

१. परिचय

वैदेशिक रोजगारी आजको नेपाली समाजको एक अनिवार्य यथार्थ र आर्थिक अवस्थाको मेरुदण्ड बनिसकेको छ। यो केवल रोजगारीको एउटा विकल्प मात्र होइन, बरु एउटा ठूलो सामाजिक-आर्थिक परिवर्तनको बाटो हो जसले नेपालको गाउँ-शहर, परिवार व्यवस्था, र राष्ट्रिय अर्थतन्त्रलाई गहिरो रूपमा प्रभावित गरिरहेको छ। यस अनुसन्धान प्रतिवेदनको मुख्य उद्देश्य वैदेशिक रोजगारीको बहुआयामिक प्रभावलाई व्यवस्थित ढंगले अध्ययन गर्नु र यसले नेपाली परिवारमा ल्याएको आर्थिक सुधार, सामाजिक पुनर्संरचना, र मनोवैज्ञानिक चुनौतीहरूको समग्र तस्वीर प्रस्तुत गर्नु हो। नेपालबाट प्रतिवर्ष सात लाखभन्दा बढी युवाहरू रोजगारीको खोजीमा विदेश पलायन हुन्छन्, जसको सीधा असर लाखौं परिवारहरूको दैनिक जीवन, सपना र भविष्यमा पर्दछ। यस अनुसन्धानले केवल तथ्याङ्क र आँकडामा मात्र केन्द्रित नभएर, मानवीय अनुभव, भावनात्मक यात्रा, र सामाजिक परिवर्तनको गाथालाई समेट्ने प्रयास गरेको छ। यो अध्ययन वैदेशिक रोजगारीलाई एउटा 'आवश्यक अभिशाप' को रूपमा हेर्ने सैद्धान्तिक दृष्टिकोणबाट टाढा गएर, यसको जटिलता र यथार्थलाई बुझ्ने एउटा साधनको रूपमा प्रस्तुत गर्दछ।

२. पृष्ठभूमि

नेपालमा वैदेशिक रोजगारीको इतिहास धेरै पुरानो भए तापनि यसको व्यापकता र प्रभाव सन् १९९० को दशकपछि नै ठूलो रूपमा देखा परेको हो। सुरुवाती चरणमा मुख्यतः भारततर्फ मौसमी पलायन केन्द्रित थियो, तर पछि खाडी देशहरू (कतार, साउदी अरब, संयुक्त अरब इमिरेट्स), मलेसिया, दक्षिण कोरिया, जापान लगायत देशहरूमा औपचारिक रूपमा श्रमिक पठनको प्रक्रिया सुरु भयो। २००० को दशकदेखि यो प्रवाह हावी रूपमा बढ्दै गएको छ। नेपाल सरकारको श्रम तथा रोजगारी मन्त्रालयको तथ्याङ्क अनुसार, हाल सम्म ३२ लाखभन्दा बढी नेपाली विदेशमा रोजगारीमा छन् भने प्रतिवर्ष ७ लाख ४१ हजारभन्दा बढीले श्रम स्वीकृति लिएर विदेश गइरहेका छन्। यो घटना नेपालको अर्थतन्त्रको लागि रेमिट्यान्सको महत्वपूर्ण स्रोत बनेको छ, जसले जीडीपीको करिब २५-२८% योगदान गरेको छ। तर, यसले सामाजिक संरचनामा ठूलो दरार पनि ल्याएको छ। पारिवारिक बिछोड, महिलामाथि बढ्दो जिम्मेवारी, बालबालिकाको हेरचाहमा कमी, मानसिक तनाव, र सम्बन्धविच्छेद जस्ता घटनाहरू बढेका छन्। यसै पृष्ठभूमिमा यो अनुसन्धानले वैदेशिक रोजगारीको यथार्थलाई बुझ्न, यसका सकारात्मक र नकारात्मक दुवै पक्षहरूको वैज्ञानिक विश्लेषण गर्न, र भविष्यको नीति निर्माणका लागि आधार सामग्री प्रदान गर्ने लक्ष्य राखेको छ।

