जनसङ्ख्या शिक्षा

कक्षा १०

नेपाल सरकार
शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय
पाठ्यक्रम विकास केन्द्र
सानोठिमी, भक्तपुर

प्रकाशक : नेपाल सरकार

शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

सानोठिमी, भक्तपुर

© सर्वाधिकार : पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

वि.सं. २०७६

मुद्रण :

ISBN :

पाठ्यक्रम विकास केन्द्रको लिखित स्वीकृतिबिना व्यापारिक प्रयोजनका लागि यसको पुरै वा आंशिक भाग हुबहु प्रकाशन गर्न, परिवर्तन गरेर प्रकाशन गर्न, कुनै विद्युतीय साधन वा अन्य रेकर्ड गर्न र प्रतिलिपि निकाल्न पाइने छैन ।

हाम्रो भनाइ

शिक्षालाई उद्देश्यमूलक, व्यावहारिक, समसामयिक र रोजगारमूलक बनाउन विभिन्न समयमा पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक विकास तथा परिमार्जन गर्ने कार्यलाई निरन्तरता दिइँदै आएको छ । विद्यार्थीहरूमा राष्ट्र, राष्ट्रिय एकता र लोकतान्त्रिक संस्कारको भावना पैदा गराई नैतिकवान् अनुशासित र स्वावलम्बी, सिर्जनशील, चिन्तनशील भई समावेशी समाज निर्माणमा योगदान दिन सक्ने, भाषिक तथा गणितीय सिपका साथै विज्ञान, सूचना तथा सञ्चार प्रविधि, वातावरण, स्वास्थ्य र जनसङ्ख्यासम्बन्धी ज्ञान र जीवनोपयोगी सिपको विकास गराउनु जरुरी छ । उनीहरूमा कला र सौन्दर्य, मानवीय मूल्य मान्यता, आदर्श र वैशिष्ट्यहरूको संरक्षण, संवर्धनप्रतिको भाव जगाउन आवश्यक छ । समतामूलक समाजको निर्माणमा सहयोग पुऱ्याउन उनीहरूमा विभिन्न जातजाति, लिङ्ग, अपाङ्गता, भाषा, धर्म, संस्कृति र क्षेत्रप्रति समभाव जगाउनु र मानव अधिकार तथा सामाजिक मूल्य मान्यताप्रति सचेत भई जिम्मेवारीपूर्ण आचरण विकास गराउनु पनि आजको आवश्यकता बनेको छ । विद्यार्थीको विशेष क्षमता उजागर गर्न ऐच्छिक विषयहरूको पनि व्यवस्था गरिन्छ । यही आवश्यकता पूर्तिका लागि माध्यमिक तह (कक्षा ९-१०) ऐच्छिक जनसङ्ख्या शिक्षा विषयको पाठ्यक्रम, २०७३, शिक्षासम्बन्धी विभिन्न आयोगका सुझाव, शिक्षक, विद्यार्थी तथा अभिभावकलगायत शिक्षासँग सम्बद्ध विभिन्न व्यक्ति सम्मिलित गोष्ठी र अन्तरक्रियाका निष्कर्षका साथै विभिन्न पृष्ठपोषणसमेतलाई आधारमानी यो पाठ्यपुस्तक तयार पारिएको हो ।

यस पाठ्यपुस्तकको लेखन डा. केशवप्रसाद अधिकारी, श्री राधादेवी ढकाल र श्री नारायणप्रसाद नेपालद्वारा भएको हो । पाठ्यपुस्तकलाई यस स्वरूपमा ल्याउने कार्यमा केन्द्रका महानिर्देशक डा. लेखनाथ पौडेल, निर्देशक श्री रेनुका पाण्डे (भुसाल), डा. रामकृष्ण महर्जन, श्री महेन्द्र शर्मा, श्री नवराज अर्याल, श्री गोकर्ण थापा, श्री सरोज सुवेदी, श्री सरस्वती गौतमलगायतको विषेश योगदान रहेको छ । यस पाठ्यपुस्तकको विषयवस्तु सम्पादन सुमन अधिकारी सिलवाल, भाषा सम्पादन चिनाकुमारी निरौला, चित्राङ्कन, टाइप सेटिङ तथा लेआउट डिजाइन सन्तोषकुमार दाहालबाट भएको हो । यस पाठ्यपुस्तकको विकास तथा परिमार्जन कार्यमा संलग्न सबैप्रति पाठ्यक्रम विकास केन्द्र धन्यवाद प्रकट गर्दछ ।

पाठ्यपुस्तकलाई शिक्षण सिकाइको महत्त्वपूर्ण साधनका रूपमा लिइन्छ । यसबाट विद्यार्थीले पाठ्यक्रमद्वारा लक्षित सक्षमता हासिल गर्न मदत पुग्ने अपेक्षा गरिएको छ । यस पाठ्यपुस्तकलाई सकेसम्म क्रियाकलापमुखी, रुचिकर र सिकारु केन्द्रित बनाउने प्रयत्न गरिएको छ । पाठ्यपुस्तकलाई अझै परिस्कृत पार्नका लागि शिक्षक, विद्यार्थी, अभिभावक, बुद्धिजीवी एवम् सम्पूर्ण पाठकहरूको समेत महत्त्वपूर्ण भूमिका रहने हुँदा सम्बद्ध सबैको रचनात्मक सुझावका लागि पाठ्यक्रम विकास केन्द्र हार्दिक अनुरोध गर्दछ ।

पाठ्यक्रम विकास केन्द्र

वि.सं. २०७६

विषयसूची

एकाइ	विषयवस्तु	पृष्ठ सङ्ख्या
१	जनसङ्ख्या र जनसङ्ख्या शिक्षा	१
२	जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रम र नेपाल	१७
३	जनसङ्ख्या परिवर्तन	४२
४	लैङ्गिकता	६४
५	बृहत् यौनिकता शिक्षा	७९
६	पारिवारिक जीवन शिक्षा	११५
७	जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका स्रोतहरू	१५५
८	जनसङ्ख्या र दिगो विकास	१६९
९	जनसङ्ख्या विश्लेषण	१८२

एकाइ
१

जनसङ्ख्या र जनसङ्ख्या शिक्षा
(Population and population Education)

१.१ जनसङ्ख्याको परिचय (Introduction to population)

निश्चित भौगोलिक क्षेत्रभित्र बसोबास गर्ने मानिसको समूहलाई जनसङ्ख्या भनिन्छ । जन+सङ्ख्या दुईओटा शब्द मिलेर बनेको जनसङ्ख्या छ जसमा जनको अर्थ मानिसहरू र सङ्ख्याको अर्थ कति जना भन्ने बुझिन्छ । त्यसैले जनसङ्ख्या भन्नाले मानिसको सङ्ख्या भन्ने बुझिन्छ । निश्चित स्थान भन्नाले कुनै गाउँपालिका/नगरपालिका, जिल्ला, प्रदेश, देश आदिलाई बुझाउँछ । नेपालको हिमाली क्षेत्रमा बसोबास गर्ने मानिसको सङ्ख्या हिमाली क्षेत्रको जनसङ्ख्या हुन्छ । तराईमा बसोबास गर्ने मानिसको सङ्ख्या तराईको जनसङ्ख्या हुन्छ । गाउँमा बसोबास गर्ने मानिसको सङ्ख्या गाउँको जनसङ्ख्या हुन्छ भने सहरमा बसोबास गर्ने मानिस सहरको जनसङ्ख्या हुन्छ । नेपालमा २०६८ सालको जनगणनाअनुसार हिमाली क्षेत्रमा सबैभन्दा कम जनसङ्ख्या (६.७३ प्रतिशत) बसोबास गर्छन् । त्यसैगरी तराईमा सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या (५०.२७ प्रतिशत) बसोबास गर्दछन् । जनसङ्ख्याको अध्ययनबाट कुन स्थानमा कति मानिस बसोबास गर्दछन्, जनसङ्ख्याको वितरण कस्तो प्रकारको छ, जनसङ्ख्या परिवर्तन कसरी भइरहेको छ भन्ने कुराको जानकारी पाउँन सकिन्छ । साथै जनसङ्ख्याका आधारमा त्यहाँ विकासका पूर्वाधारहरू निर्माण गर्नका लागि योजना निर्माण गर्न सहयोग पुग्छ ।

जनसङ्ख्याबिना कुनै पनि समाज तथा राष्ट्रको परिकल्पना गर्न सकिँदैन । त्यसैले जनसङ्ख्यालाई राज्यको आधारभूत तत्त्वका रूपमा लिइएको छ । राज्यको प्रगति त्यहाँ बसोबास गर्ने जनसङ्ख्याको गुण र क्षमतामा भर पर्छ । देशको आर्थिक विकास, पूर्वधारहरूको विकास, विज्ञान र प्रविधिको विकास गर्नका लागि जनसङ्ख्याको महत्त्व छ । समाजका रहनसहन, धर्म, संस्कृति, भाषा तथा भेषभूषाको संरक्षण र संवर्धन गर्न जनसङ्ख्याको महत्त्व रहन्छ । जनसङ्ख्याकै आधारमा प्रशासनिक क्षेत्र, निर्वाचन क्षेत्र, जिल्ला, नगरपालिका र गाउँपालिकाको निर्धारण गरिएको हुन्छ । वर्तमान समयमा राजनीतिक संरचनाको निर्धारण गर्न तथा राजनीतिक परिवर्तनमा जनसङ्ख्याको ठुलो हात रहेको छ । महत्त्वपूर्ण निर्णयहरू पनि जनसङ्ख्याको आकारका आधारमा गरिने हुनाले जनसङ्ख्याको ठुलो महत्त्व रहेको छ ।

१.२ जनसङ्ख्या शिक्षाको परिचय र अवधारणा (Introduction and Concept of Population Education)

