים הממוסדים. לפיכך, מחפשים הצעירים שהייה במרחבים השונים מאלו המתויירים, כאלה שיש בכוחם לספק חווית אותנטיות ותשובות לשאלות קיומיות (Uriely, Yonay & Simchai, 2002). בדומה לכך נמצא, כי מרבית הצעירים הישראלים אכן תופסים את הטיול הממושך כאמצעי לקידום התפתחותו של העצמי, כאותנטי ועצמאי (Scharf & Mayseless, 2010).

עם זאת, בשנים האחרונות רווחות הטענה, כי מוטיב הדוניסטי שולט בחוויה התרמילאית וכי מטרות אחרות שאינן הדוניסטיות בולטות פחות בתחום התרמילאות הישראלית (מעוז, 2006; צוברי, 2008). טענה זו, מתבססת על קיומן של מובלעות ישראליות בלתי-חדירות (נוי, 2003), ועל צריכה מוגברת של סמים (Shulman, Blatt, & Segev, Paz & Potasman, 2005; Walsh, 2006). כל זאת, בלא חיפוש אחר מרכז רוחני אלטרנטיבי בתרבות המקומית (מעוז, 2006; Cohen, 1979). אי-לכך קיימת הטענה, כי הצעירים מכוונים את דרכם אל עבר מסע חרוש ומפולס, בו הילכו כבר מרבית התרמילאים הישראלים שקדמו להם (מעוז, 2006).

ניתן לשאול האם חיפוש אחר חווית הדוניסטיות ומזדמנות, כרכיב שולט בחוויה התרמילאית, מהווה סממן לטשטוש זהות ואובדן דרך או שמא הטיוול הממושך מהווה פונקציה של גיבוש זהות כחלק מההתפתחות הנורמטיבית של תקופת הבגרות הצומחת? תת-הפרק הבא יציג את מאפייניה של תקופת הבגרות הצומחת ואת המשימות ההתפתחותיות הכרוכות בה.

### **בגרות צומחת, התנהגויות סיכון והטיוול הממושך**

נטילת סיכונים מזהה כחלק מתופעה התפתחותית נורמטיבית במהלך תקופת הבגרות הצומחת (Arnett, 2000). לפי Arnett (2005), כחלק מההליך ההתפתחותי של הבניית זהות, הצעירים מתנסים בטווח רחב של התנהגויות, טרם כניסתם לעולם הבוגרים. יש צעירים הרואים בסמים כאחת מבין ההתנהגויות המזמנות חקירה ולמידה עצמית. ואילו בעבור אחרים, השימוש בסמים עשוי להקל ולרכך את תחושת הבלבול הנלווית לתהליך המורכב שבהבניית הזהות. במחקר של Bradley ו- Wildman (2002), נמצא כי קיימת השפעה של לחצים אנטי-סוציאליים מצד קבוצת שווים על נטילת סיכונים בתקופת הבגרות הצומחת. ראיות להשפעת קבוצת השווים נמצאו חזקות יותר עבור שימוש באלכוהול וחומרים ממכרים (ראה סקירה: Borsari & Carey, 2001). לדוגמא, במחקרם של Tees ו- Bradley (2008), השפעת קבוצת השווים נמצאה נמוכה יותר עבור מעורבות בהתנהגויות סיכון, כגון סקס לא מוגן ונהיגה מסוכנת לעומת השפעתם על מעורבות בהתנהגויות סיכון כגון, שימוש בחומרים ממכרים.

אחד מבין המניעים העקביים שנמצאו כקשורים להתנהגויות סיכון הוא חיפוש אחר ריגושים אשר משמעותו היא נטייה אישיותיות המבטאת צורך להתנסות בחוויות חדשות ומגוונות, תוך נטילת סיכונים פיזיים וחברתיים במטרה להשיג חוויה זו (Zuckerman, 1988). בעיני התרמילאים, הדימוי המרכזי למדינות עולם שלישי הוא של חופש בלתי מוגבל המאפשר לתרמילאים לשבור כללים וליטול סיכונים (מעוז, 2008). אופני התנהגות אלה נמצאו שכיחים באתרי נופש לימינליים (Liminal Zone). זאת עקב התרופפות נורמות חברתיות באתרים אלו (Shields, 1992).

אם לקבל טענות אלה הרי שתופעת התרמילאות המתרחשת במחוזות רחוקים מהווה קטליזאטור לחיפוש ריגושים באמצעות נטילת סיכונים (סלמון, 1998). התרמילאים הצעירים תופסים את השימוש בסמים ונטילת סיכונים כחלק מתהליך של שינוי אישי הכרוך בגילוי עולמות חדשים. עם זאת נראה שהשימוש בסמים בקרב צעירים ישראלים נועד אולי יותר להשכיח את תקופת הצבא ואין הוא בהכרח מסע פנימי לעיצוב זהותו של הפרט ומציאת דרכו (מעוז, 2008).

מטרות המחקר

המטרה המרכזית של מחקר זה, היוצא מגישה התפתחותית ואישיותית, היתה לבחון את הגורמים היכולים להסביר מדוע לצעירים מסוימים הטיול מהווה חוויה לגדילה עצמית, בעוד לאחרים הטיול מתבטא יותר בהתנסות בהתנהגויות מסוכנות כמו צריכת סמים וכניסה למצבי סיכון, שלהם יכולות להיות השלכות קשות על תפקודו של היחיד, ברמה המיידית ולאורך זמן.

כדי לענות על שאלות אלו, ובהסתמך על מודלים של פסיכופתולוגיה התפתחותית, המחקר בדק את מבנה האישיות של צעירים: כוחות, לבטים פנימיים, נטייה לחיפוש ריגושים לפני היציאה לטיול. במקביל נערך מעקב אחרי הצעירים לפני יציאתם, במהלך הטיול ולאחר שובם. במסגרת זו נבדקו צריכת סמים ומידת נטילת סיכונים, בעת הטיול ולאחריו. כמו כן נבדק המצב הנפשי שלהם וכן יכולות התפתחותיות כמו היכולת לקבל החלטות ולתמוך בעצמם כלכלית וגם זאת לפני היציאה לטיול ולאחר שובם.

בדומה למחקרים התפתחותיים בתחומים אחרים המדגישים את המרכזיות של גורמי סיכון וגורמי חוסן, מחקר זה התמקד בהערכת גורמי האישיות והתמיכה המשפחתית המשמשים כגורמי מגן והיכולים לנבא השתתפות בטיול שמטרתה העשרת החוויה העצמית וגיבוש תחושת עצמאות. זאת לעומת גורמי אישיות הקשורים ויכולים להסביר נטילת סיכונים מוגברת בעת הטיול ואשר באים לידי ביטוי, בין השאר, בצריכת סמים מוגברת (Shulman, Shahar & Kalintzky, 2009).

תוצאות המחקר כמפורט בהמשך יכולים להסביר מבחינה תיאורטית את האופן בו צעירים עושים את המעבר לחיים בוגרים או מתקשים בו. מה יכול להסביר עליה על מסלול של תפקוד תקין כאשר הטיול משמש אפילו אולי נדבך במהלך ההתפתחותי. לחילופין התוצאות גם מתייחסות למסלולים שאינם נורמטיביים כמו כאלה המשולבים בצריכה מוגברת של חומרים ממכרים ובמקביל מביאים את היחיד למצבי סיכון מוגברים היכולים להוליך להגברה של קשיים או לפחות לקושי מוגבר בהתמודדות עם משימות הגיל.

כפי שהדגשנו כבר בהצעה, למיטב ידיעתנו, לא נעשה כל ניסיון למחקר כזה בעבר בהתייחס ליציאה לטיול הממושך. באופן זה, לתוצאות המחקר מלבד החשיבות התיאורטית גם השלכות מעשיות בהבנה טובה יותר את הצעירים היוצאים לטיול ממושך ובהתווית דרכי ייעוץ לצעירים לפני היציאה לטיול, במהלכו ואף לאחר החזרה.