३. अनुसन्धानका उद्देश्यहरू

यस अनुसन्धानका मुख्य उद्देश्यहरू निम्नानुसार रहेका छन्:

- **आर्थिक प्रभावको मूल्याङ्कन:** वैदेशिक रोजगारीबाट प्राप्त रेमिट्यान्सको प्रयोग कुन-कुन क्षेत्रहरूमा भइरहेको छ, त्यसले परिवार तथा राष्ट्रिय अर्थतन्त्रमा कस्तो योगदान दिइरहेको छ, र यो प्रवाह दीर्घकालीन आर्थिक विकासका लागि कतिको सहयोगी छ भन्ने बारेमा गहन अध्ययन गर्नु।
- **सामाजिक पुनर्संरचनाको विश्लेषण:** विदेश पलायनले परिवारको सामाजिक सम्बन्ध, भूमिका विभाजन, र व्यवहारमा कस्तो परिवर्तन ल्याएको छ, विशेषगरी महिलाको निर्णय प्रक्रिया र सामाजिक सहभागितामा कस्तो असर परेको छ, र यसले समग्र सामाजिक संरचनामा कस्तो दरार वा सुधार ल्याएको छ भन्ने बारेमा विस्तृत अनुसन्धान गर्नु।
- **मानसिक स्वास्थ्यमा पर्ने असरको अध्ययन:** विदेश गएका व्यक्ति र घरमा बसेका परिवारका सदस्यहरू (विशेषगरी महिला, बालबालिका, र वृद्धहरू) को मानसिक स्वास्थ्यमा पर्ने असर, एकलोपन, चिन्ता, तनाव, डिप्रेसन जस्ता समस्याहरूको प्रसार र यसले पारेको दीर्घकालीन प्रभावको वैज्ञानिक मूल्याङ्कन गर्नु।

- **पुनः एकीकरण र स्वदेशी रोजगारीको सम्भावनाको अनुसन्धान:** विदेशबाट फर्कने श्रमिकहरूले स्वदेशमा कुन क्षेत्रहरूमा लगानी गर्दछन्, उनीहरूको पुनः एकीकरणमा के-कस्ता सामाजिक, आर्थिक र मनोवैज्ञानिक चुनौतीहरू छन्, र स्वदेशमा रोजगारी सिर्जना गर्ने सम्भावनाहरू के-कस्ता रहेका छन् भन्ने बारेमा अनुसन्धान गर्नु।
- **नीतिगत सन्दर्भ र समाधानको खोजी:** वैदेशिक रोजगारी सम्बन्धी हालैको सरकारी नीति, कानून, र नियमहरूको प्रभावकारिता, समाजसेवी संस्थाहरूको भूमिका, र भविष्यमा यस क्षेत्रलाई सुरक्षित, व्यवस्थित, र उत्पादक बनाउनका लागि आवश्यक नीतिगत सुधार र कार्यान्वयनका उपायहरूको सिफारिस गर्नु।

४. समस्या कथन / अनुसन्धान प्रश्न

वैदेशिक रोजगारी एउटा जटिल सामाजिक-आर्थिक घटना हो जसले नेपाली परिवार र समाजमा गहिरो प्रभाव पारेको छ। यस सम्बन्धमा निम्नलिखित समस्या कथनहरू र अनुसन्धान प्रश्नहरू तोकिएका छन्:

समस्या कथन:

वैदेशिक रोजगारीले नेपाली परिवारलाई आर्थिक रूपमा सशक्त बनाएको छ, तर यसले सामाजिक संरचनामा दरार, पारिवारिक बिछोड, र मानसिक स्वास्थ्य समस्याहरू जस्ता गम्भीर चुनौतीहरू पनि सिर्जना गरेको छ। रेमिट्यान्सको ठूलो भाग दैनिक उपभोगमा सीमित हुनु, उत्पादनशील लगानीको अभाव हुनु, र विदेश फर्कने श्रमिकहरूको पुनः एकीकरणमा समस्या हुनुले यसको दीर्घकालीन लाभप्रदतामा प्रश्न उठाएको छ।

अनुसन्धान प्रश्नहरू:

- वैदेशिक रोजगारीले नेपाली परिवारको आर्थिक स्थितिमा कस्तो मात्रामा सुधार ल्याएको छ? रेमिट्यान्सको प्रवाहले गरिबी निवारण, शिक्षा, स्वास्थ्य, र आवास जस्ता क्षेत्रहरूमा कस्तो भूमिका खेलेको छ?
- रेमिट्यान्सको खर्च कुन क्षेत्रहरूमा केन्द्रित छ? के यो खर्च योजनाबद्ध र उत्पादनशील छ वा केवल दैनिक उपभोग र विलासितामा सीमित छ? यसले दीर्घकालीन आर्थिक विकासमा कस्तो योगदान दिइरहेको छ?
- विदेश पलायनले परिवारको सामाजिक संरचना, महिलाको भूमिका, र बालबालिकाको सामाजिक-भावनात्मक विकासमा कस्तो सकारात्मक र नकारात्मक असर पारेको छ? परिवारका सदस्यहरूको आपसी सम्बन्धमा के कस्तो परिवर्तन आएको छ?
- पारिवारिक सदस्यहरू (विदेश गएका र घरबसेका) मा एकलोपन, चिन्ता, तनाव, डिप्रेसन जस्ता मनोवैज्ञानिक समस्याहरू कतिको देखिन्छन्? यिन समस्याहरू सामाजिक सहयोग, प्रविधि प्रयोग, र आर्थिक स्थितिले कसरी प्रभावित गर्छन्?
- विदेशबाट फर्कने श्रमिकहरूले स्वदेशमा कुन क्षेत्रहरूमा लगानी गर्दछन्? उनीहरूको पुनः एकीकरणमा सामाजिक स्वीकार्यता, आर्थिक अवसर, र मनोवैज्ञानिक समायोजनका दृष्टिले के-कस्ता चुनौतीहरू छन्? उनीहरू पुनः विदेश जाने वा स्वदेश बस्ने प्रवृत्तिमा के कारकहरूले प्रभाव पार्छन्?

५. सन्दर्भ सामग्री अध्ययन

वैदेशिक रोजगारी र यसको प्रभावबारे विश्वव्यापी रूपमा धेरै अध्ययनहरू भएका छन्। नेपालको सन्दर्भमा पनि विभिन्न राष्ट्रिय र अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाहरूले यस विषयमा गम्भीर अनुसन्धानहरू गरेका छन्। विश्व बैंकको २०२३ को प्रतिवेदन अनुसार, नेपाल विश्वमै सबैभन्दा धेरै रेमिट्यान्स निर्भर देशहरूमध्ये एक हो, जहाँ विप्रेषणले जीडीपीको करिब २८% योगदान गरेको छ। यसले गरिबी निवारणमा ठूलो भूमिका खेलेको छ, तर यसको असमान वितरण र उत्पादक लगानीको कमीले दीर्घकालीन विकासमा चुनौती उत्पन्न गरेको छ।

नेपाल राष्ट्र बैंकको वार्षिक विप्रेषण प्रवाह रिपोर्ट (२०८१) ले देखाए अनुसार, रेमिट्यान्सको ७८-७९% दैनिक उपभोग (खाना, कपडा, घरखर्च), ४-७% शिक्षा, ३-५% स्वास्थ्य, ४-५% घर निर्माण र सम्पत्ति किनमेलमा खर्च हुन्छ, जबकि उत्पादनशील

लगानी (कृषि, उद्योग, व्यापार) मा मात्र २-३% खर्च हुन्छ। यो तथ्याङ्कले रेमिट्यान्सको उपभोगमुखी प्रवृत्तिलाई स्पष्ट संकेत गर्दछ।

नेपाल लिभिङ स्ट्यान्डर्ड्स सर्भे (एनएलएसएस) २०१०/११ को अध्ययनले देखाएको छ कि विप्रेषण प्राप्त गर्ने परिवारहरूको गरिबी दर विप्रेषण नप्राप्त गर्ने परिवारभन्दा कम छ, र तिनको बच्चाहरू स्कूल जाने दर बढी छ। तर, यसै अध्ययनले पारिवारिक बिछोडले बालबालिकाको मानसिक स्वास्थ्यमा नकारात्मक असर पारेको पनि देखाएको छ।