जनसङ्ख्या शिक्षा अङ्ग्रेजी शब्द Population Education को नेपाली रूपान्तरण हो । Population Education भन्ने शब्द पहिलो पटक अमेरिकाको कोलम्बो विश्वविद्यालयका प्राध्यापक एस. आर. ओयल्यान्ड (S.R. Waylald) ले प्रयोग गरेर परिभाषित गरेका हुन् । त्यसैले उनलाई जनसङ्ख्या

शिक्षाका पिता भनिन्छ । जनसङ्ख्या शिक्षा तीनओटा शब्द जन + सङ्ख्या + शिक्षा मिलेर बनेको छ, जसमा जनको अर्थ मानिसहरू, सङ्ख्याको अर्थ कति जना र शिक्षाको अर्थ ज्ञान प्रदान गर्ने भन्ने बुझिन्छ । त्यसैले जनसङ्ख्या शिक्षा भन्नाले मानिसको सङ्ख्याका बारेमा ज्ञान प्रदान गर्ने शिक्षा भन्ने बुझिन्छ ।

जनसङ्ख्या शिक्षालाई शैक्षिक क्रियाकलापका रूपमा लिइन्छ । नेपालमा विद्यालय तहमा जनसङ्ख्या शिक्षा समावेश गर्नाले बालबालिकाहरूमा जनसङ्ख्यासम्बन्धी सही धारणाको विकासमा सहयोग पुग्छ । यसबाट समाज, राष्ट्र र विश्वको जनसङ्ख्या परिवर्तन र यसले विभिन्न सामाजिक, आर्थिक क्षेत्रमा पार्ने प्रभावका बारेमा बोध गराउनुका साथै परिवारको आकार उपयुक्त बनाई गुणस्तरीय जीवनयापनमा सहयोग पुऱ्याउँछ ।

जनसङ्ख्या शिक्षाका सन्दर्भमा विभिन्न व्यक्तिहरूले आआफ्नै ढङ्गले परिभाषित गरेको पाइन्छ । जनसङ्ख्या शिक्षाको परिभाषा सम्बन्धमा विभिन्न सङ्घसंस्था तथा विद्वानहरूले दिएको परिभाषालाई तल उल्लेख गरिएको छ :

सन् १९७० मा युनेस्कोको क्षेत्रीय कार्यशाला बैङ्ककमा आयोजना भएको जनसङ्ख्या र पारिवारिक जीवन शिक्षासम्बन्धी गोष्ठीले जनसङ्ख्या शिक्षालाई यसप्रकार परिभाषित गरेको छ :

"जनसङ्ख्या शिक्षा एउटा शैक्षिक कार्यक्रम हो, जसले विद्यार्थीहरूमा परिवार, समाज, राष्ट्र र विश्वको जनसङ्ख्या स्थितिको बोध गराई उक्त स्थितिप्रति विवेकशील तथा उत्तरदायी प्रवृत्ति र व्यवहार विकास गर्ने उद्देश्य राखेको छ ।" (According to UESCO (1970) "Population education may be defined as an educational programme which provides for a study of the population situation of the family, community, nation and the world with the purpose of developing it and student's rational and responsible attitude and behaviour towards that situation.")

आर.सी. शर्माका अनुसार "जनसङ्ख्या शिक्षा एउटा शैक्षिक कार्यक्रम हो, जसले जनसङ्ख्याको गतिशिलता र गुणस्तरीय जीवनमा प्रभाव पार्ने अन्य तत्त्वहरूबिचको अन्तरसम्बन्ध बुझ्नलाई सहयोग गर्दछ । त्यसैगरी व्यक्ति, परिवार, समुदाय, राष्ट्र र विश्वमा गुणस्तरीय जीवनमा सुधार गर्ने उद्देश्यले जनसङ्ख्यासँग सम्बन्धित व्यवहारप्रति सूचित गर्न र विवेकशील निर्णय दिन सक्ने क्षमताको विकास गराउँछ ।" (According to R.C. Sharma, "Population education is an educational programme which helps learners to understand the interrelationship of population dynamics and other factors of quality of life and make informed and rational decision with regard to population related behaviour with the purpose of improving quality life of himself, his family, community, nation and the world.")

सन् १९७४ मा चिलीको स्यान्टियागोमा भएको जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रमको क्षेत्रीय सम्मेलनका अनुसार "जनसङ्ख्या शिक्षा बहुविषयक शैक्षिक प्रयास हो, जसले जनसङ्ख्याको सङ्ख्यात्मक र गुणात्मक

विशेषताहरूलाई प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू औंल्याउँछ । यसले मानिसहरूलाई यौनिकता शिक्षा, पारिवारिक जीवन शिक्षा, नागरिक शिक्षा, जनसङ्ख्या र वातावरण शिक्षाबारे परिचित गराउँछ ।" ("Population education is defined as a multidisciplinary educational effort that shows the factors which influence the qualitative and quantitative characteristics of the human population and that contributies to the preparation of the individual as sexual education, family life education, civic, population awareness and environmental education.")

यसरी विभिन्न अन्तर्राष्ट्रिय स्तरका सङ्घसंस्था, सम्मेलन तथा विभिन्न व्यक्तिहरूले दिएको परिभाषाका आधारमा जनसङ्ख्या शिक्षा भनेको एक नवीन विषय हो । यो बहुपक्षीय गतिशील शैक्षिक कार्यक्रम हो । यसले जनसङ्ख्या वृद्धिका कारण र परिणामका बारेमा जनतामा सचेतना जगाउने काम गर्छ । यसले मानिसहरूलाई यौनिकता शिक्षा, पारिवारिक जीवन शिक्षा, नागरिक शिक्षाबारे परिचित गराउँछ ।

क्रियाकलाप

१. जनसङ्ख्या शिक्षासम्बन्धी माथि दिएका विभिन्न व्यक्ति तथा संस्थाको परिभाषा अध्ययन गरी जनसङ्ख्या शिक्षालाई परिभाषित गर्नुहोस् ।

१.३ जनसङ्ख्या शिक्षाका विशेषताहरू (Characteristics of population Education)

विभिन्न व्यक्ति सङ्घसंस्था जनसङ्ख्या शिक्षाको सन्दर्भमा दिएका परिभाषा र यसको प्रकृतिलाई आधार मान्दा जनसङ्ख्या शिक्षाका प्रमुख विशेषताहरू निम्नानुसार रहेका छन् :

(क) जनसङ्ख्या शिक्षा औपचारिक तथा अनौपचारिक रूपमा सञ्चालित शैक्षिक कार्यक्रम हो ।

(ख) जनङ्ख्या शिक्षा जनसङ्ख्या वृद्धिका कारण, असर र नियन्त्रणका उपायहरूबारे जनतालाई सचेत गराउने प्रक्रिया हो ।

(ग) जनसङ्ख्या शिक्षाले जनसङ्ख्याको आकार र वृद्धिदरमा परिवर्तन हुँदा त्यसले सामाजिक आर्थिक पक्षमा पार्ने प्रभावबारे जानकारी गराउँछ ।

(घ) जनसङ्ख्या शिक्षाले मानिसको गुणस्तरीय जीवन प्राप्तिका लागि प्रभाव पार्ने तत्त्वहरूबिचको अन्तरसम्बन्ध बुझ्न सहयोग गर्दछ ।

(ङ) जनसङ्ख्या शिक्षा गतिशील विषय भएकाले समय परिवर्तन सँगसँगै यसमा अध्ययन गर्ने विषयवस्तु पनि परिवर्तन हुन्छन् ।

(च) जनसङ्ख्या शिक्षामा परिवार नियोजनका साधनहरूका बारेमा जानकारी दिने विषयवस्तु समावेश गरिएको छ ।

(छ) जनसङ्ख्या शिक्षाले नवदम्पतीहरूलाई उनीहरूले चाहेको परिवारको आकार र गुणस्तरीय जीवन प्राप्त गर्न उचित मार्गनिर्देश गर्छ ।

(ज) जनसङ्ख्या शिक्षाले सुरक्षित यौनिक व्यवहार, यौनिकता शिक्षाको बारेमा सही जानकारी दिन्छ ।

(झ) जनसङ्ख्या शिक्षाले विवाहको उमेर, बालबच्चाको सङ्ख्या, जन्मान्तर आदिबारे सचेत गरउँछ ।

(ञ) जनसङ्ख्या शिक्षाले जेष्ठ नागरिकको स्याहार, सम्मान तथा समस्याका बारेमा जानकारी दिन्छ ।

(ट) जनसङ्ख्या शिक्षाले आफ्नो घरपरिवार, समाज, राष्ट्र तथा विश्वको जनसङ्ख्या अवस्थाबारे परिचित गराउँछ ।

१.४ जनसङ्ख्या शिक्षाका क्षेत्र (Scope of Population Education)

जनसङ्ख्या शिक्षाले समेट्ने विषयवस्तु जनसङ्ख्या शिक्षाका क्षेत्र हुन् । जनसङ्ख्या शिक्षा बहुपक्षीय विषय भएको हुनाले यसको क्षेत्र व्यापक रहेको छ । जनसङ्ख्या शिक्षा मानव जीवनका हरेक क्रियाकलापसँग सम्बन्धित हुन्छ । यसको विषयवस्तु देशको आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक स्थितिले प्रभाव पारेको हुन्छ । तीव्र रूपमा जनसङ्ख्या वृद्धि भइरहेका देशमा जनसङ्ख्या घटाउने किसिमका विषयवस्तु जनसङ्ख्या शिक्षामा समावेश गरिन्छ भने जन्मदर कम भएका देशमा जनसङ्ख्या बढाउने किसिमका विषयवस्तु जनसङ्ख्या शिक्षामा समावेश गर्नुपर्छ । सामान्यतया जनसङ्ख्या शिक्षामा समावेश हुने विषयवस्तुका आधारमा जनसङ्ख्या शिक्षाको क्षेत्रलाई मुख्य रूपले पाँच भागमा विभाजन गरिएको छ :