### איתור המדגם, גיוס הנבדקים והמעקב אחריהם:

כדי להשיג מדגם מייצג של היוצאים לטיול ממושך נבדקים אותרו במרפאות למתן חיסונים ברחבי הארץ. נציגים שלנו ביקרו באופן אקראי במרפאות השונות ברחבי הארץ ופנו למתחסנים. צעירים בגיל שנקבע (20-26) היוצאים לטיול בהודו, דרום מזרח אסיה או דרום אמריקה והוזמנו להשתתף במחקר. במחקר נכללו 249 צעירים (129 בנים, 120 בנות) אשר יצאו לתקופה שבין 5 ל-12 חודשים. אחוז ההיענות הסופי (כולל מילוי של שאלון מלא) היה מעל ל-80%. יש לציין כי שיתוף הפעולה של הצעירים התאפשר לאחר שהובטחה להם תמורה כספית. כל שאלוני המחקר המפורטים בהמשך הועברו לפני היציאה לטיול.

כארבעה חודשים, בממוצע, לאחר שובם נוצר קשר מחדש עם הצעירים בו הם שוב נבדקו. יש לציין כי מספר צעירים לא יצאו בסופו של דבר לטיול או שחזרו לאחר תקופה קצרה. כמו כן היו צעירים שהאריכו את שהותם ורק בימים אלו ניתן היה להעריך אותם שוב. לאור זאת בדוח זה הנתונים בהתייחס לאחר החזרה מן הטיול בוצעו על 199 צעירים המהווים 79.9% מאלה שיצאו לטיול. בבדיקה זו לאחר חזרתם הצעירים דיווחו על צריכה של חומרים ממכרים העת הטיול ולאחר החזרה. כמו כן הצעירים מילאו את כל השאלונים כמו בהעברה שלפני היציאה תוך הדגש על רמת הסימפטומים הפסיכולוגיים וכן על מידת השגת מטרות הבגרות.

### כלי המחקר

המשתתפים מילאו את השאלונים הבאים לפני יציאה לטיול וגם אחרי החזרה (ניתן לקבל את השאלונים מן החוקרים):

1. שאלון דמוגרפי (גיל, מין, רמת השכלה, השכלת הורים, בגרות, שרות צבאי וכו').
2. תכונות אישיותות Novelty Seeking ו Harm Avoidance , Reward Dependence נבדקו בעזרת שאלון TPQ "שאלון אישיות דו מימדי" של קלונינגר (Cloninger, Przybeck & Svrakic, 1991) השאלון מורכב מ-100 פריטים של נכון/לא נכון המתוכננים למדוד את שלושת המימדים האישיותיים העיקריים שיכולים להיות מעורבים בויסות התנהגות היחיד בתוך הסביבה ובהתייחס לגירויים שמסביב; חיפוש ריגושים, תלות בחיזוקים והמנעות מפגיעה (Gil, 2005). הכלי בגרסה העברית של השאלון הועברה במחקרם של (Gil, 2003); Pud, Eisenberg & Sprecher, (2004). במחקר הנוכחי סולם התשובות שונה, הנבדקים ענו על השאלות בסולם מ-1

(לגמרי לא מסכים/ה) ועד- 5 (לגמרי מסכים/ה). השאלות כוללות " אני מרבה להתנסות בדברים חדשים בשביל הכיף או ההתרגשות, אפילו אם רוב האנשים חושבים שזה בזבוז זמן", " לעתים קרובות אני חייב להפסיק את מה שאני עושה כיוון שאני מתחיל לדאוג שמהו עלול להשתבש".

3. השגה של משימות של הבגרות הצעירה - (Questionnaire of emerging adulthood tasks) - (Shulman & Ben-Artzi, 2003).

בשאלון 20 פריטים, הבוחנים את המידה בה השיג הנבדק משימות התפתחותיות של בגרות צומחת, על סולם ערכים הנע בין 1 (מידה נמוכה) ל- 5 (מידה גבוהה). הפריטים מחולקים לשלושה תחומים: קבלת החלטות באופן עצמאי ולקיחת אחריות (לדוגמא: "המידה בה אני מרגיש שאני יכול לעשות בחירות עצמאיות בתחומים חשובים בחיי"), גיבוש השקפת חיים עצמאית, ערכים (לדוגמא: "המידה בה אני מרגיש מחויב לערכיי") ועצמאות כלכלית/מעשית (לדוגמא: "המידה בה אני מסוגל לגור בנפרד מהוריי"). כל הפריטים מבוססים על הקריטריונים של ארנט (Arnett, 1998) לתקופת הבגרות הצומחת.

4. שאלון שייכות בין-אישית והגדרה עצמית - (Blatt, Schaffer, Bers and Quinlan, 1992). השאלון מכיל 66

פריטים ומאפיין שלושה סגנונות אישיותיים על פי שלושה תת-סולמות: תת-סולם "ביקורת עצמית" - מתייחס לאישיות המדגישה את ההגדרה העצמית והמאופיינת על ידי עיסוק בולט בהישגים, ברגשות נחיתות ובפחד מכישלון. הפריטים מודדים ביקורת עצמית נוקבת (למשל - "יש הבדל גדול בין מי שאני ובין מי שאני רוצה להיות"). תת-סולם "תלותיות" - משקף אישיות המדגישה את המשאלה להיות אהוב ומוגן. הסולם כולל פריטים המודדים צורך עז בקשרים בין אישיים ("יש לי קושי להפסיק קשרים בין אישיים שגורמים לי חוסר אושר"). תת-הסולם השלישי, "יעילות" - משקף אישיות מאוזנת שיש בה מידה של הגדרה עצמית והיא לא באה על חשבון הקשר עם האחרים. תת-הסולם כולל פריטים המודדים ביטחון עצמי וכוחות אגו ("אני נהנה להתחרות עם אחרים"). במחקר זה נעשה שימוש בסולמות של ביקורת עצמית ויעילות אישית.

5. שאלון סימפטום קצר (Brief Symptom Inventory) BSI, (Derogatis, 1982; Canetti et al., 1994), אשר נועד לבדוק מצוקה נפשית וסימפטומים פסיכיאטריים. שאלון זה מורכב מ- 53 היגדים המתארים תסמינים

שונים. הנבדק מתבקש לציין את המידה בה סבל מהתסמינים האלה במהלך החודש האחרון על סולם ערכים הנע בין 0 (בכלל לא) ל- 4 (במידה רבה ביותר). הפריטים מחולקים לתשעה תחומי פסיכופתולוגיה שונים: סומטיזציה, אובססיביות-קומפולסיביות, רגישות בין-אישית, דיכאון, חרדה, עוינות, פוביות, פרנויה ופסיכוטיות. כל תסמין מהווה

סולם בפני עצמו ובאמצעות חישוב סך כל הסולמות מופק ציון כללי, המשקף את סך המצוקה הנפשית, כאשר ציון גבוה יותר מעיד על מצוקה נפשית גדולה יותר.

6. תמיכה הורית ותמיכה חברתית נבדקו באמצעות שאלון, NRI- Network of Relationships Inventory, (Furman & Buhrmester, 1985) שאלון רשתות יחסים המונה 8 שאלות אשר נועד לבחון את תפיסתו של הנבדק אל מול התמיכה של דמויות משמעותיות בחייו (אמא, אבא, חבר קרוב, ובן/בת זוג). בשאלון מוצגים שמונה פריטים המייצגים את איכות הקשר, לדוגמא; תמיכה, אינטימיות מתן עזרה וכו'. כגון: "אפשר לסמוך עליו/ה", "את/ה שבע/ה/ רצון מהמערכת יחסים עמו/ה", "נותן/ת לך הרגשה שאת/ה שווה". השאלון מדורג מ-1 – המייצג רמה נמוכה עד 5 רמה גבוהה.

7. מדד משולב של מעורבות בהתנהגויות מסוכנות (סמים, אלכוהול, נהיגה, סקס לא מוגן וכדומה) בחודש אחרון על פי פישר ופלדמן (Fisher & Feldman, 1998). שאלון זה מכיל 10 שאלות הבודקות התנהגויות סיכון כגון: שתיית אלכוהול, השתכרות, שימוש בסמים באופן כללי ובסוגי סמים שונים (קנביס, LSD וכו'), עישון סיגריות ותדירות התנהגויות ברות סיכון.

**מימצאים:** הממצאים של המחקר בשלב זה מתחלקים לשלושה חלקים. בחלק הראשון אנו מביאים סטטיסטיקה תיאורית של אוכלוסיית המחקר: רקע דמוגרפי, מידת השימוש בסיגריות, סמים, אלכוהול ומעורבות בהתנהגויות סיכון. בחלק השני מדווח על ניתוח אשכולות שנערך על המדגם שהראה שהנבדקים נחלקים לשלוש קבוצות ייחודיות הנבדלות באופן ברור האחת מן השניה בהתייחס למידת השימוש בסמים ובחשיש לפני הטיול, במהלכו ולאחר החזרה. בחלק זה גם נתייחס למשתנים המנבאים את ההשתייכות לקבוצה זו או אחרת. החלק השלישי של המיצאים עוסק בשינויים המתרחשים ברמת התפקוד בקבוצות השונות (מעבר לשימוש בסמים) בהתייחס למצבם לפני ולאחרי הטיול.