अन्तर्राष्ट्रिय प्रवासन सङ्गठन (IOM) को २०२२ को अध्ययन "प्रवासन र विकास: नेपालको अवस्था" ले वैदेशिक रोजगारीलाई सुरक्षित, व्यवस्थित, र गरिमामय बनाउन आवश्यक कदमहरू सुझाव दिएको छ, र विदेश फर्कने श्रमिकहरूको पुनः एकीकरणलाई प्राथमिकताको रूपमा राखेको छ।

६. अनुसन्धान विधि

यो अनुसन्धान गुणात्मक र मात्रात्मक दुवै अनुसन्धान विधिहरूको समन्वित प्रयोगमा आधारित छ, जसलाई मिश्रित-विधि (Mixed-Method) अनुसन्धान ढाँचाको रूपमा वर्णन गर्न सकिन्छ। यसको विवरण निम्नानुसार छ:

- अनुसन्धान डिजाइन
- डाटा सङ्कलनका स्रोत र विधिहरू
- अन्तर्वार्ता
- प्रश्नावली
- द्वितीयक स्रोत
- नमूना चयन
- तथ्याङ्क विश्लेषण विधि
- अनुसन्धानको सीमाना

७. जानकारी, तथ्याङ्क, सूचना सङ्कलन

यस अनुसन्धानको प्राथमिक चरणमा आवश्यक जानकारी, तथ्याङ्क र सूचनाहरू सङ्कलन गर्ने कार्य सम्पन्न गरिएको थियो। सङ्कलन प्रक्रिया व्यवस्थित, चरणबद्ध, र नैतिक मापदण्डलाई ध्यानमा राख्दै आगाडि बढाइएको थियो। सङ्कलन गरिएका मुख्य जानकारीहरू निम्नानुसार छन्:

७.१ परिवारस्तरको अन्तर्वार्ता:

वैदेशिक रोजगारीको प्रत्यक्ष प्रभाव बुझ्नका लागि चारवटा भिन्न परिवारका अभिभावकहरूसँग गहिराइमा अन्तर्वार्ता लिइएको थियो। तिनीहरूको पृष्ठभूमि, वर्तमान अवस्था, र अनुभूतिहरू निम्न रूपमा सङ्कलन गरियो:

७.२ विशेषज्ञ र सामुदायिक नेतृत्वको अन्तर्वार्ता:

क्षेत्रको व्यापक तस्बिर र सामुदायिक प्रभाव बुझ्न तीनवटा विभिन्न पृष्ठभूमिका विशेषज्ञहरूसँग संरचित अन्तर्वार्ता लिइएको थियो।

७.३ राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय तथ्याङ्कको सङ्कलन:

प्रतिवेदनलाई वैज्ञानिक र सैद्धान्तिक आधार प्रदान गर्न विभिन्न विश्वसनीय स्रोतहरूबाट तथ्याङ्क सङ्कलन गरिएको थियो। यसमा प्रमुख रूपमा समावेश थिए:

८. जानकारी, तथ्याङ्क, सूचना प्रस्तुति

सङ्कलन गरिएका सम्पूर्ण जानकारी र तथ्याङ्कहरूलाई सुव्यवस्थित, स्पष्ट, र विश्लेषणयोग्य रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ। प्रस्तुतिकरण निम्नलिखित उपशीर्षकहरूमा विभाजन गरिएको छ:

८.१ परिवार स्तरको अध्ययनबाट प्राप्त मुख्य बुँदाहरू:

सबै अन्तर्वार्ताका परिवारहरूमा केही साझा अनुभूतिहरू देखिए:

- **आर्थिक स्थितिमा स्पष्ट सुधार:** पहिले अरूको मा काम गरेर कमाउनु पर्ने अवस्था बदलेर आफ्नै घरमा सुखले बस्न पाएको। दैनिक आवश्यकताहरू पूरा हुन थालेको।
- **भावनात्मक दृष्टि:** विदेश गएका सदस्यको अनुपस्थिति, विशेषगरी चाडपर्व जस्ता सामाजिक अवसरहरूमा गहिरो एक्लोपन महसुस हुने। तर, आर्थिक सुरक्षाको भावनाले यसलाई केही हदसम्म क्षतिपूर्ति गरेको।
- **सामाजिक व्यवहारमा सीमित परिवर्तन:** छरछिमेक र समाजले उनीहरूप्रति पहिलेजस्तै व्यवहार गर्ने, आर्थिक स्थिति सुधिए पनि सामाजिक सम्बन्धमा ठूलो फरक नआएको धारणा।
- **शिक्षामा ध्यान:** सबै अभिभावकहरूले विदेशबाट आएको आयबाट बच्चाहरूलाई राम्रो स्कूलमा पढाउन सक्नु राम्रो लागेको बताए।

८.२ प्रमुख राष्ट्रिय तथ्याङ्कहरूको सारांश:

वार्षिक पलायन दर: आर्थिक वर्ष २०८०/८१ मा ७ लाख ४१ हजारभन्दा बढी नेपालीले श्रम स्वीकृति लिएर विदेश गए।

वार्षिक फर्कने दर: प्रतिवर्ष लगभग ३ देखि ४ लाख नेपाली स्वदेश फर्किन्छन्।

रेमिट्यान्स खर्चका क्षेत्रहरू (अनुमानित):

खर्चको क्षेत्र	प्रतिशत
दैनिक उपभोग (खाना, कपडा, घरखर्च)	७८-७९%
ऋण तिर्ने	७-८%
शिक्षा	४-७%
स्वास्थ्य र सुविधा	३-५%
घर निर्माण र सम्पत्ति	४-५%
उत्पादनशील लगानी (व्यापार, कृषि)	२-३%

जीडीपीमा योगदान: विप्रेषणले नेपालको जीडीपीको करिब २५-२८% योगदान गर्छ (सन् २०२३/२४)।

घरपरिवारमा प्रसार: नेपालका करिब ५६% घरपरिवारले विप्रेषण प्राप्त गर्छन्।

८.३ विदेश फर्कने श्रमिकहरूको गतिविधि र सम्भावना:

फर्केर आएका श्रमिकहरूको मुख्य गतिविधिहरू निम्न तालिकाबाट देख्न सकिन्छ:

क्षेत्र	मुख्य क्रियाकलाप	सफलताको सम्भावना	चुनौतीहरू
कृषि	पशुपालन, च्याउ उत्पादन, तरकारी खेती	उच्च (बजार पहुँच र मूल्य स्थिरता भएमा)	बजार व्यवस्थापन, उत्पादन क्षमता, रोग कीरा

क्षेत्र	मुख्य क्रियाकलाप	सफलताको सम्भावना	चुनौतीहरू
सीपमूलक	वेल्डिङ, टेलरिङ, प्लम्बिङ, इलेक्ट्रिसियन	मध्यम (स्थिर आय हुने, तर सीपको माग अनुरूप हुनुपर्छ)	प्रतिस्पर्धा, आधुनिक उपकरणको पहुँच, गुणस्तर नियन्त्रण
सानो व्यापार	किराना पसल, फेन्सी पसल, मोबाइल सेवा केन्द्र	मध्यम (प्रारम्भिक लगानी फिर्ता हुने)	ठाउँघाउँ प्रतिस्पर्धा, पुँजीको अभाव, बजार अध्ययनको कमी
प्रविधि सेवा	मोबाइल मर्मत, सफ्टवेयर सहयोग, फोटोग्राफी	बढ्दो (युवा बजार र डिजिटलाइजेसनको कारण)	द्रुत प्रविधि परिवर्तन, उन्नत प्रशिक्षणको आवश्यकता
निर्माण	ठेक्का, भवन निर्माण सम्बन्धी कार्य	उच्च (शहरीकरण र आवासीय माग बढेको)	पुँजी र जोखिम व्यवस्थापन, लाइसेन्सिङ समस्या