(क) जनसङ्ख्या शास्त्र (Demography)

अङ्ग्रेजी शब्द डेमोग्राफी (Demography) को निर्माण ग्रिक भाषाको डेमोस (Demos) र ग्राफी (Graphy) दुई शब्द मिलेर भएको हो । ग्रिक भाषामा डेमोस (Demos) को अर्थ जनता (People) र ग्राफी (Graphy) को अर्थ लेख्नु (To Write) वा वर्णन गर्नु (To Describe) भन्ने हुन्छ । त्यसैले शाब्दिक रूपमा जनसङ्ख्या शास्त्र भन्नाले मानिसका बारेमा अध्ययन गर्ने विषय हो । यसअन्तर्गत जनसङ्ख्याको आकार, बनोट, वितरण, जनसङ्ख्या कोणस्तुप, जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका स्रोतहरू समावेश हुन्छन् । साथै जनसङ्ख्या प्रक्षेपण, जनसाङ्ख्यिकी मापन पनि यसअन्तर्गत पर्दछन् ।

(ख) जनसङ्ख्या परिवर्तनका तत्त्वहरू (Components of Population change)

जनसङ्ख्या गतिशील विषय भएकाले कुनै पनि स्थानमा जनसङ्ख्या निरन्तर परिवर्तन भइरहन्छ । यसरी जनसङ्ख्यामा परिवर्तन ल्याउने प्रमुख निर्धारक तत्त्वहरूमा जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइ पनि जनसङ्ख्या शिक्षाको क्षेत्रभित्र समेटिएको छ । नेपालमा सामाजिक तथा सांस्कृतिक परम्परा र धार्मिक मूल्य मान्यताले जनसङ्ख्या परिवर्तनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पारेको छ ।

(ग) जनसङ्ख्या वृद्धिका परिमाणहरू (Consequences of Population Growth)

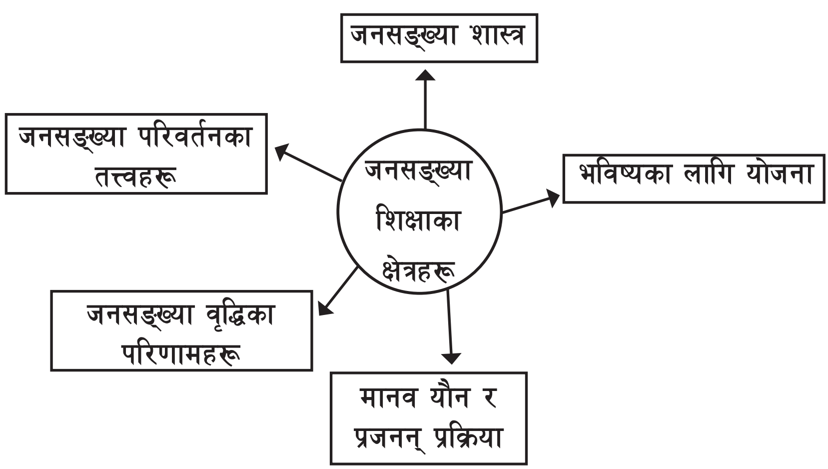
देशको जनसङ्ख्या वृद्धिको अनुपातमा स्रोत र साधनलाई उचित ढङ्गले व्यवस्थापन गर्न नसक्दा त्यसले निम्त्याउने असरहरू यसअन्तर्गत समावेश हुन्छन् । जनसङ्ख्या वृद्धिले शिक्षा, आवास, लत्ताकपडा, स्वास्थ्य, खाद्यान्न, वातावरण, विकासका पूर्वाधारका क्षेत्रमा पार्ने प्रभावलगायतका विषयवस्तु यसअन्तर्गत समावेश हुन्छन् ।

(घ) मानव यौनिकता र प्रजनन प्रक्रिया (Human Sexuality and Reproductive Process)

जनसङ्ख्या शिक्षामा मानव यौनिकता तथा प्रजनन प्रक्रियासँग सम्बन्धित विषयवस्तु समावेश गरिएको छ । सुरक्षित यौनिक व्यवहार, यौनिकता शिक्षा, जनसङ्ख्या शिक्षाका मुख्य विषयवस्तु हुन् । यौन शिक्षाका माध्यमद्वारा यौनसम्बन्धी गलत धारणा हटाउन सहयोग गर्छ । पुरुष तथा महिलाको प्रजनन प्रणाली, प्रजनन अधिकारलगायतका विषयवस्तुसमेत समावेश छन् ।

(ङ) भविष्यका लागि योजना (Planning for future)

प्रत्येक व्यक्तिले भविष्यका लागि योजना बनाउनुपर्छ । जनसङ्ख्या शिक्षामा जनसाङ्ख्यिक क्षेत्रसँग सम्बन्धित विषयवस्तु समावेश हुन्छन् । यसमा विवाहको उपयुक्त उमेर कुन हो ? पहिलो सन्तान कहिले जन्माउने र कति जन्मान्तर राख्ने ? परिवार नियोजनका साधनहरू प्रयोग गर्ने वा नगर्ने ? आमाबुबाको उत्तरदायित्वहरू के के हुन् ? लगायतका विषयवस्तुहरू समावेश हुन्छन् ।



चित्र १.१: जनसङ्ख्या शिक्षाका क्षेत्र

क्रियाकलाप

१. भविष्यको योजनाअन्तर्गत पर्ने उपयुक्त उमेरमा विवाह, जन्मान्तर, सन्तानको सङ्ख्या निर्धारण र बालबालिकाको उचित हेरचाह गर्ने उपायहरू समावेश गरी कक्षाकोठामा छलफल गरी निष्कर्ष प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

२. विद्यार्थीहरूलाई पाँच समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई १/१ ओटा जनसङ्ख्या शिक्षाका क्षेत्रका बारेमा समूह कार्य गर्न लगाई कक्षाकोठामा पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

१.५ नेपालमा जनसङ्ख्याको आकार, वृद्धि दर र वितरण (Population Size, Growth Rate and Distribution of Nepal)

(क) जनसङ्ख्याको आकार र वृद्धिदर (Population Size and Growth Rate)

जनसङ्ख्या निरन्तर रूपमा परिवर्तन भइरहन्छ । कुनै पनि स्थानमा हुने जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइले जनसङ्ख्या परिवर्तन हुन्छ । जनसङ्ख्या निरन्तर परिवर्तन भइरहने हुनाले जनसङ्ख्याको आकार निश्चित गर्न कठिन हुन्छ । कुनै निश्चित समय तोकेमा मात्र जनसङ्ख्याको आकार बताउन सकिन्छ । त्यसैले जनसङ्ख्याको आकार भन्नाले कुनै निश्चित स्थान र समयमा बसोबास गर्ने मानिसको कुल सङ्ख्यालाई जनसङ्ख्याको आकार भनिन्छ । वि.सं. २०६८ सालको जनगणनाअनुसार नेपालको कुल जनसङ्ख्या २,६४,९४,५०४ रहेको छ भने उक्त समयमा सो जनसङ्ख्या नेपालको जनसङ्ख्याको आकार हो ।

जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइका कारणले कुनै निश्चित स्थानको जनसङ्ख्याको आकारमा आउने परिवर्तन वा वृद्धिलाई जनसङ्ख्या वृद्धि भनिन्छ । प्रति सय जनसङ्ख्यामा प्रतिव्रर्ष वृद्धि हुने सङ्ख्यालाई जनसङ्ख्या वृद्धिदर भनिन्छ । नेपालमा वि.सं.२०५८ सालको जनगणनाअनुसार वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर २.२५ प्रतिशत र २०६८ को जनगणनाअनुसार जनसङ्ख्या वृद्धिदर वार्षिक १.३५ प्रतिशत रहेको छ । विभिन्न जनगणनाअनुसार नेपालको जनसङ्ख्याको आकार, वृद्धिदर र जनसङ्ख्या दोब्बर हुन लाग्ने समयलाई तालिका न. १.१ मा देखाइएको छ :

तालिका १.१: नेपालको जनसङ्ख्याको आकार र वृद्धिदर सन् १९११-२०११

क्र.सं.	जनगणना वर्ष	जनसङ्ख्या	जनसङ्ख्या वृद्धिदर %	जनसङ्ख्या दोब्बर हुन लाग्ने समय
१.	वि.सं. १९६८ (सन १९११)	५६,३८,७४९	-	-
२.	वि.सं. १९७७ (सन् १९२०)	५५,७३,७८८	-०.१३	-
३	वि.सं. १९८७ (सन् १९३०)	५५,३२,५७४	-०.०७	-

४.	वि.सं. १९९८ (सन् १९४१)	६२,८३,६४९	१.१६	६० वर्ष
५.	वि.सं. २००९/११ (सन् ९५२/५४)	८२,५६,६२५	२.२८	३१ वर्ष
६.	वि.सं. २०१८ (सन् १९६१)	९४,१२,९९६	१.६४	४३ वर्ष
७.	वि.सं. २०२८ (सन् १९७१)	१,१५,५५,९८३	२.०५	३४ वर्ष
८.	वि.सं. २०३८ (सन् १९८१)	१,५०,२२,८३९	२.६२	२७ वर्ष
९.	वि.सं. २०४८ (सन् १९९१)	१,८४,९१,०९७	२.०८	३४ वर्ष
१०.	वि.सं. २०५८ (सन् २००१)	२,३१,५१,४२३	२.२५	३१ वर्ष
११.	वि.सं. २०६८ (सन् २०११)	२,६४,९४,५०४	१.३५	५२ वर्ष