#### 1) חלק א – מאפייני משתתפי המדגם

כפי שניתן לראות בטבלה 1, הגיל הממוצע של משתתפי המחקר הינו 22.19. 39.4% דיווחו על יציאה להודו ולארצות דרום מזרח אסיה. 51.9% נסעו לדרום אמריקה. 8.7% הנוותרים נסעו ליעדים שונים כמו אוסטרליה, ניו זילנד, ארה"ב ויפאן.

הגיל הממוצע של הוריהם הוא 55.2 עבור אבות ו 51.9 עבור אמהות. ממוצע שנות ההשכלה של שני ההורים היה סביב 14 שנים. יש לציין כי ללמעלה מ- 50% של ההורים הם בעלי השכלה על תיכונית בעוד שרק פחות מ- 8% אינם בעלי השכלה תיכונית שלמה. משמעות הדבר שמרביתו של המדגם הוא מרמה סוציו אקונומית בינונית ומעלה.

מרבית משתתפי המחקר – 88.5% הינם ילידי הארץ. גם מבין אלו שלא נולדו בארץ, לבד משני נבדקים כולם קיבלו את החינוך התיכוני בארץ.

ל- 93% של המשתתפים יש בגרות מלאה (טבלה 2). 89.1% של המשתתפים סיימו שרות צבאי מלא (כאשר 22.6% מהם אף היו בשרות קבע) ו- 6.1% סיימו שרות לאומי. (ראה טבלה 3). 90.5% ממשתתפי המחקר הם כאלו שיצאו לטיול לאחר השירות הצבאי. לעומת זאת 9.5% יצאו לטיול בשלב מסוים של הלימודים האקדמיים שלהם.

טבלה 1: גיל והשכלה של המשתתפים ושל הוריהם

<i>SD</i>	ממוצע	
1.54	24.16	גיל
5.16	55.20	גיל האב
3.48	14.40	השכלת האב
6.14	51.90	גיל האם
3.26	14.47	השכלת האם

טבלה 2: אחוז המחזיקים בתעודת בגרות

%	
93.9	בגרות מלאה
5.3	בגרות חלקית
0.8	ללא בגרות

טבלה 3: שרות בצבא

%	
66.5	שרות מלא
22.6	שרות קבע
6.1	שרות לאומי
4.8	אחר

בנוגע לשימוש בחומרים ממכרים, אפשר לראות ש- 56.6% של המשתתפים לא השתמשו בסמים אי פעם אך 15.6% משתמשים בסמים באופן קבוע או די קבוע (טבלה 5). 16.9% השתמשו בקנביס בחודש האחרון באופן קבוע או די קבוע (טבלה 6). 37% של המשתתפים מעשנים סיגריות ביום-יום (טבלה 7). 63% של המשתתפים שותים באופן קבוע או די קבוע (טבלה 9) ו-37% מהם השתכרו לפחות פעם אחת במהלך החודש האחרון (טבלה 10).

טבלה 5: שכיחות השימוש בסמים

%	
56.6	אף פעם לא השתמש
5.6	השתמש רק פעם אחת בחיים
22.2	השתמש פעמיים-שלוש
6.0	משתמש באופן די קבוע
9.6	משתמש באופן קבוע

## טבלה 6: שכיחות השימוש בקנביס בחודש אחרון

%	
65.5	אף פעם
7.7	פעם אחת
1.9	השתמש 2-5 פעמים
9.6	השתמש 11-20 פעם
7.3	מעל 20 פעמים

## טבלה 7: שכיחות עישון סיגריות

%	
8.3	לא מעשן
53.9	מעשן לעתים רחוקות
18.1	מעשן מספר סיגריות ביום
10.3	מעשן כחצי קופסה ביום
5.4	מעשן קופסה ביום
3.4	מעשן יותר מקופסה ביום

כמעט ולא דווח על שימוש בחומרים ממכרים אחרים לפני היציאה לטיול (מתדון – 2 משתתפים, הרואין 0- , אמפטמינים – 2, קוקאין - 1, LSD – 3, MDMA – 1, כדורי שינה – 3, קוקטייל – 2, שאיפת דבקים – 1). לאור זאת, הניתוחים המורכבים בהמשך לא ייתחסו לשימוש בחומרים הפחות שכיחים. כאמור הניתוחים המורכבים יתמקדו בדיווח בשימוש הכולל בסמים ובמידת השימוש בחשיש על צורותיו השונות. עם זאת, יש לציין כי במהלך הטיול נמצאה עליה בשימוש במספר סוגים של סמים: מתדון – 1 משתתפים, הרואין - 0, אמפטמינים – 1, קוקאין - 15, LSD – 6, MDMA – 8, כדורי שינה – 9, קוקטייל – 2, שאיפת דבקים –

0. אך גם כאן עדיין מדובר במספרים קטנים בהתייחס לגודל המדגם. יש לציין כי לאחר החזרה כמעט ולא דווח כלל על שימוש בחומרים אלה מלבד 6 משתתפים שדיווחו על שימוש באמפטמינים ו-2 ב LSD.

טבלה 8: שכיחות שתית אלכוהול

%	
0	אף פעם לא שתה
2.4	שתה רק פעם אחת בחיים
28.0	שתה פעמיים-שלוש
7.2	שתה באופן קבוע אך הפסיק
58.5	שותה באופן די קבוע
3.9	שותה באופן קבוע

טבלה 9: האחוז שהשתכר בחודש אחרון

%	
62.5	אף פעם
21.6	פעם אחת
11.5	פעמיים
2.9	שלוש פעמים
0.5	ארבע פעמים
0.5	חמש פעמים
0.5	יותר מ 5 פעמים

מטבלה 10, ניתן לראות שמרבית הצעירים אינם מעורבים בהתנהגויות ברות סיכון. עם זאת קיימת קבוצה המהווה כ 10% מן המדגם והם היו מעורבים יותר מ 10 פעמים במהלך החודש האחרון (שלפני הדיווח) בהתנהגות ברת

סיכון: נהגו באופן מסוכן, נהגו לאחר שתיית אלכוהול או לאחר שימוש בסמים, קיימו יחסי מין לא מוגנים או היו מעורבים בקטטה.

טבלה 10: מעורבות בהתנהגויות סיכון בחודש האחרון (%)

מעל 10 פעמים	6-10 פעמים	2-5 פעמים	פעם אחת	אף פעם	
8.1	2.0	2.4	7.7	83.9	נהג באופן מסוכן
9.8	0.8	1.2	2.8	85.6	נהג ללא הגורת בטיחות
9.8	1.6	0.4	2.8	86.6	נהג לאחר שתיית אלכוהול
9.8	0.8	1.6	2.8	84.9	נהג לאחר שימוש בסמים
8.9	0.8	1.2	3.3	85.7	קיים יחסי מין לא מוגנים
9.8	0	0	1.6	88.6	היה מעורב בקטטה או מעשה אלימות

יש גם להוסיף שלא נמצאו כל קשרים בין המשתנים המציינים רקע סוציו אקונומי – שנות השכלה של המשתתף ושל כל אחד משני ההורים לבין השימוש בסמים, באלכוהול ועישון. כן לא נמצא קשר בין מדדים אלה לבין השכיחות שמעורבות בהתנהגויות ברות סיכון.

לסיכום ניתן לראות כי מדובר באוכלוסיה המגיעה בדרך כלל ממעמד בינוני ומעלה. כמעט כולם בעלי תעודות בגרות וסיימו שירות צבאי מלא. כמו"כ למרבית ההורים השכלה בטר תיכונית. עם זאת, 15 אחוזים מן היוצאים לטיול ממושך משתמש באופן קבוע בחומרים ממכרים כבר בארץ. יש להדגיש כי אחוז השותים אלכוהול באופן קבוע הוא גבוה, וכמעט כ-40% חוו השתכרות לפחות פעם אחת. גם מספר המעשנים הוא גבוה. למרות שהשכיחות של מעורבות בהתנהגויות ברות סיכון (כמו נהיגה תחת שכרות) אינה קיימת או נמוכה מאד בדרך כלל, המדגם כולל "גרעין קשה" אשר דיווח על יותר מ-10 פעמים של מעורבות בהתנהגויות ברות סיכון במהלך החודש שחלף.