यसबाट यो स्पष्ट छ कि फर्कने श्रमिकहरूमा उद्यमशीलताको चाहना छ, तर जोखिम व्यवस्थापन, बजार ज्ञान, र पुँजी पहुँच जस्ता चुनौतीहरूले गर्दा सफलताको सम्भावना सीमित छ।

९. विश्लेषण

सङ्कलन गरिएका जानकारी र तथ्याङ्कहरूको गहन विश्लेषणले वैदेशिक रोजगारीको बहुआयामिक र जटिल प्रभावलाई उजागर गर्दछ। विश्लेषणलाई निम्न उपशीर्षकहरूमा विभाजन गरिएको छ:

९.१ आर्थिक प्रभावको विश्लेषण: सुधार र टिकाउत्वबीचको द्वन्द्व

- **सकारात्मक पक्ष:** रेमिट्यान्सले नेपाली परिवारको आय स्रोतमा विविधता ल्याएको छ। यसले गरिबी निवारणमा ठूलो भूमिका खेलेको छ, विशेषगरी ग्रामीण क्षेत्रमा। शिक्षा र स्वास्थ्य जस्ता मानव पूँजी निर्माणका क्षेत्रमा लगानी बढेको छ, जसले दीर्घकालीन विकासको आधार बनाउँछ। विदेशी मुद्रा भण्डार बढाउँदै व्यापार घाटा धान्नमा सहयोग पुगेको छ।
- **नकारात्मक पक्ष र चुनौतीहरू:** रेमिट्यान्सको भारी भाग (८०% नजिक) दैनिक उपभोगमा खर्च हुनु दीर्घकालीन आर्थिक टिकाउत्वको लागि ठूलो चिन्ताको विषय हो। उत्पादनशील क्षेत्र (कृषि, उद्योग, उद्यमशीलता) मा लगानी नगर्नुले यसलाई एउटा "उपभोग-आधारित अर्थतन्त्र" को रूपमा सीमित बनाइरहेको छ। यसले अर्थतन्त्रलाई बाह्य आघात (जस्तै विदेशमा आर्थिक मन्दी, श्रम नीति परिवर्तन) प्रति अत्यधिक संवेदनशील बनाउँछ। साथै, यसले घरेलु उत्पादन (विशेषगरी कृषि) लाई असर गर्यो, खाद्यान्न आयात बढाउँदै व्यापार सन्तुलनमा दबाव सिर्जना गरेको छ।

९.२ सामाजिक प्रभावको विश्लेषण: सशक्तिकरण र विखण्डनको दोभासे सिको

- **परिवारिक इकाईमा परिवर्तन:** परम्परागत संयुक्त परिवार प्रणाली एकल वा सानो परिवारमा विघटन हुँदै गएको छ। विदेश गएका पुरुषको अनुपस्थितिले महिलालाई "अस्थायी प्रमुख" को भूमिका दिएको छ, जसले गर्दा निर्णय प्रक्रियामा उनीहरूको सहभागिता बढेको छ। यो महिला सशक्तिकरणको एउटा रूप हो।
- **बालबालिकाको सामाजिकरणमा चुनौती:** बालबालिकाको सामाजिकरण प्रक्रियामा अभिभावक (विशेषगरी बुबा) को भूमिका अत्यन्त महत्वपूर्ण हुन्छ। त्यसको अभावले उनीहरूको चरित्र निर्माण, अनुशासन, र सामाजिक मूल्यबोधमा ऋणात्मक असर पारेको देखिन्छ। शिक्षकको अन्तर्वार्ताले यसो कुरा पुष्टि गर्छ।
- **सामाजिक सम्बन्ध र मूल्यमा परिवर्तन:** आर्थिक स्थितिले सामाजिक प्रतिष्ठा निर्धारण गर्ने प्रवृत्ति बढेको छ ("रेमिट्यान्स संस्कृति")। यसले भौतिकवादी मूल्यलाई बढावा दिएको छ, जसले सामुदायिक सहयोग, सहकार्य, र