स्रोत : केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग, २०११

नेपालमा जनगणनाको सुरुआत सन् १९११ बाट भएको पाइन्छ । सन् १९११ मा नेपालको जनसङ्ख्या ५६,३८,७४९ रहेको थियो भने त्यसपछि र सन् १९३० को जनगणनासम्म नेपालको जनसङ्ख्या घटेको देखिन्छ भने जनसङ्ख्या वृद्धिदर ऋणात्मक देखिन्छ । सन् १९३० सम्म नेपालको जनसङ्ख्या घट्नुका मुख्य कारणहरूमा अवैज्ञानिक जनगणना हुनु, सन् १९१८ तिर विश्वव्यापी रूपमा फैलिएको इन्फ्लुएन्जा (Influenza) को महामारीका कारण धेरै व्यक्तिको मृत्यु हुनु, प्रथम विश्वयुद्धमा गोरखा सैनिकहरू मारिनु तथा गणना हुनबाट छुट्नुलाई मानिन्छ । सन् १९५२/५४ बाट नेपालमा वैज्ञानिक ढङ्गले जनगणना गर्ने काम सुरु भएको हुनाले उक्त जनगणनालाई नेपालको पहिलो वैज्ञानिक जनगणना भनिन्छ । उक्त जनगणनामा नेपालको जनसङ्ख्या ८२,५६,६२५ र वार्षिक वृद्धिदर २.२८ प्रतिशत रहेको थियो ।

सन् २००१ को जनगणनाअनुसार नेपालको जनसङ्ख्याको आकार २,३१,५१,४२३ र वृद्धिदर २.२५ प्रतिशत रहेको थियो । सन् २०११ को ज नगणनाअनुसार नेपालको जनसङ्ख्याको आकार २,६४,९४,५०४ र जनसङ्ख्या वृद्धिदर १.३५ प्रतिशत रहेको छ । सन् १९११ मा ५६,३८,७४९ रहेको नेपालको कुल जनसङ्ख्या ठिक सय वर्षपछि सन् २०११ मा झैँ ५ गुणाले बढ्न गई २,६४,९४,५०४ भएको छ । सन् २००१ र सन् २०११ को अवधिमा नेपालको जनसङ्ख्या वृद्धिदर घट्नुका प्रमुख कारणहरूमा जन्मदरमा ह्रास आउनु, परिवार नियोजनका साधनहरूको प्रयोगदर बढ्नु, विवाहको औसत उमेरमा वृद्धि हुनु, शैक्षिक स्तर र स्वास्थ्य अवस्थामा सुधार हुनुलाई मानिन्छ ।

क्रियाकलाप

जनसङ्ख्याको आकार र वृद्धिदरसम्बन्धी तालिका न. १ मा दिएको तथ्याङ्कलाई फरक फरक रेखाचित्र वा स्तम्भ तयार गरी कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(ख) जनसङ्ख्या वितरण (Population Distribution)

सामान्यतया जनसङ्ख्या वितरण भन्नाले कुनै देशको भौगोलिक बनावट र प्रशासनिक क्षेत्रका आधारमा कहाँ, कस्तो र कति जनसङ्ख्या रहेको छ भन्ने बुझिन्छ । जनसङ्ख्या वितरणलाई आर्थिक, सामाजिक, भौगोलिक पक्षले प्रभाव पारेको हुन्छ । स्रोत र साधनको उपलब्धता, भौगोलिक रूपमा सुगम तथा पर्याप्त मात्रमा विकासका पूर्वाधार भएको स्थानमा जनसङ्ख्या उच्च हुन्छ भने सेवा सुविधा अभाव भएको स्थानमा जनसङ्ख्या कम भएको पाइन्छ । नेपालको भौगोलिक क्षेत्र तथा प्रशासनिक क्षेत्रअनुसार जनसङ्ख्या वितरणमा विविधता रहेको छ ।

(अ) भौगोलिक क्षेत्रअनुसार जनसङ्ख्या विवरण (Population Distribution by Ecological Zones)

नेपाललाई भौगोलिक दृष्टिले ३ भागमा विभाजन गरिएको छ । सन् २०११ को जनगणनाअनुसार भौगोलिक क्षेत्रअनुसार जनसङ्ख्या वितरणलाई तालिका न. १.२ मा देखाइएको छ :

तालिका १.२: नेपालमा भौगोलिक क्षेत्रअनुसार जनसङ्ख्या वितरण (प्रतिशत) सन् २०११

क्र.स.	भौगोलिक क्षेत्र/प्रदेश	क्षेत्रफल (प्रतिशत)	जनसङ्ख्या (प्रतिशत)
१.	हिमाली क्षेत्र	३५	६.७३
२.	पहाडी क्षेत्र	४२	४३.००
३.	तराई क्षेत्र	२३	५०.२७
	जम्मा	१००	१००.००

स्रोत: केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग, २०११

तालिका न. १.२ मा सन् २०११ को जनगणनामा भौगोलक क्षेत्रअनुसार जनसङ्ख्या विवरण देखाइएको छ । सन् २०११ मा तराईमा सबैभन्दा बढी ५०.२७ प्रतिशत मानिसहरूको बसोबास रहेको देखिन्छ । पहाडी क्षेत्रमा ४३ प्रतिशत मानिसहरूको बसोबास रहेको छ भने हिमाली क्षेत्रमा मात्र ६.७३ प्रतिशत मानिसहरूको बसोबास रहेको पाइन्छ ।

हिमाली तथा पहाडी क्षेत्रमा जनसङ्ख्या वितरण कम हुनाका प्रमुख कारणहरूमा भौगोलिक विकटता, यातायात तथा सञ्चार सुविधाको अभाव, कृषियोग्य भूमिको अभाव रहेका छन् । तराई क्षेत्रमा कृषि योग्य भूमिको उपलब्धता र विकासका पूर्वधारको उपलब्धताका कारणले तराईको जनसङ्ख्या वितरण बढी रहेको पाइन्छ ।

(आ) प्रदेशअनुसार जनसङ्ख्या वितरण (Population Distribution by Provinces)

नेपालको संविधानअनुसार नेपालमा ७ ओटा प्रदेशहरू रहेका छन् । ती प्रदेशहरूको जनसङ्ख्या वितरणमा पनि समानता छैन । सबैभन्दा ठुलो कर्णाली प्रदेशमा सबैभन्दा कम जनसङ्ख्या रहेको छ । प्रदेशअनुसार जनसङ्ख्या वितरणलाई तालिका न. १.३ मा देखाइएको छ :

तालिका १.३: नेपालमा प्रदेशअनुसार जनसङ्ख्या वितरण (प्रतिशत)

क्र.सं.	प्रदेश	क्षेत्रफल प्रतिशत	जनसङ्ख्या प्रतिशत
१.	प्रदेश न. १	१७.६	१७.१०
२.	प्रदेश न. २	६.६	२०.४०
३.	प्रदेश न. ३	१३.८	२०.९०
४.	गण्डकी प्रदेश	१४.६	९.१०
५.	प्रदेश न. ५	१५.१	१७.००
६.	कर्णाली प्रदेश	१९.०	५.९०
७.	सुदुरपश्चिम प्रदेश	१३.३	९.६०
	जम्मा	१००.०	१००.००

स्रोत : केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग, २०११

तालिका न. १.३ मा सन् २०११ सालको जनगणनाको तथ्याङ्कका आधारमा समायोजन गरिएको प्रदेशको जनसङ्ख्या वितरण देखाइएको छ । उक्त तालिकाअनुसार सबैभन्दा ठुलो कर्णाली प्रदेशमा सबैभन्दा कम ५.९० प्रतिशत जनसङ्ख्या बसोबास गर्दछन् । सबैभन्दा सानो प्रदेश न. २ मा २०.४० प्रतिशत जनसङ्ख्या बसोबास गर्छन् । सबैभन्दा बढी २०.९० प्रतिशत जनसङ्ख्या प्रदेश ३ मा बसोबास गर्छन् ।

(इ) ग्रामीण र सहरी क्षेत्रअनुसार जनसङ्ख्या वितरण (Population Distribution by Rural Urban Areas)

भौगोलिक सुगमता र आवश्यक पूर्वधारहरूको विकास भएका ठाउँ तथा सहरी क्षेत्र भनी परिभाषित गरिएको भूभागलाई सहरी क्षेत्र भनिन्छ । भौगोलिक विकटता आवश्यक पूर्वाधारहरूको विकास नभएको ठाउँ तथा ग्रामीण क्षेत्र भनी परिभाषित गरिएको भूभागलाई ग्रामीण क्षेत्र भनिन्छ । नेपालमा नगरपालिकाले ओगटेको भूभागलाई सहरी क्षेत्र भनिन्छ भने गाउँपालिकाले ओगटेको भूभागलाई ग्रामीण क्षेत्र भनिन्छ । नेपालमा रहेका ४६० गाउँपालिकालाई ग्रामीण क्षेत्र र २९३ नगरपालिकालाई सहरी क्षेत्र भनिन्छ । सन् २०११ को जनगणनाले

सो बखतमा सहरी र ग्रामीण जनसङ्ख्याको अनुपात देशको कुल जनसङ्ख्यामा क्रमश : १७.१ र ८२.९ देखाएको थियो । सो जनगणनापछि राज्य पुर्नसंरचना आयोगको सिफारिस र राष्ट्रिय सहरी विकास रणनीति सन् २०१७ को सिद्धान्तअनुसार नयाँ विकास हुँदै गरेका बजार क्षेत्रलाई सहरी क्षेत्र कायम गरेकाले हाल आएर सहरी र ग्रामीण क्षेत्रको जनसङ्ख्या अनुपात क्रमश : ६२.४ र ३६.७ हुन गएको छ । यसका आधारमा ग्रामीण तथा सहरी क्षेत्रअनुसारको जनसङ्ख्या वितरणलाई तालिका न. १.४ मा देखाइएको छ ।

तालिका १.४: नेपालमा ग्रामीण तथा सहरी क्षेत्रअनुसार जनसङ्ख्या (प्रतिशत) वितरण

क्र.स.	विवरण	जनसङ्ख्या	जनसङ्ख्या प्रतिशत
१.	ग्रामीण क्षेत्र	९७,३०,५२८	३६.७
२.	सहरी क्षेत्र	१,६५,२३,३००	६२.४
३.	संस्थागत क्षेत्र	२,४०,६७६	०.९
	जम्मा	२,६४,९४,५०४	१००.०