### חלק ב: ניתוח אשכולות

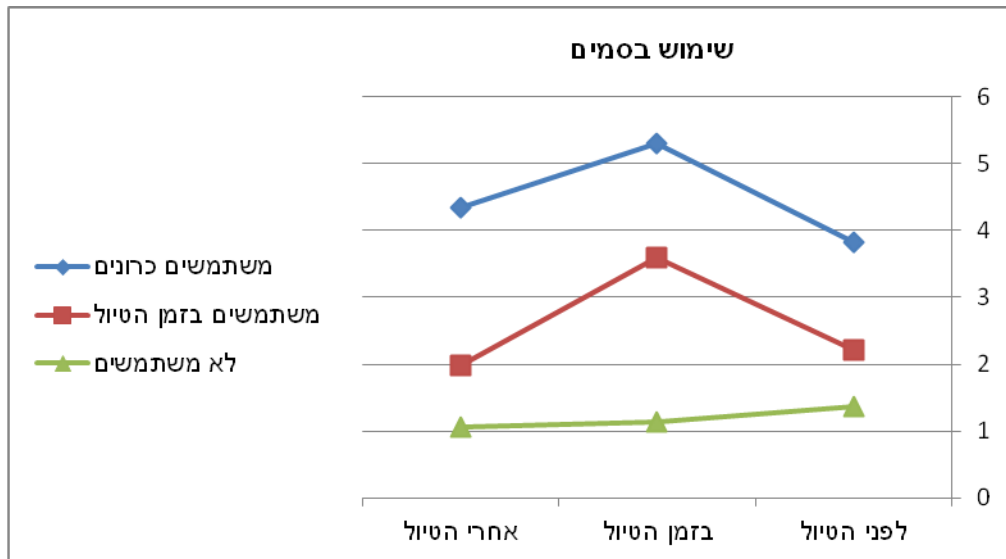
ניתוח אשכולות זוהי טכניקה סטטיסטית הבודקת כיצד מדגם בנוי. בהתחשב במטרות המחקר חשבנו לאפיין אותו על סמך מידת ההתמכרויות השונות לפני הטיול, במהלכו ולאחר החזרה. עיון בנתוני ההתמכרות כפי שדווח בחלק א' מצביע שרוב הצעירים שותים אלכוהול ואף מעשנים. כמו כן התרשמנו כי במהלך הטיול שכיחות השתייה נמוכה (למדנו שפחות מקובל לשתות בטיול). בנוסף, גם התקבלה תמונה על מידה נמוכה של מעורבות בהתנהגויות ברות סיכון במהלך הטיול (למשל, הם כמעט ואינם נוהגים במהלך הטיול). לאור זאת הוחלט להתייחס בניתוח האשכולות רק למידת הדיווח על השימוש בסמים בכלל ובקנביס בפרט לפני הטיול, במהלכו ולאחר החזרה.

ניתוח אשכולות מתבצע בשני שלבים. בשלב הראשון החישוב בודק מהו המספר הנכון של קבוצות שיש לסווג אליו את הנבדקים. בשלב השני מתבצע סיווג לפי עקרון מתמטי של ריכוז מקרים מסביב למוצע. העיבוד הנוכחי הצביע כי סיווג ל - 3 אשכולות הוא היותר נכון. השלב השני מאתר את שלושת האשכולות ואת איפיונם – ובמחקר זה בהתייחס למידת השימוש הכללית בסמים בכלל ובקנביס בפרט לפני הטיול, במהלכו ולאחר החזרה.

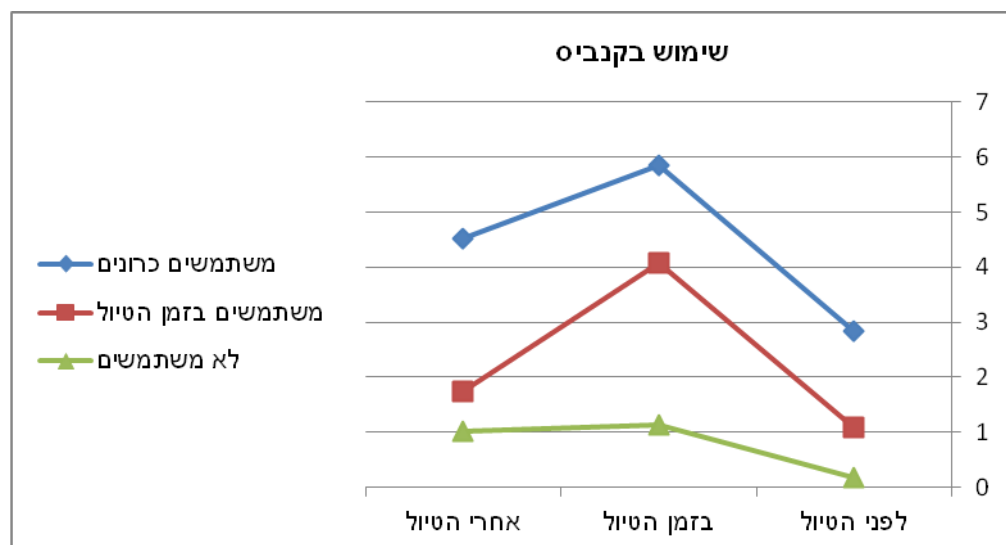
תוצאות הניתוח הצביעו על **שלוש** קבוצות ייחודיות הנבדלות האחת מן השניה. הקבוצה הראשונה כוללת 104 צעירים (52.3%) שאינם משתמשים בסמים כלל לא לפני הטיול ולא במהלכו. הקבוצה השנייה כוללת 61 צעירים (30.7%) אשר כמעט ולא צרכו סמים לפני הטיול. אם זאת במהלך הטיול חלה עליה משמעותית בצריכת הסמים שאמנם ירדה לאחר החזרה מן הטיול. הקבוצה השלישית כוללת 34 צעירים (17%) אשר נטו להשתמש באופן די קבוע או קבוע בסמים לפני היציאה לטיול. במהלך הטיול חלה עליה די דרמטית בצריכת הסמים וזו נשארה גבוהה מזו שדיווחו עליה לפני היציאה לטיול.

הגרפים הבאים מראים את מידת השימוש בסמים בכלל - 1 ובקנביס בפרט - 2 לפני הטיול, במהלכו ולאחר החזרה.

איור 1- שכיחות השימוש בסמים בקרב שלושת הקבוצות (0-אף פעם, 6- באופן קבוע)



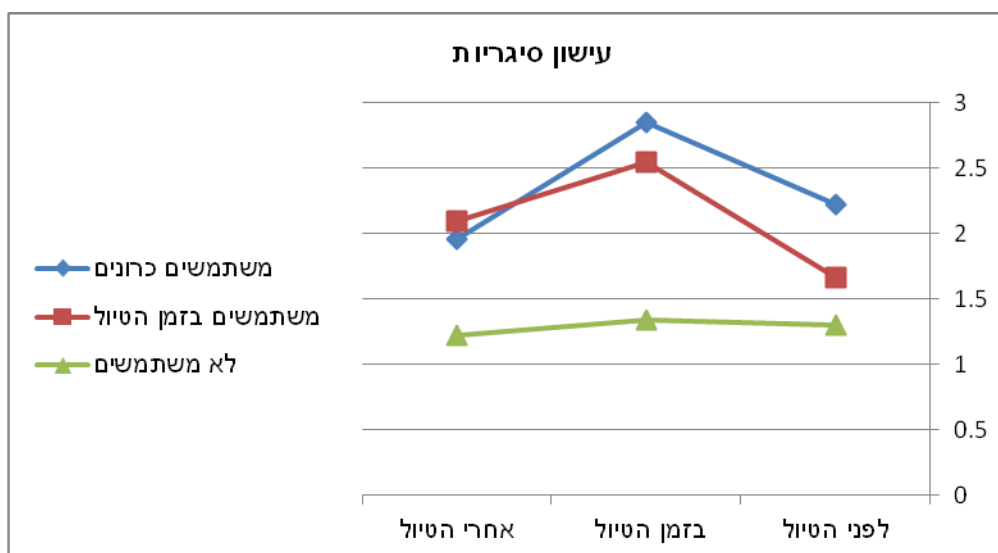
איור 2- שכיחות השימוש בקנביס בקרב שלושת הקבוצות בחודש האחרון (0-אף פעם, 6- מעל 20 פעם)