साझा जिम्मेवारी जस्ता सामुदायिक मूल्यहरूलाई कमजोर पारेको छ। वडाध्यक्षले उल्लेख गरेजस्तै ईर्ष्या र सामाजिक दबाबको वातावरण बनेको छ।

९.३ मनोवैज्ञानिक प्रभावको विश्लेषण: अदृश्य घाउहरू

- **घरबसेका परिवारका सदस्यहरू:** महिला, बालबालिका, र वृद्धहरूमा एकलोपन, चिन्ता, र डिप्रेसनको उच्च दर देखिन्छ। समाजमा मानसिक स्वास्थ्यलाई गम्भीर रूपमा नलिइनु र सेवाको अभावले यो समस्या अझ गम्भीर बनाएको छ। बालबालिकामा ध्यानाकर्षणको कमी (Attention Seeking Behavior) र पढाइमा असर पर्ने देखिन्छ।
- **विदेश गएका श्रमिकहरू:** उनीहरूले विदेशमा शारीरिक शोषण, मानसिक तनाव, सांस्कृतिक झंझट, र अनिश्चितताको सामना गर्छन्। यसले गर्दा उनीहरू पनि मानसिक रूपमा प्रभावित हुन्छन् र यसको असर दूरीबाटै परिवारमा पर्छ। फोन र भिडियो कलले सञ्चारलाई सजिलो बनाए पनि, यसले भौतिक सान्निध्यको कमी पूरा गर्न सक्दैन, र केही अवस्थामा घरका समस्याहरू सुन्दा तनाव मात्र बढाउँछ।
- **दीर्घकालीन मनोवैज्ञानिक जोखिम:** यदि यी मानसिक चुनौतीहरू सम्बोधन नगरिएमा, यसले पुस्तागत मानसिक स्वास्थ्य समस्या (Inter-generational Trauma) को रूप लिन सक्छ। बालबालिकामा देखिएको असुरक्षा र भावनात्मक कमी उनीहरूको वयस्क जीवनमा गम्भीर असर पार्न सक्छ।

९.४ पुनः एकीकरण र स्वदेशी रोजगारीको विश्लेषण: चक्र भङ्ग गर्ने संघर्ष

- **पुनः एकीकरणका चुनौतीहरू:** विदेश फर्केका श्रमिकहरूले स्वदेशमा सामाजिक रूपमा पुनः जोडिन, र आर्थिक रूपमा स्थापित हुन गाह्रो महसुस गर्छन्। उनीहरूसँग भएको पुँजी सानो व्यापार वा घर निर्माणमा खर्च हुन्छ, तर यो लगानीले दीर्घकालीन रोजगारी सिर्जना गर्न असमर्थ हुन्छ। साथै, उनीहरूले विदेशमा सिकेका सीपहरू नेपाली बजारसँग मेल खाँदैनन्।
- **पुनः पलायनको प्रवृत्ति:** स्वदेशमा राम्रो आर्थिक अवसर नपाएपछि, धेरैजसो फर्कने श्रमिकहरू पुनः विदेश जाने योजना बनाउँछन्। यसले एक "पलायन चक्र" (Migration Cycle) सिर्जना गरेको छ, जसलाई तोड्न कठिन छ। यसको अर्थ, वैदेशिक रोजगारी एउटा अस्थायी समाधान मात्र हो, दीर्घकालीन विकासको रणनीति होइन।
- **स्वदेशी रोजगारीको सम्भावना:** तालिका ८.४ मा देखाइए अनुसार कृषि, सीपमूलक काम, र सानो व्यापारमा सम्भावना छ। तर, यसका लागि सरकारी नीतिगत सहयोग, पुँजी पहुँच, बजार सुनिश्चितता, र सीप उन्नयन कार्यक्रमहरूको हासविहीन आवश्यकता छ।