स्रोत : केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग, २०११

सन् २०११ को जनगणनाको तथ्याङ्कका आधारमा ग्रामीण तथा सहरी क्षेत्रको जनसङ्ख्या वितरणलाई देखाइएको छ । तालिका १.४ का आधारमा ग्रामीण क्षेत्रमा ३६.७ प्रतिशत नेपालीहरू बसोबास गर्दछन् । सहरी क्षेत्रमा ६२.४ प्रतिशत नेपालीहरू बसोबास गर्दछन् भने संस्थागत क्षेत्रअन्तर्गत ०.९ प्रतिशत बसोबास गर्दछन् । संस्थागत क्षेत्रअन्तर्गत प्रहरी चौकी, सेना ब्यारेकलगायत सामूहिक बसोबासका स्थानहरू पर्दछन् ।

(ई) जिल्लाअनुसार जनसङ्ख्या वितरण (Population Distribution by Districts)

नेपालमा ७७ ओटा जिल्ला रहेका छन् । कुनै जिल्लाको जनसङ्ख्या ज्यादै थोरै छ भने कुनै जिल्लाको जनसङ्ख्या ज्यादै धेरै छ । नेपालमा जिल्लाअनुसार जनसङ्ख्या वितरणमा समानता छैन । जिल्लाअनुसारको जनसङ्ख्या हेर्दा काठमाडौँ जिल्लामा सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या रहेको छ । सबैभन्दा कम जनसङ्ख्या मनाङ जिल्लामा रहेको छ । तालिका न. १.५ मा सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएका र तालिका न. १.६ मा सबैभन्दा कम जनसङ्ख्या भएका केही जिल्लाहरूको जनसङ्ख्या वितरण दिइएको छ ।

तालिका १.५: सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएका जिल्लाहरू, सन् २०११

क्र.सं.	जिल्ला	जनसङ्ख्या	प्रतिशत
१.	काठमाडौँ	१७,४४,२४०	६.५८
२.	मोरङ	९,६५,३७०	३.६४
३.	रुपन्देही	८,८०,१९६	३.३२
४	झापा	८,१२,६५०	३.०७
५	कैलाली	७,७५,७९०	२.९३

स्रोत : केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग, २०११

तालिका १.५ मा २०११ सालको जनगणनाअनुसार सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएका पाँचओटा जिल्लाको जनसङ्ख्या देखाइएको छ । माथिको तालिकाअनुसार सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएको जिल्ला काठमाडौँ हो । जनसङ्ख्याका आधारमा दोस्रो जिल्ला मोरङ हो । त्यसैगरी तेस्रो, चौथो र पाचौँमा क्रमशः रूपन्देही, झापा र कैलाली रहेका छन् ।

तालिका १.६: सबैभन्दा कम जनसङ्ख्या भएका जिल्लाहरू, सन् २०११

क्र.सं.	जिल्ला	जनसङ्ख्या	प्रतिशत
१	मनाङ	६,५३८	०.०२
२	मुस्ताङ	१३,४५२	०.०५
३	डोल्पा	३६,७००	०.१४
४	रसुवा	४३,३००	०.१६
५	हुम्ला	५०,८५८	०.१९

स्रोत : केन्द्रीय तथ्याङ्क विभाग, २०११

तालिका १.६ मा २०११ सालमा सबैभन्दा कम जनसङ्ख्या भएको जिल्ला मनाङ हो । जनसङ्ख्या कम भएको दोस्रो जिल्ला मुस्ताङ हो । त्यसैगरी डोल्पा, रसुवा, हुम्ला क्रमशः कम जनसङ्ख्या हुने जिल्लामा तेस्रो, चौथो र पाचौँ स्थानमा रहेका छन् ।

क्रियाकलाप

नेपालको जनसङ्ख्या वितरण असमान खालको छ । नेपालको जनसङ्ख्या वितरण असमान हुनाका कारणहरू समूहमा छलफल गरी प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

१.६ जनसङ्ख्या शिक्षासम्बन्धी छिमेकी देशमा भएका अभ्यासहरू (Practice Related to Population Education in neighborh country)

जनसङ्ख्या शिक्षालाई शैक्षिक कार्यक्रमको महत्त्वपूर्ण अङ्गका रूपमा लिइएको छ । जनसङ्ख्या शिक्षाको औपचारिक सुरुआत सन् १९३५ मा स्विडेनमा जनसङ्ख्या आयोगको स्थापना भएपछि भएको पाइन्छ । सन् १९७० मा युनेस्को (UNESCO) को एसिया क्षेत्रीय कार्यालय बैङ्ककमा जनसङ्ख्या र पारिवारिक जीवन शिक्षासम्बन्धी कार्यशाला गोष्ठी आयोजना गरियो । उक्त गोष्ठीमा सहभागी शिक्षाविद् तथा विषयविज्ञहरूले जनसङ्ख्या शिक्षाको उद्देश्य, राणनीति कार्यक्रमहरू तयार पारे । यस कार्यशालालाई जनसङ्ख्या शिक्षाको इतिहासमा महत्त्वपूर्ण रूपमा लिइन्छ । यस कार्यशालापश्चात् जनसङ्ख्या शिक्षाका कार्यक्रमहरू औपचारिक तथा अनौपचारिक रूपमा सञ्चालन हुन थाले । सन् १९७४ मा बुखारेस्टमा भएको जनसङ्ख्या तथा विकाससम्बन्धी विश्व सम्मेलनले जनसङ्ख्या अध्ययनअन्तर्गत अध्ययन गरिने विषयवस्तुको सूची सिफारिस

गरेको थियो । तिनै विषयवस्तुमा आधारित रहेर विश्वभर जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन भएका छन् । नेपाललगायत विभिन्न देशमा रहेको जनसङ्ख्या शिक्षासम्बन्धी महत्त्वपूर्ण अभ्यासहरूलाई तल प्रस्तुत गरिएको छ :

(अ) नेपालमा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रम (Population Education Programme in Nepal)

जनसङ्ख्या शिक्षाका माध्यमबाट देशको जनसङ्ख्यालाई व्यवस्थापन गर्न सहयोग पुग्छ । नेपालमा जनसङ्ख्या व्यवस्थापन गर्न तथा जनसङ्ख्याबारे जनचेतना जगाउन जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रमको सुरुवात भएको पाइन्छ । नेपालले सन् १९७० मा युनेस्को (UNESCO) को एसिया क्षेत्रीय कार्यालय बैङ्ककमा भएको जनसङ्ख्या र पारिवारिक जीवन शिक्षासम्बन्धी कार्यशाला गोष्ठीमा सहभागिता जनाएको थियो । नेपालमा वि.सं. २०३१ मा विश्व जनसङ्ख्या दिवसको अवसर पारेर परिवार नियोजन तथा मातृशिशु कल्याण योजनाअन्तर्गत सूचना, शिक्षासम्बन्धी गोष्ठी आयोजना गरिएको थियो । त्यसपछि वि.सं. २०३६ सालमा शिक्षा तथा संस्कृति मन्त्रालय, पाठ्यक्रम, पाठ्यपुस्तक तथा निरीक्षण विकास केन्द्रको तत्त्वावधानमा जनसङ्ख्या शिक्षा योजना र विकासबारे राष्ट्रिय बैठक सञ्चालन गरिएको थियो ।

वि.सं. २०३८ देखि संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय जनसङ्ख्या कोषको सहायतामा शिक्षा तथा संस्कृति मन्त्रालयमार्फत जनसङ्ख्या शिक्षा परियोजना कार्यान्वयन सुरु भयो । उक्त परियोजनाले निम्नानुसार कार्यक्रममा जोड दिएको पाइन्छ :

(क) जनसङ्ख्याको आकार वृद्धि र आर्थिक विकासबिचको अन्तरसम्बन्धबारे विद्यार्थीहरूलाई जानकारी गराउने

(ख) जनसङ्ख्या वृद्धिले मानव कल्याणमा पार्ने असरहरूबारे विद्यार्थी, शिक्षक तथा समुदायलाई अवगत गराई उनीहरूमा परिवारको आकार र जीवनको गुणस्तर सम्बन्धमा उपयुक्त धारणाहरू र व्यवहारको विकास गर्ने

(ग) उच्च शिक्षालगायत सबै तहको औपचारिक शिक्षामा जनसङ्ख्या शिक्षाको संस्थागत विकास गर्ने

(घ) प्रौढहरूमा सानो परिवारप्रतिको चाहना वृद्धि गर्ने ।

वि.सं. २०३८ सालदेखि जनसङ्ख्या शिक्षालाई विद्यालय र विश्वविद्यालयको पाठ्यक्रममा समावेश गर्ने क्रम सुरु भएको पाइन्छ । वि.सं. २०३८ सालदेखि त्रिभुवन विश्वविद्यालय शिक्षाशास्त्र सङ्कायमा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रम सञ्चालन भएको पाइन्छ । वि.सं. २०४२ देखि मानविकी सङ्कायले स्नातक तहमा जनसङ्ख्या विषयको पठनपाठन सुरु गरेको पाइन्छ भने वि.सं. २०४५ देखि स्नातकोत्तर तहमा पठनपाठन सुरु भएको पाइन्छ ।