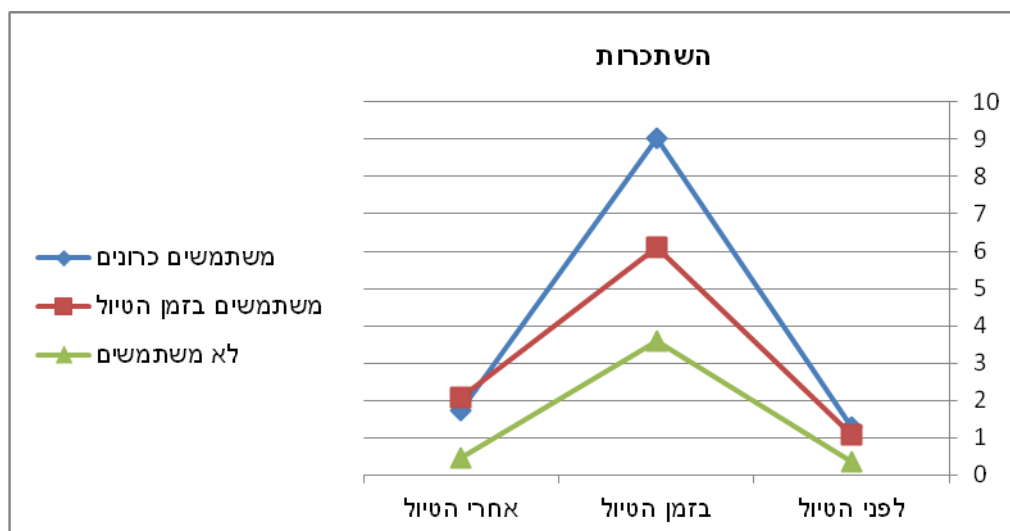
יש לציין כי הבדלים אלו בין שלושת הקבוצות באו לידי ביטוי גם בהתייחס לעישון סיגריות ולהשתכרות. ניתן לראות באיור 3 כי חלה עלייה משמעותית בעישון סיגריות בקרב שתי הקבוצות הנוטות להשתמש בסמים וכן עלייה משמעותית בתדירות ההשתכרות בזמן הטיול – איור 4 - בקרב שתי קבוצות אלה. ניתן גם לראות שבקרב קבוצת הרוב – אשר אינה צורכת סמים - אין עלייה בעישון סיגריות וקיימת עלייה מתונה בתדירות ההשתכרות. יחד עם זה בקרב שלושת הקבוצות נמצאה ירידה בתדירות ההשתכרות לאחר החזרה מן הטיול.

כמו כן יש להוסיף כי היוצאים להודו ודרום אמריקה נמצאו בשכיחות גבוהה יותר בקבוצות הסיכון לעומת אלה שיצאו ליעדים אחרים כמו אוסטרליה -  $p < .05$  ,  $\chi = 8.53$ .

איור 3- שכיחות עישון סיגריות בקרב שלושת הקבוצות



איור 4- שכוחות השתכרות בקרב שלושת הקבוצות (מספר הפעמים בחודש האחרון)



מנבאי ההשתייכות לקבוצות השונות

כדי לנבא את ההשתייכות לקבוצה זו או אחרת בוצעה רגרסיה מולטי נומינלית. בשיטה זו נלקחו משתני האישיות – ביקורת עצמית, יעילות, חיפוש ריגושים, נטייה להמנעות מסכנה ותלות בחיזוקים וכן רמת הסימפטומים הפסיכולוגיים עליהם דיווח היחיד. ניתוח זה מצביע על המשתנים התורמים להבחנה בין כל אחת מן הקבוצות הפחות מתפקדות לבין הקבוצה המתפקדת - אלה הנמנעים מלהשתמש בסמים.

טבלה 11: הסתברות (OR) של משתני אישיות ופתולוגיה פסיכולוגית בקרב קבוצות הסיכון

קבוצה	OR	משתמשים כרוניים
יעילות	*.54	
ביקורת עצמי	1.08	
סימפטומים	1.27	
חיפוש ריגושים	***10.32	
תלות בחיזוקים	*2.86	
הימנעות מפגיעה	.94	

.94	יעילות	משתמשים	בזמן הטיול
1.06	ביקורת עצמי		
*2.31	סימפטומים		
*3.25	חיפוש ריגושים		
.85	תלות בחיזוקים		
.85	הימנעות מפגיעה		

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

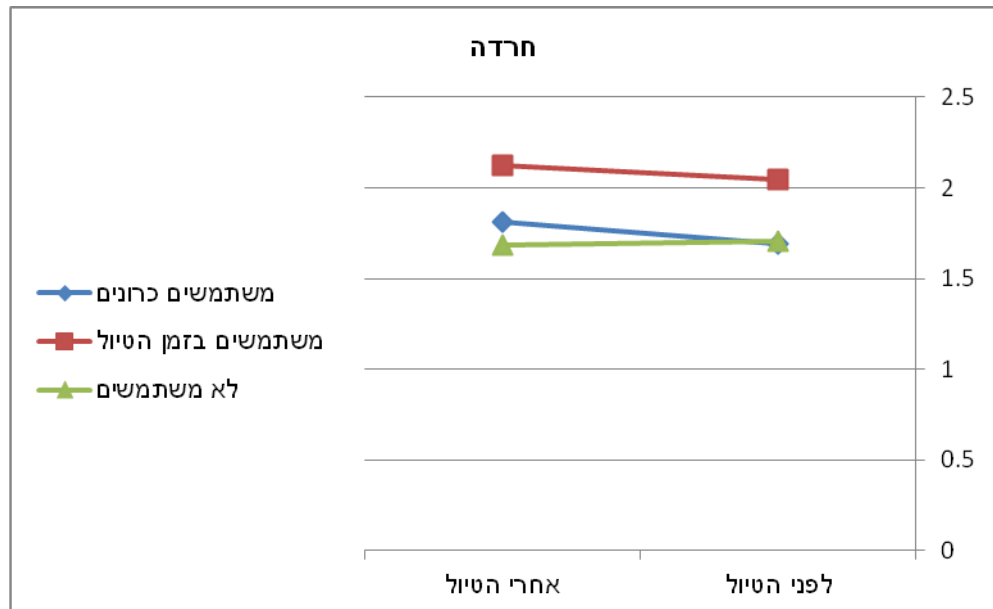
הממצאים (המובאים בטבלה 11) הראו כי השתייכות לקבוצה הצורכת סמים באופן קבוע מוסברת על ידי רמת יעילות אישית נמוכה, רמת חיפוש ריגושים הגבוהה פי 10 מזו שבקבוצה המתפקדת ותלות בחיזוקים – ברמה כמעט פי 3.

השתייכות לקבוצה שבה יש עלייה בשימוש בסמים בעת הטיול מוסברת אף היא על ידי רמה גבוהה של חיפוש ריגושים – פי 3 וכן רמה הגבוהה ב-2 במספר הסימפטום המדווח לפני היציאה לטיול. ניתן לומר אפוא כי מחצית מן היוצאים אינם צורכים כלל סמים (אולי טעמו פעם אחת). לעומת זאת ישנה קבוצה של 17% שצורכת סמים באופן קבוע ומידת הצריכה עולה משמעותית בעת הטיול. חברי קבוצה זו הם בעלי יעילות אישית נמוכה אשר מאידך מאד מחפשים ריגושים חדשים וחיזוקים. קבוצה נוספת הכוללת כ-31% מן המדגם ממעטת להשתמש בסמים בארץ. עם זאת נמצאה אצלם צריכה מוגברת של סמים בעת הטיול. הם גם בעלי צורך גבוה לחיפוש ריגושים חדשים וגם בעלי מספר גבוה יותר של קשיים פסיכולוגיים. קבוצה זו שבארץ ניתן להגדירה יותר כמתפקדת מכניסה את עצמה לסיכון מוגבר בעת הטיול בגלל העלייה המשמעותית בשימוש בסמים.