१०. निचोड

यस अनुसन्धानको निचोडमा भन्नुपर्दा, वैदेशिक रोजगारी नेपालको लागि एउटा जटिल र दोभासे वास्तविकता हो जसले गहिरो आर्थिक, सामाजिक, र मनोवैज्ञानिक प्रभावहरू सिर्जना गरेको छ। एकातिर, यसले लाखौं परिवारलाई गरिबीबाट मुक्त गराएको छ, बालबालिकाको शिक्षा र स्वास्थ्यलाई प्रवर्धन गरेको छ, र राष्ट्रिय अर्थतन्त्रलाई विदेशी मुद्राको प्रमुख स्रोतबाट समर्थन गरेको छ। अर्कोतिर, यसले परम्परागत सामाजिक बन्धनहरूलाई कमजोर बनाएको छ, पारिवारिक विखण्डनलाई बढावा दिएको छ, र दिगो मानसिक स्वास्थ्य समस्याहरूको बीउ रोपेको छ। रेमिट्यान्सको उपभोग-केन्द्रित प्रकृतिले दीर्घकालीन आर्थिक स्वावलम्बनको सपनालाई अवरुद्ध गरेको छ। विदेश फर्कने श्रमिकहरूको पुनः एकीकरणको अभावले यो चक्रलाई निरन्तरता दिइरहेको छ। अतः, वैदेशिक रोजगारीलाई केवल "आवश्यक अभिशाप" को रूपमा स्वीकार गर्नुको सट्टा, यसलाई एक व्यवस्थित, सुरक्षित, र उत्पादक प्रवासनको रूपमा रूपान्तरण गर्ने र यसबाट आएको लाभलाई दिगो राष्ट्र निर्माणमा लगानी गर्ने सामूहिक प्रयास नै आजको ठूलो आवश्यकता हो।

११. निष्कर्ष

यस अनुसन्धानबाट निम्नलिखित निष्कर्षहरूमा पुग्न सकिन्छ:

- आर्थिक निर्भरता र दिगो चुनौती

- सामाजिक संरचनामा मौलिक परिवर्तन
- मानसिक स्वास्थ्य
- पुनः एकीकरण
- नीति र वास्तविकताको खाडल

१२. थप अध्ययनका लागि सुझाव

भविष्यमा यस विषयमा गहन तथा लक्षित अनुसन्धान हुनुपर्ने आवश्यकता रहेको छ। निम्न क्षेत्रहरूमा थप अध्ययन गर्न सुझाव दिइन्छः

- रेमिट्यान्स लगानीको माइक्रो-इन्भेस्टमेन्ट मोडलहरूको अध्ययन
- "रेमिट्यान्स बालबालिका" को मनोसामाजिक विकासमा दीर्घकालीन अनुगमन अध्ययन
- विभिन्न जातीय, सांस्कृतिक र भौगोलिक समूहहरूमा प्रभावको तुलनात्मक अध्ययन
- डिजिटल प्रविधि र पारिवारिक सम्बन्ध
- सफल पुनः एकीकरणका केस स्टडीहरू
- महिला श्रमिकहरूको वैदेशिक रोजगारीको प्रभावको अध्ययन

यी थप अध्ययनहरूले वैदेशिक रोजगारी सम्बन्धी हाम्रो बुझाइलाई अझ गहिरो बनाउँदै, व्यवहारमा उतार्न सकिने र समस्याको समाधानमा केन्द्रित नीति र कार्यक्रमहरूको निर्माणमा ठूलो योगदान पुऱ्याउने छ।

१३. सन्दर्भ सामग्री

- नेपाल राष्ट्र बैंक (२०८१)। वार्षिक विप्रेषण प्रवाह रिपोर्ट।
- विश्व बैंक (२०२३)। नेपाल: रेमिट्यान्स र आर्थिक स्थिरता।
- केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग (२०७८)। नेपाल जनगणना र घरपरिवार सर्वेक्षण।
- आईओएम नेपाल (२०२२)। प्रवासन र विकास: नेपालको अवस्था।
- श्रेष्ठ, एस. (२०७९)। वैदेशिक रोजगारी र नेपाली समाज। काठमाडौं: विद्यार्थी पुस्तक भण्डार।

* श्याम सुन्दर मेहता रूपनगर नन्दराज संग्रौला क्याम्पसमा बिबियस चौथो वर्षका छात्र हुन्।

प्रतिवेदन स्रोत: रूपनगर क्याम्पस फिचर सेवा।