माध्यमिक तह कक्षा ९-१० को पाठ्यक्रममा वि.सं. २०३८ सालदेखि जनसङ्ख्या शिक्षा तथा शिशु स्याहार विषय ऐच्छिक विषयका रूपमा पठनपाठन हुँदै आएको पाइन्छ । वि.सं. २०५६ देखि कक्षा ९-१० मा स्वास्थ्य जनसङ्ख्या र वातावरण शिक्षालाई एकीकृत गरी अनिवार्य विषयका रूपमा पठनपाठन हुँदै आएको पाइन्छ । त्यसैगरी कक्षा ९-१० मा २०५८ देखि ऐच्छिक विषयका रूपमा जनसङ्ख्या शिक्षाको पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक विकास गरी कार्यान्वयनमा रहेको छ । कक्षा ६-८ मा वि.सं. २०५२/०५३ देखि जनसङ्ख्या तथा वातावरण शिक्षा पठनपाठन हुँदै आएकामा आधारभूत शिक्षा पाठ्यक्रम (६-८) २०६९ ले कक्षा ६ देखि ८ सम्म सामाजिक अध्ययन र जनसङ्ख्या शिक्षा विषयका रूपमा पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तक विकास गरी शैक्षिक सत्र २०७० देखि कक्षा ६ बाट क्रमशः लागु गरिएको छ ।

क्रियाकलाप

नेपालमा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रमका प्रमुख घटनाहरू समावेश गरिएको चार्ट तयार गरी कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(आ) भारतमा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रम (Population Education Programme in India)

सन् १९६९ अगस्ट २-३ मा जनसङ्ख्या शिक्षासम्बन्धी विचार गोष्ठी भारतको बम्बईमा सम्पन्न भएको थियो । उक्त सम्मेलनले जनसङ्ख्या शिक्षालाई विद्यालय तथा विश्वविद्यालयको पाठ्यक्रममा समावेश गर्न सुझाव दियो । उक्त गोष्ठीको सुझावअनुसार शिक्षा अनुसन्धान र तालिमका निम्ति राष्ट्रिय संस्था (National Council for Education and Research and Training, NCERT) मा एउटा छुट्टै जनसङ्ख्या शिक्षा शाखा स्थापना भयो । उक्त शाखाले जनसङ्ख्या शिक्षाका पाठ्यक्रम तथा पाठ्यसामग्री तयार गऱ्यो ।

भारतमा सन् १९७०-८० को दशकमा जनसङ्ख्या शिक्षाको विकास, पाठ्यसामग्री निर्माण र शिक्षक शिक्षा कार्यक्रमको सुरुआत भएको पाइन्छ । सन् १९७६/०७७ मा राष्ट्रिय जनसङ्ख्या नीतिको घोषणा गरियो । उक्त नीतिले विद्यालयमा जनसङ्ख्या शिक्षाको आवश्यकतालाई जोड दियो । सन् १९७८ मा नयाँ दिल्लीमा भएको माध्यमिक शिक्षा बोर्डको संयुक्त बैठकले जनसङ्ख्या शिक्षालाई विद्यालय र शिक्षक तालिम केन्द्रमा लागु गर्ने निर्णय एक मतले गरेको थियो ।

सन् १९८० मा संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय जनसङ्ख्या कोष (UNFPA) को सहयोगमा भारतको शिक्षा तथा संस्कृति मन्त्रालयले जनसङ्ख्या शिक्षा सञ्चालन गर्ने कार्य सुरु गऱ्यो । यस परियोजनाका लागि शिक्षा अनुसन्धान र तालिमका निम्ति राष्ट्रिय संस्था (NCERT) बाट प्राविधिक सहयोग उपलब्ध गराइयो । भारतको जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रमले निम्नलिखित पक्षमा जोड दिएको पाइन्छ :

(क) औपचारिक तथा अनौपचारिक शिक्षामा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रमलाई संस्थागत रूपमा स्थापना गर्ने

(ख) विद्यार्थीहरूलाई जनसङ्ख्या वृद्धि र सामाजिक तथा आर्थिक विकासको अन्तरसम्बन्धबारे जानकारी दिने

(ग) शिक्षक तथा विद्यार्थीहरूलाई सरकारको जनसङ्ख्या नीति र तत्सम्बन्धी तथ्यहरूबारे जागरुक बनाउने

(घ) परिवार नियोजन सेवालाई व्यापक बनाउने ।

भारतमा जनसङ्ख्या शिक्षा पाठ्यक्रम तथा पाठ्यसामग्री तयार गर्ने, शैक्षिक कार्यकर्ताहरूलाई तालिम दिने, विभिन्न क्रियाकलापहरूको प्रगति अनुगमन गर्नेलगायतका कार्यहरू राज्य स्तरका संस्थानहरूबाट सञ्चालन गर्ने व्यवस्था भयो । सन् १९८१ सम्ममा २८ ओटै प्रदेशमा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रम विस्तार भयो । सन् २०१८ को विश्व जनसङ्ख्या प्रतिवेदनअनुसार भारतको जनसङ्ख्या १ अर्ब ३७ करोड १३ लाख रहेको छ । कोरा जन्मदर प्रतिहजार २० र कोरा मृत्युदर प्रतिहजार ६ रहेको छ । जनसङ्ख्याको प्राकृतिक वृद्धिदर १.४ प्रतिशत रहेको छ । कुल प्रजननदर २.३ प्रतिमहिला रहेको छ ।

(इ) चीनमा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रम (Population Education Programme in China)

विश्वमा सबैभन्दा बढी जनसङ्ख्या भएको देश चीन हो । सन् १९७० को दशकदेखि चीनमा भइरहेको उच्च जनसङ्ख्या वृद्धिले आर्थिक विकासमा नकारात्मक असर पुऱ्याउने महसुस गरी जनसङ्ख्या नियन्त्रणलाई योजनाबद्ध विकासका रूपमा प्राथमिकता दिइएको थियो । सन् १९७८ पश्चात् परिवार नियोजनलाई राज्यको मुलभूत नीतिका रूपमा लिइयो । यसैअनुरूप माध्यमिक विद्यालयहरूमा प्रजनन प्रक्रिया, ढिलो विवाह र परिवार नियोजनको पाठ्यक्रम समावेश गरियो । सन् १९७८ मा उच्च माध्यमिक कक्षाहरूका निम्ति जनसङ्ख्यासम्बन्धी पाठ्यक्रम र पाठ्यपुस्तक तयार भए । सन् १९८० मा संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय जनसङ्ख्या कोषको सहयोगबाट माध्यमिक विद्यालय र शिक्षक शिक्षणमा जनसङ्ख्या शिक्षा समावेश गर्ने परियोजना सुरु भएको पाइन्छ । सन् १९८१ मा उच्च माध्यमिक विद्यालयहरूमा लागु गर्ने उद्देश्यले सन् १९७८ मा निर्माण भएको पाठ्यक्रममा संशोधन गर्नुका साथै जनसङ्ख्या शिक्षा नामक पाठ्यपुस्तक तयार गऱ्यो । प्राथमिक शिक्षा र अनौपचारिक शिक्षामा पनि क्रमिक रूपले जनसङ्ख्या शिक्षालाई समावेश गरियो । सन् १९९५ मा बेइजिङमा संयुक्त राष्ट्रसङ्घले विश्व महिला सम्मेलनको आयोजना गऱ्यो । उक्त सम्मेलनले लैङ्गिक समानता र महिला सशक्तीकरणमा जोड दिएको थियो ।

चीनले जनसङ्ख्यालाई सर्वव्यापक बनाउने दीर्घकालीन उद्देश्य राखेको छ । चीनको जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रमले निम्नलिखित पक्षलाई जोड दिएको पाइन्छ :

(क) एक मात्र सन्तान जन्माउने दम्पतीलाई धेरै प्रकारका सुविधाहरू दिने

(ख) परिवार नियोजनसम्बन्धी सेवा र दुई सन्तान हुनेहरूलाई बन्ध्याकरणको सुविधा दिने

(ग) पहिलो विवाह गर्ने उमेर र पहिलो शिशु जन्माउने उमेर बढाउने

(घ) सुरक्षित गर्भपतनको सुविधा प्रदान गर्ने ।

चीनले जनसङ्ख्या वृद्धिदरलाई नियन्त्रण गर्न सन् १९७९ मा सहरी क्षेत्रमा लागु गरेको एक बच्चा नीति सन् २०१५ बाट अन्त्य गरेको छ । नयाँ नीतिअनुसार सबै परिवारले दुईओटा बच्चा जन्माउन पाउँछन् । सन् २०१८ को विश्व जनसङ्ख्या प्रतिवेदनअनुसार चीनको जनसङ्ख्या १ अर्ब ३९ करोड ३८ लाख रहेको छ । कोरा जन्मदर प्रतिहजार १२ र कोरा मृत्युदर प्रतिहजार ७ रहेको छ । जनसङ्ख्याको प्राकृतिक वृद्धिदर ०.५ प्रतिशत रहेको छ । कुल प्रजननदर १.८ प्रति महिला रहेको छ ।

(ई) जापानमा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रम (Population Education Programme in Japan)

जापानमा पहिलो पटक सन् १९६९ मा जनसङ्ख्या समस्यासम्बन्धी सुझाव आयोगले सरकारसमक्ष अन्तरिम प्रतिवेदन पेस गरेको थियो । उक्त अन्तरिम प्रतिवेदनको बारेमा विस्तृत अध्ययन गरी सन् १९७१ अक्टोबरमा कल्याण मन्त्रीलाई प्रतिवेदन पेस गरेको थियो । आयोगले उक्त प्रतिवेदनमा जनसङ्ख्या प्रवृत्ति र त्यसले सामाजिक आर्थिक र भौगोलिक पक्षमा पारेको प्रभाव बारे विस्तृत अध्ययन गरेको थियो । त्यसपछि जापानको विद्यालयको पाठ्यक्रम तथा पाठ्यपुस्तकमासमेत जनसङ्ख्या शिक्षलाई समावेश गरियो । जापानमा जन्मदरलाई बढाउन जापान सरकारले जासङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रममा निम्नलिखित कार्यक्रममा जोड दिएको पाइन्छ :

(क) निम्न आय भएका नागरिकलाई राज्यले प्रोत्साहन भत्ता उपलब्ध गराउने

(ख) केटाकेटीको स्याहार सुसार तथा पालन पोषणका लागि आर्थिक सहयोग उपलब्ध गराउने

(ग) जन्मदर बढाउनलाई प्रोत्साहन गर्ने

(घ) धेरै सन्तान जन्माउने दम्पतीलाई धेरै प्रकारका सुविधाहरू दिने ।

माथि उल्लिखित विविध किसिमका कार्यक्रम समावेश गरिए पनि जापानमा जन्मदरमा निरन्तर रूपमा गिरावट आइरहेको छ । सन् २०१८ को विश्व जनसङ्ख्या प्रतिवेदनअनुसार जापानको जनसङ्ख्या १२ करोड ६५ लाख रहेको छ । कोरा जन्मदर प्रतिहजार ८ र कोरा मृत्युदर प्रतिहजार ११ रहेको छ । जनसङ्ख्याको प्राकृतिक वृद्धिदर - ०.३ प्रतिशत रहेको छ । कुल प्रजननदर १.४ प्रति महिला रहेको छ ।

क्रियाकलाप

नेपाल र जापानको जनसङ्ख्या शिक्षामा समावेश जनसङ्ख्या नीतिका बारेमा विश्लेषण गरी प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको अति सङ्क्षिप्त उत्तर दिनुहोस् :

(क) जनसङ्ख्या भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ख) नेपालमा जनसङ्ख्या शिक्षा विषयलाई माध्यमिक तहमा ऐच्छिक विषयका रूपमा कहिलेदेखि समावेश गरियो ?