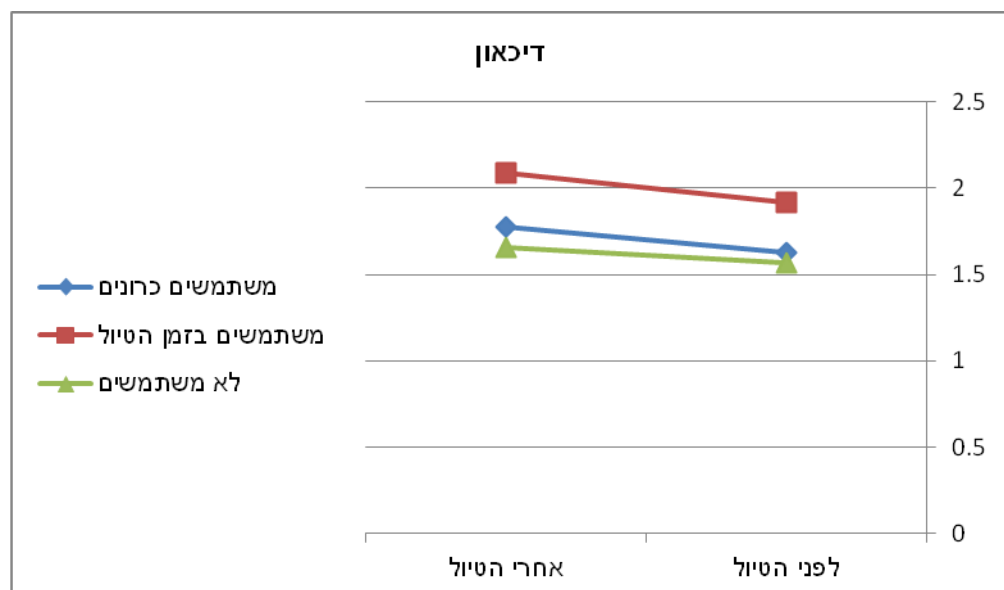
שינויים ברמת התפקוד בקבוצות השונות (מעבר לשימוש בסמים) בהשוואת מצבם לפני ולאחרי הטיול

כפי שניתן לראות באיורים 5 ו-6, רואים שהקבוצה השנייה מדווחת על רמות גבוהות יותר של חרדה ודיכאון גם לפני הטיול וגם לאחר החזרה,  $F = 6.69, p < .01$  ו-  $F = 4.80, p < .05$  בהתאמה.

איור 5- רמות חרדה בקרב שלושת הקבוצות

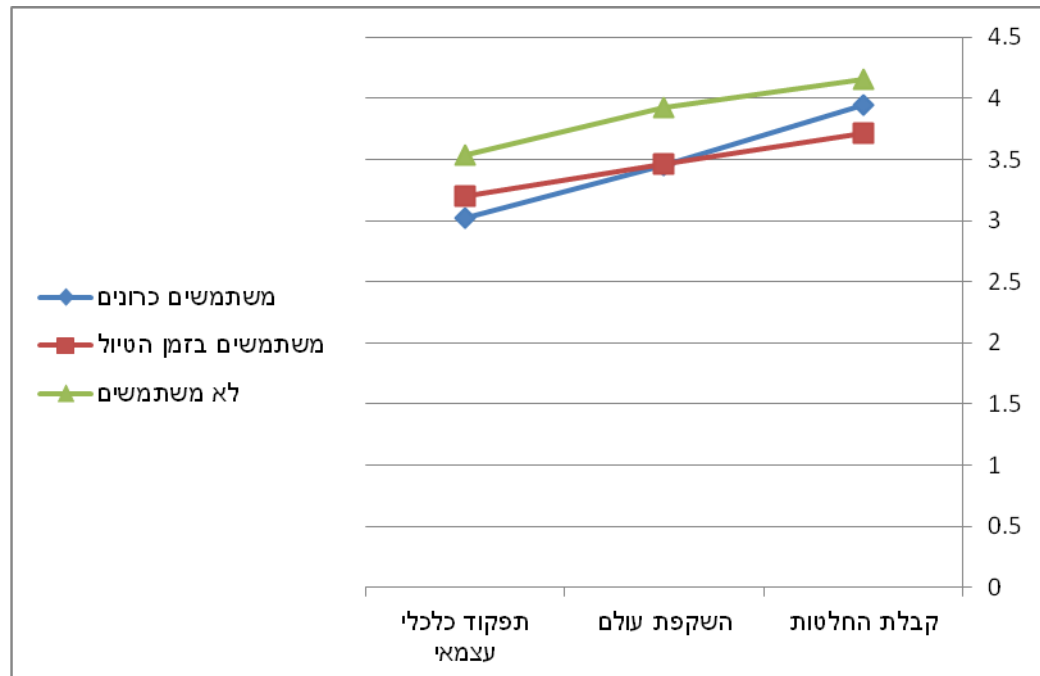


איור 6- רמות דיכאון בקרב שלושת הקבוצות



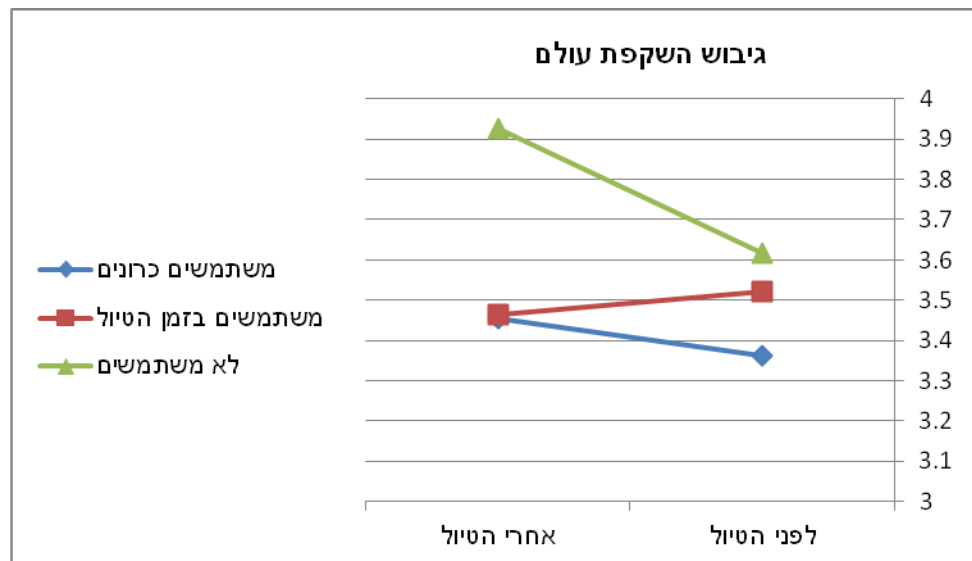
ממצא נוסף מראה כי חברי הקבוצה שאינה צורכת סמים מדווחת על הרמות הגבוהות ביותר של השגת משימות ההתפתחות – קבלת החלטות, גיבוש השקפת עולם ותפקוד כלכלי יותר עצמאי ( , ראה באיור 7.

איור 7: רמות של השגה של משימות של בגרות צעירה לאחר הטיול בקרב שלושת הקבוצות



יתרה מזו, כפי שניתן לראות באיור 8, עבור הקבוצה הגדולה שאינה משתמשת בסמים נמצאה עלייה משמעותית בגיבוש השקפת העולם בזמן הטיול. נראה כי עבור קבוצה זו הטיול משמש כתקופה של גיבוש העצמי. עלייה זו לא נמצאת קרב 2 הקבוצות האחרות,  $F = 2.86, p < .05$ .

איור 8- רמת גיבוש השקפת עולם לפני ואחרי הטיול בקרב שלושת הקבוצות



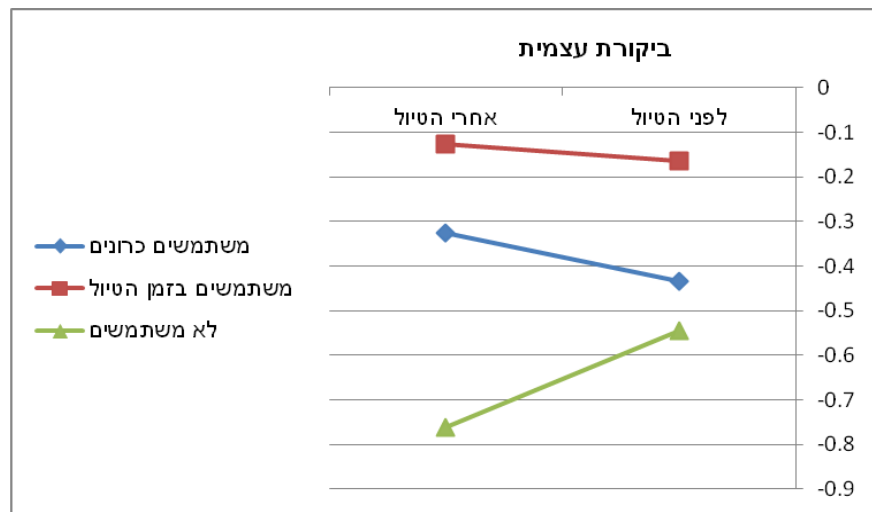
בנוסף לכך נמצאה ירידה ברמת הביקורת העצמית – מרכיב אישיותי המפריע להתמודדות עם משימות בכלל ועם

משמות הגיל בפרט – אצל הקבוצה שאינה צורכת כלל סמים,

.  $F = 3.90, p < .05$

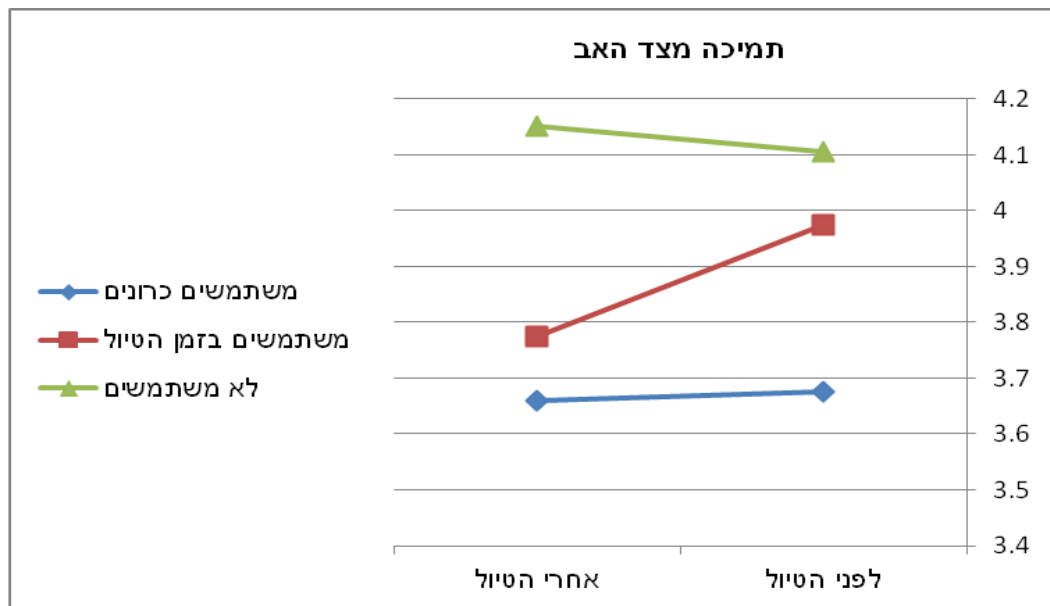


איור 9: רמות של ביקורת עצמית לפני ואחרי הטיול בקרב שלושת הקבוצות



לבסוף נמצא גם כי בקרב הקבוצה השנייה המאופינת על ידי עליה בשימוש בסמים בעת הטיול נמצאה ירידה ברמה של תמיכת האב לאחר הטיול. בקרב הקבוצה הלא משתמשת יש רמה גבוהה יותר של תמיכה גם לפני וגם אחרי הטיול,  $F = 3.00, p < .05$ .

איור 10- תמיכה מצד האב בקרב שלושת הקבוצות



1. יותר ממחצית היוצאים לטיול ארוך אינם משתמשים בסמים לא לפני היציאה לטיול ואף לא לאחריו. לקבוצה זו הטיול מהווה כנראה תהליך למידה והתפתחות אישית. לאחר הטיול הם בעלי השקפת עולם יותר בוגרת, פחות ביקורתיים כלפי עצמם ולמעשה בשלים יותר להתחיל להתמודד עם משימות הגיל בעבודה, לימודים ובניית קשרים משמעותיים.
2. קיימת קבוצה של כ-18% מן היוצאים הצורכים סמים באופן די קבוע לפני היציאה לטיול. במהלך הטיול צריכת הסמים עולה באופן משמעותי ונשארת יחסית גבוהה גם לאחר שחזרו. אלו הם צעירים עם נטיות אישיותיות של חיפוש ריגושים, צורך בסיפוקים מיידים וזאת בשילוב של יעילות אישית נמוכה המפריעה להם להתמודד ביעילות עם משימות הגיל. נטיות אישיות אלה מביאות כנראה צעירים אלה להכנס יותר למצבי סיכון ואיבוד שליטה – דבר הבא לידי ביטוי לפני היציאה לטיול ומתחזק מאד במהלך הטיול. זוהי קבוצת סיכון הן לפני היציאה לטיול, במהלכו ולאחר החזרה.
3. כ-30% מן הצעירים משתמשים לעתים רחוקות בסמים לפני היציאה מן הארץ. בטיול ישנה עלייה מאד משמעותית אצלם בשימוש בסמים שאמנם יורדת לרמה שקדמה לפני שיצאו לטיול. מלבד רמה מוגברת של נטיות אישיות לחיפוש ריגושים, צעירים אלה מדווחים על רמה גבוהה יותר של סימפטומים (חרדה, דכאון) הן לפני הטיול והן לאחר החזרה. הם גם חשים בתמיכה נמוכה יותר של האבות לאחר שובם. למעשה הטיול אינו מוסיף להם מבחינה התפתחותית. מדובר כאן בקבוצה שמרות קשיים מסוימים (חיפוש ריגושים מוגבר ורמה גבוהה יותר של סימפטומים) מתפקדים באופן סביר בעת שהותם במסגרת הטבעית שלהם. דבר זה משתנה בעת היציאה לתקופה לא קצרה ולסביבה שאינה מוכרת. יש להדגיש שחברי קבוצה זו נמצאים בסיכון מוגבר בעת הטיול – משום השילוב של צריכת סמים מוגברת ורמה גבוהה יותר של סימפטומים פסיכולוגיים.
4. לא נמצאו הבדלים בין בנים לבנות. כמו כן לא נמצא כל קשר בין השתייכות לאחת משלושת הקבוצות לבין משתני הרקע של שנות ההשכלה של המשתתף ושנות ההשכלה של ההורים. כלומר

ההשתייכות לקבוצה זו או אחרת מוסברת בעיקר על ידי משתני האישיות ורמת הסימפטומים הפסיכולוגיים לפני היציאה לטיול.

5. אפשר להסיק כי על סמך משתני אישיות כמו חיפוש ריגושים ורמת יעילות אישית וכן בהתחשב במספר הסימפטומים הפסיכולוגיים ניתן לנבא מראש את ההשתייכות לקבוצות שעבורן הטיול מהווה סיכון לעומת הקבוצה שעבורה הטיול הוא התנסות חיובית. בנוסף ניתן לומר כי צעירים בעלי נטייה גבוהה לחיפוש ריגושים וכן כאלו בעלי נטייה לתחושות של דכדוך וחרדה (יש להדגיש כי מדובר באנשים הנמצאים בתחום הנורמה ולא במצבים קליניים) נמצאים בסיכון לשימוש מוגבר בחומרים ממכרים בעת הטיול.

6. בהתחשב בכך שעבור מחצית מן היוצאים הטיול מביא צעירים אלה למצבים של רמת הסתכנות גבוהה יותר יש לתת את הדעת להקמת מערכות תמיכה הן בארץ (לפני היציאה ולאחר החזרה) והן במקומות ריכוז של המטיילים. יש גם מקום להכין דפי הסבר בנושא שידגישו את העלייה ברמת הסיכון בעת הטיול לחלק נכבד של היוצאים.