(ग) जनसङ्ख्या शास्त्रअन्तर्गत पर्ने दुईओटा विषयवस्तु लेख्नुहोस् ।

(घ) सन् २०११ को जनगणनाअनुसार नेपालको तराई प्रदेशमा कति प्रतिशत मानिस बसोबास गर्छन् ?

(ङ) हिमाली क्षेत्रमा किन थोरै मानिस बसोबास गर्छन् ? एउटा कारण लेख्नुहोस् ।

(च) भारतमा जनसङ्ख्या शिक्षाको पाठ्यक्रम र पाठ्यसामग्री कसले तयार गर्छ ?

(छ) जनसङ्ख्या शिक्षाका कुनै दुईओटा क्षेत्रहरू लेख्नुहोस् ।

२. तलका प्रश्नहरूको सङ्क्षिप्त उत्तर दिनुहोस् :

(क) देशको आर्थिक विकासमा जनसङ्ख्याको ठुलो महत्त्व छ, यस भनाइलाई चारओटा बुँदाद्वारा प्रष्ट पार्नुहोस् ।

(ख) जनसङ्ख्या शिक्षाका क्षेत्रहरूको सुची तयार पारी कुनै दुईको छोटो परिचय दिनुहोस् ।

(ग) जनसङ्ख्या वितरण भनेको के हो ? सन् २०११ को जनगणनाअनुसार नेपालको भौगोलिक क्षेत्रअनुसार जनसङ्ख्या वितरणलाई तालिकामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(घ) नेपालको तराई प्रदेशमा जनसङ्ख्या उच्च हुनका कारणहरूको सूची तयार पार्नुहोस् ।

(ङ) जनसङ्ख्या शिक्षालाई किन शैक्षिक प्रक्रिया मानिन्छ ? तर्कहरू प्रस्तुत गनुहोस् ।

(च) भारत र चीनको जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रमबिच तुलना गर्नुहोस् ।

(छ) विद्यालय तहमा जनसङ्ख्या शिक्षाको महत्त्व किन छ ? पुष्टि गर्नुहोस् ।

३. लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) तलको तालिकाका आधारमा रेखाचित्र तयार गरी उक्त रेखाचित्रको विश्लेषण गर्नुहोस् :

जनगणना वर्ष	सन् १९५२/५४	सन् १९६१	सन् १९७१	सन् १९८१	सन् १९९१	सन् २००१	सन् २०११
जनसङ्ख्या दोब्बर हुन लाग्ने समय	३१ वर्ष	४३ वर्ष	३४ वर्ष	२७ वर्ष	३४ वर्ष	३१ वर्ष	५२ वर्ष

(ख) नेपालको जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रमसँग सम्बन्धित सातओटा घटनाक्रम समावेश गरी चार्ट तयार गर्नुहोस् ।

(ग) सन् २०११ को जनगणनाको तथ्याङ्कका आधारमा प्रदेशअनुसारको जनसङ्ख्या वितरणलाई तथ्याङ्कसहित वर्णन गर्नुहोस् ।

एकाइ २

जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रम र नेपाल
(Population policy and programmes in Nepal)

२.१ जनसङ्ख्या नीति (Population Policy)

निश्चित समयका लागि उद्देश्य र लक्ष्य निर्धारण गरी तयार पारिएको व्यवस्थित कार्यक्रमको सूची तथा ढाँचालाई नीति तथा कार्यक्रम भनिन्छ । जनसङ्ख्यालाई व्यवस्थित गर्नका लागि तयार पारिएको योजनाबद्ध कार्यक्रमलाई नै जनसङ्ख्या नीति भनिन्छ । संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय जनसङ्ख्या आयोगले सन् १९७३ मा जनसङ्ख्या नीतिलाई यसप्रकार परिभाषित गरेको छ " आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक, जनसाङ्ख्यिक र अन्य सामूहिक लक्ष्यहरू प्राप्त गर्नका लागि जनसाङ्ख्यिकीय विशेषताहरूलाई प्रभाव पार्न तर्जुमा गरिएका मापन तथा कार्यक्रमलाई जनसङ्ख्या नीति भनिन्छ"(Population policies and programmes are designed to contribute the achievement of the social, economic, political, demographic and other collective goals through affecting critical demographic variables such as size, growths, its geographical distribution and other demographic characteristics) .

दीर्घकालीन रूपमा जनसङ्ख्या व्यवस्थापन बदलिँदो विश्व परिवेशमा दिगो विकासका निर्धारित लक्ष्यहरू प्राप्त गर्न जनसङ्ख्यासम्बन्धी नीतिको मुख्य भूमिका रहने गर्दछ । राज्यले चाहेअनुरूपको विकास गर्न तथा जनसङ्ख्या व्यावस्थापन गरी यसअनुसारको योजना, उपायहरू बनाई समृद्ध राज्यको निर्माण गर्ने लक्ष्य प्राप्त गर्न जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रम कोसेढुङ्गा मानिन्छ ।

२.२ जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रम (Population Policy and Programme)

जनसङ्ख्याको आकार, वृद्धिदर तथा बनावटका कारणले देशको सम्पूर्ण आर्थिक, सामाजिक तथा राजनीतिक क्रियाकलापमा प्रभाव पार्दछ । जुनसुकै देशमा पनि विकासका लागि योजनाहरू तर्जुमा गर्दा जनसाङ्ख्यिकीय पक्षहरूलाई केन्द्रबिन्दुमा राख्ने गरिन्छ । विकास निमार्णका वा अन्य जुनसुकै योजनाहरूको पनि सफल कार्यवन्यनका लागि देशमा रहेको भौगोलिकताका आधारमा जनसङ्ख्याको स्थितिका आधारमा जनसङ्ख्यासम्बन्धी राष्ट्रिय नीति तथा कार्यक्रम तर्जुमा गरिन्छ ।

राष्ट्रिय जनसङ्ख्या नीति भनेको लक्ष्यअनुसारको उपलब्धि हासिल गर्नका लागि बनाइएको विस्तृत विवरण हो तर कार्यक्रम भन्नाले निर्धारण गरिएका लक्ष्यलाई हासिल गर्न बनाइने कार्यनीति वा योजना हो । जसको पृष्ठभूमिमा रहेको जनसङ्ख्याको जन्म, मृत्यु बसाइँसराइ, आकार र वितरण जस्ता जनसङ्ख्याका विषयवस्तुमा असर र प्रभाव पारिरहेको हुन्छ । यसरी जनसङ्ख्यामा पार्ने प्रभावलाई महसुस गरी नेपालको पञ्चवर्षीय योजनाको सुरुवातदेखि नै कुनै न कुनै रूपमा जनसङ्ख्या नीति तथा सोहीअनुसार कार्यक्रम गर्न अवलम्बन भएको पाइन्छ ।

२.३ नेपालमा जनसङ्ख्या तथा वातावरण मन्त्रालयको गठन तथा यसपछिका उपलब्धि

नेपालमा योजनाबद्ध विकासका कार्यक्रमहरूको सुरुआत भएपछि मात्र जनसङ्ख्या कार्यक्रमको नीति तथा कार्यक्रम औपचारिक रूपमा आएको पाइन्छ । विश्वमा सन् १९७० को दशकमा मात्र जनसङ्ख्या शिक्षाको महत्त्व बढ्दै गएको पाइन्छ । नेपालमा औपचारिक रूपले सन् १९८१ मा जनसङ्ख्या शिक्षा कार्यक्रम लागु भएको पाइन्छ । वि.स. २०५२ सालमा जनसङ्ख्या तथा वातारण मन्त्रालयको गठन भएपछि मात्र जनसङ्ख्या व्यवस्थापनप्रति चासो बढेको पाइन्छ । वि. स. २०५६ मा विश्व जनसङ्ख्या दिवसको दिन पारी यस मन्त्रालयले जनसङ्ख्या व्यवस्थापनसम्बन्धी योजनाबद्ध प्रयासको थालनी गरको थियो । सोही जनसङ्ख्या व्यवस्थापनको अवधारणाअनुसार यो मन्त्रालय स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या हुँदा पनि जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका कार्यक्रमले निरन्तरता पाइरहेको छ । हाल आएर (२०७५ साल पछि) मन्त्रालयको सङ्ख्या समायोजन हुँदा स्वास्थ्य मन्त्रालयमा जनसङ्ख्या समायोजन गरी स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय कायम गरिएको छ । जनसङ्ख्या महाशाखालाई जनसङ्ख्या व्यावस्थापनका कार्यक्रम सञ्चालन गर्ने जिम्मेवारी दिइएको छ । उच्च रहेको जनसङ्ख्या वृद्धि दरलाई न्यूनीकरण गर्न विभिन्न प्रयासहरू भएको पाइन्छ । नवजात शिशु मृत्यु दर, बाल मृत्युदर, पाँच वर्षमुनिका बालबालिकाको मृत्यु दर, मातृमृत्यु अनुपात जस्ता सूचकहरूमा सुधार ल्याउन उल्लेख्य मात्रामा कार्यक्रम सञ्चालन गरिएको छ ।