## מקורות

- היכל, ע' (2000). לוקליות ישראליות נודדת במזרח: חווית "הטיול במזרח", השפעותיה על תפיסת החיים של המטיילים. עבודת גמר לקראת תואר מוסמך. ירושלים: האוניברסיטה העברית.
- יעקובסון, י' (1987). צליינות חילונית בקונטקסט ישראלי- מסעות צעירים ליעדים מרוחקים. עבודת גמר לקראת תואר מוסמך. תל-אביב: אוניברסיטת תל-אביב.
- למדן, א' (1991). שנת החופש: פרק בתהליך הביגור של בני-קיבוץ. חיבור לשם קבלת תואר מוסמך, ירושלים: האוניברסיטה העברית.
- מבורך, ע' (1997). הטיול הממושך לאחר השחרור מצה"ל: מאפייני המטיילים, השפעות הטיול ומשמעותו. חיבור לשם קבלת תואר דוקטור לפילוסופיה, ירושלים: האוניברסיטה העברית.
- נוי, ח' (2001). המסע הגדול: ניתוח נרטיב של סיפורי טרקים ישראליים. עבודת דוקטור. ירושלים: האוניברסיטה העברית.
- נוי, ח' (2003). סיפורים של גבריות הגמונית: גוף ומרחב בסיפורי תרמילאים ישראלים. סוציולוגיה ישראלית, ה' (1), 75-120.
- מעוז, ד' (2006). כל גיל והתרמיל שלו- על הקבוצות השונות הנוסעות להודו. בתוך נ' אלחנן (עורך), מהודו ועד כאן – הוגים ישראלים כותבים על הודו והיהדות שלהם. ירושלים: ראובן מס.
- מעוז, ד' (2008). שימוש בסמים בקרב תרמילאים ישראלים צעירים בהודו. בתוך ח' בוני-נח (עורכת), תרמילאים וסמים- היבט תיעודי, מחקרי, טיפולי ומניעתי. (עמ' 189-169). ירושלים: הוצאת ביאליק/ הרשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול.
- סלמון, ר' (1998). מקום רחוק, מקום בלי דאגה- מוטיבציות לנסיעה לטיולי תרמילאות והשפעת המגדד. עבודת גמר לקראת תואר מוסמך. אוניברסיטת בר-אילן.
- צוברי, י' (2008). מה בין התחברות אל התרבות המקומית לבין נהנתנות וחיי שעה-טיולי תרמיל וסמים בעידן הפוסט-מודרני. בתוך ח' בוני-נח (עורכת), תרמילאים וסמים - היבט תיעודי, מחקרי, טיפולי ומניעתי. (עמ' 311-301). ירושלים: הוצאת ביאליק/ הרשות הלאומית למלחמה בסמים ואלכוהול.
- שמחאי, ד' (1998). לא סלול, לא תמיד מסומן, השביל הזה מתחיל כאן: תרמילאות של ישראלים במזרח הרחוק. עבודת גמר לקראת תואר מוסמך. חיפה: אוניברסיטת חיפה.
- שפרן, נ' (2006). ממסעות הפלמ"ח עד המוציילרוס. פנים, 35, 48-83.

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood a theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55, 469-480.
- Arnett, J. J. (2005). The developmental context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Issues*, 35, 235-253.

- Avrahami, E. (2001). *The Israeli back-packers: A study in the contexts of tourism and postmodern conditions*. (Unpublished doctoral dissertation). The City University of New York, New York.
- Borsari, B., & Carey, K. B. (2001). Peer influences on college drinking: A review of the research. *Journal of Substance Abuse, 13*, 391–424.
- Bradley, G. L., & Wildman, K. (2002). Psychosocial predictors of emerging adults' risk and reckless behaviors. *Journal of Youth and Adolescence, 31*, 253-265.
- Cohen, E. (1979). A Phenomenology of Tourist Experience. *Sociology, 13*, 179-20
- Haviv, A.S. (2002). *Consumption, youth culture, and the performance of national identity among Israeli backpackers in the Far East*. Master Thesis. Los Angeles: University of California.
- Haviv, A. S. (2005). Next year in Katmandu: Israeli backpackers and the formation of a new Israeli identity. In: C. Noy & E. Cohen (Eds.), *Israeli backpackers: From Tourism to Rite of Passage* (pp. 45-88). Albany: SUNY Press.
- Maoz, D. (2006). The mutual gaze. *Annals of Tourism Research, 33*(1), 221-239.
- Maoz, D. (2007). Backpackers' motivations: The role of culture and nationality. *Annals of Tourism Research, 34*, 122–140.
- Marcia, J. E., Waterman, A. S., Matteson, D. R., Archer, S. L., & Orlofsky, J. L. (Eds.). (1993). *Ego identity: A handbook for psychosocial research*. New York: Springer Verlag.
- Noy, C. (2004). This trip really changed me: backpackers' narratives of self-change. *Annals of Tourism Research, 31*, 78-102.
- Scharf, M., & Mayseless, O. (2010). Finding the authentic self in a communal culture: Developmental goals in emerging adulthood. In S. Shulman & J. E. Nurmi (Eds.), *The role of goals in navigating individual lives during emerging adulthood. New Directions for Child and Adolescent Development, 130*, 83-95.
- Segev, L., Paz, A., & Potasman, I. (2005). Drug abuse in travelers to south-east Asia: an on-site study. *Journal of Travel Medicine, 12*, 1-6.
- Shields, R. (1992). *Places on the Margin: Alternative Geographies of Modernity*. London: Routledge.
- Shulman, S., Blatt, S.J., & Walsh, S. (2006). The Extended Journey and Transition to Adulthood: The Case of Israeli Backpackers. *Journal of Youth Studies, 9*, 233-248.
- Shulman, Sh., Shahar, G. & Kalnizky, E. (2009). Meeting developmental chalanges during emerging adulthood: The role of personality and social resources. *Journal of Adolescent Research, 24*(2), 242-267.
- Teese, R., & Bradley, G. (2008). Predicting recklessness in emerging adults: A test of a psychosocial model. *Journal of Social Psychology, 148*, 105-126.
- Uriely, N., Yonay, Y., & Simchai, D. (2002). Backpacking Experiences: A Type and Form Analysis. *Annals of Tourism Research, 29*, 520–538.
- Zuckerman, M. (1988). Sensation Seeking, Risk Taking and Health. In M.P. Janisse (Ed.), *Individual Differences, Stress and Health Psychology* (pp. 72-88). New York: Springer-Verlag.

### English Summary

Recent years have seen an increase in young people in their twenties going on a prolonged "trek" in different areas of the world, on the whole following a 2-3 year army service. During the trek, these young people experiment with different experiences, some of which can expose them to physical and emotional dangers, such as illegal drug use and risk behaviors. The aim of this research was to understand better the extent to which they endanger themselves. We also wanted to understand which young people are at greater risk and what can predict them undertaking more risky behavior.

The research included 249 young people (129 men and 120 women) who were about to go on a trek of at least 5 months. The participants were recruited in immunization centers. Before setting off on the trek, they completed surveys which asked them about use of addictive substances, personality variables, psychological symptoms and levels of functioning. Following return, participants reported on levels of substance use during the trek and use four months after the trek. In addition, levels of personality indices and functioning, and number of psychological symptoms were reassessed.

Results suggest the existence of three unique groups of "backpackers". The first group of 104 young people (52.3%) included those who didn't use drugs either before or during the trek. For these young people, it seems that the trek is an experience in which they grow and serves as a transition to adulthood. The second group included 61 young people (30.7%) who rarely used drugs before the trek. However during the trek there was a significant increase in their drug use which decreased again following their return. These young people were found to have high levels of novelty seeking and reported on higher levels of psychological difficulties prior to setting off on the trek. This group of young people, who can be defined as functioning in Israel, expose themselves to greater danger during the trek due to a significant increase in drug use. The third group included 34 young people (17%) who tended to use drugs fairly

regularly before the trek. During the trek they reported on a significant increase in drug use which remained higher following the trek than it was prior to the trek. The young people in this group, prior to the trek exhibited lower personal efficacy and greater levels of novelty and reward seeking. These personality tendencies lead them to drug taking in Israel and into greater risk situations during the trek because of the significant increase in drug use.

The results of the study suggest that we can see three distinctive groups of young people who go off on a prolonged trek. In addition, it seems that through the use of personality characteristics, such as novelty seeking and efficacy, and psychological symptoms, it is possible to predict which young people belong to the groups for whom the trek can involve increased risk, as opposed to the group for whom the trek is a positive growing experience. Since for half of the young people setting off on the trek, it is an experience which involves increased risk, we feel it could be helpful to set up support centers both in Israel (for prior to and following the trek) and in locations where backpackers tend to concentrate abroad. We also feel that it could be helpful to prepare information sheets that emphasize the increased level of dangers for large numbers of the young people.



:

**The Extended Journey – An Experience of Identity Exploration or Confusion?**

**The Role of Personal Risk and Protective Factors**

Research report – 2009-2012

Prof. Shmuel Shulman and Dr. Sophie Walsh

Bar Ilan University