स्वास्थ्यसम्बन्धी सचेतनामुलक कार्यक्रमहरू निर्माण र सञ्चालन, विभिन्न प्राण घातक रोगहरू जस्तै: HIV तथा AIDS बाट बच्न सचेतनामूलक कार्यक्रम सञ्चालन गर्दै आएको छ । यसका साथै जन्मान्तरमा जन्म निरोधका लागि परिवार नियोजनसम्बन्धी अस्थायी/स्थायी साधनको प्रयोगमा जोड, गर्भावस्थामा र बच्चा जन्मिसकेपछि दिइने सुइको महत्त्व र यसको सहज उपलब्धता, किशोरावस्थासम्बन्धी विभिन्न स्वास्थ्य कार्यक्रमहरू सञ्चालनसम्बन्धी कार्यक्रमहरू सञ्चालन हुँदै आएका छन् । त्यसैले उल्लिखित कार्यक्रमहरूलाई मन्त्रालयको उपलब्धिका रूपमा लिन सकिन्छ ।

२.४ नेपालमा जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रम र वर्तमान अवस्था (Population Policies, Programme and Present Situation in Nepal)

आफ्नो देशको जनसङ्ख्यालाई निश्चित लक्ष्यमा राख्नका लागि तयार पारिएका कार्यहरू नै जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रम हुन् । देशमा भएको जनसङ्ख्याको आकार, वितरण, संरचना, बनोटलाई व्यवस्थित गर्ने र यसबाट पर्ने आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक तथा भौगोलिक असरहरूका बारेमा अध्ययन गरी व्यवस्थित गर्ने कार्ययोजना जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रममा पर्दछ ।

जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रमका माध्यमबाट जनसङ्ख्यामा प्रभाव पार्ने तत्त्वहरूको प्रभावकारी व्यवस्थापन र यसका माध्यमबाट विकासका आयमहरू जनसङ्ख्यासँग जोडेर नीति तथा कार्यक्रम निमार्ण गरिएको छ । विकाससँग जनसङ्ख्या, स्वास्थ्य, शिक्षा तथा वातावरणसँग समन्वय गरी एकीकृत विकास गर्न विभिन्न

निकायसँग सहकार्य गरी नेपालका नीति तथा कार्यक्रममा तय गरिएको देखिन्छ । जनसङ्ख्या र विकासका सूचाङ्कहरूको व्यवस्थापनका लागि अपनाउँदै आएको योजनाबद्ध प्रयासलाई हालसम्म भएका सकारात्मक उपलब्धिहरूका रूपमा निम्नानुसार उल्लेख गरिन्छ ।

२.४.१ परिवार नियोजन कार्यक्रमको वर्तमान अवस्था (Present Situation of Family Planning Programme)

परिवार नियोजन कार्यक्रम जनसङ्ख्या नियन्त्रण तथा व्यवस्थापन गर्ने कार्यक्रममध्ये एक महत्त्वपुर्ण कार्यक्रम हो । विवाहित दम्पतीले आफ्नो इच्छाअनुसार प्रथम बच्चा जन्माउन तथा प्रथम बच्चा जन्मेपछि अर्को बच्चाबिचको जन्मान्तर आफूले नै चाहेअनुसार बनाउन परिवार नियोजन कार्यक्रम निकै सहयोगी देखिन्छ । यसै गरी परिवार नियोजन कार्यक्रमका माध्यमबाट नै सचेतना फैलाई अनिच्छित गर्भलाई रोक्न तथा सन्तानको रहर पुगिसकेका दम्पतीले स्थायी रूपमा नै बच्चा नजन्माउनका लागि पनि यो कार्यक्रम निकै प्रभावकारी मानिन्छ ।

मानिसमा यौन प्रवृत्ति अपरिहार्य रहेको हुन्छ । यसको प्रभाव उमेरअनुसार फरक फरक रहेको पाइन्छ । कतिपय अवस्थामा विवाहित दम्पतीले पनि सुनियोजित रूपमा परिवार नियोजनका साधनहरू प्रयोग गर्न नसकेको अवस्था देखिन्छ । जसले गर्दा अनिच्छित गर्भ रहन गई पारिवारिक समस्या उत्पन्न हुन सक्छ । त्यसैले प्रत्येक व्यक्तिले परिवार नियोजनसम्बन्धी कार्यक्रमको जानकारी लिई यसको महत्त्व बुझ्न आवश्यक रहेको देखिन्छ ।

जनसङ्ख्यासम्बन्धी कार्यक्रमहरूलाई सम्बोधन गर्न पञ्चवर्षीय योजनाहरू थालनी गरिएको छ । तेस्रो पञ्चवर्षीय योजना (वि.स. २०३२-२०३७) बाट मात्र जनसङ्ख्यासम्बन्धी कार्यक्रमहरू समावेश गरिएको हो । हाल नेपालमा पन्ध्रौं योजनाका लागि आधारपत्र तयार भइसकेको छ । नेपालमा पहिलो पटक जनसङ्ख्या नियन्त्रणका लागि चासो राख्दै सन् १९५८ मा परिवार नियोजन सङ्घको स्थापना भयो र यसलाई सरकारले सन् १९६५ मा मात्र औपचारिक रूपमा स्वीकार गरेको पाइन्छ ।

नेपालमा परिवार नियोजनका अस्थायी साधनहरूको प्रयोग लामो समयदेखि गरिँदै आएको छ । परिवार नियोजनका साधनहरू पनि स्थायी र अस्थायी गरी दुई प्रकारका हुन्छन् । नेपाल जनसाङ्ख्यिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०१६ को प्रतिवेदनअनुसार नेपालमा परिवार नियोजनका साधनको प्रयोग गर्ने विवाहित महिलाहरू ५३ प्रतिशत रहेका छन् । सोही प्रतिवेदनअनुसार १५ प्रतिशत मात्र विवाहित किशोरीहरू (१५-१९ वर्षका) ले आधुनिक परिवार नियोजनका साधनको प्रयोग गर्दै आएको पाइन्छ ।

तालिका २.१: परिवार नियोजनका साधन प्रयोगको वर्तमान अवस्था

सर्वेक्षण वर्ष	कृत्रिम साधनको प्रयोग प्रतिशत /आधुनिक विधि	प्राकृतिक साधनको प्रयोग प्रतिशत /परम्परागत विधि	कुल प्रतिशत
१९९६[१]	२६	३	२९
२००१[२]	३५	४	३९
२००६[३]	४४	४	४८
२०११[३]	४३	७	५०
२०१६[४]	४३	१०	५३

स्रोत : १. प्रधान र साथीहरू, सन् १९९६; २. स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्युएरा र ओर्क म्याक्रो, सन् २००१; ३. स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, नेपाल, न्युएरा र म्याक्रो इन्टरनेसनल इन्क, सन् २००७ र २०१२; ४. स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्युएरा र आइसिएफ, सन् २०१७ ।

नेपालमा ५६ प्रतिशत महिलाहरू आफ्नो मागअनुसारको परिवार नियोजनका आधुनिक साधन/सेवाहरूको प्रयोगमा सन्तुष्ट रहेको व्यहोरा नेपाल जनसाङ्ख्यिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०१६ ले देखाएको छ । महिलाहरू जसले ढिलो गरी बच्चा जन्माउने वा थप बच्चा नजन्माउने भन्नु उनीहरूमा परिवार नियोजनको माग (Demand) हुनु हो । नेपाल स्वास्थ्य सर्वेक्षणले परिवार नियोजनसँग सम्बन्धी अध्ययन गर्दै आएको छ । विभिन्न समयमा नेपाल स्वास्थ्य सर्वेक्षणको प्रतिवेदनअनुसार सन् १९९६ पछि परिवार नियोजन साधन प्रयोगकर्ताको दर वृद्धि भएको छ जबकि पूरा नभएको माग सन् १९९६ को ३२ प्रतिशत बाट सन् २०१६ मा २४ प्रतिशतमा झरेको छ ।

२.२.२ शिशु तथा बालमृत्यु दरको प्रवृत्ति (Trend of Infant Rate and Child Mortality Rate)

शिशु र बाल मृत्यु दर फरक फरक विषयहरू हुन् । यसलाई सर्वप्रथम शिशु भन्नाले एक वर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिकाहरूलाई बुझाउँछ । कुनै एक वर्षमा कुनै खास ठाउँमा निश्चित समयभित्र जीवित जन्मेका एक हजार शिशुहरूमध्ये सोही अवधिभित्र एक वर्षको उमेर नपुग्दै हुने मृत्युलाई नै शिशु मुत्युदर भनिन्छ । शिशु मृत्युदरलाई पनि दुई प्रकारमा विभाजन गरी अध्ययन गरिएको पाइन्छ, जुन निम्नानुसार छन् :

(क) नवजात शिशुमृत्युदर (Neonatal Mortality Rate): नवजात शिशु भन्नाले जीवित जन्म भएको ४ हप्ता वा २८ दिन पूरा नभएका शिशुहरूलाई बुझाउँछ । निश्चित समयमा निश्चित ठाउँमा जीवित जन्मेका प्रति हजार शिशुहरूमध्ये चार हप्ता वा २८ दिन नपुग्दै मृत्यु भएका शिशुहरूको मृत्युलाई नवजात शिशु मृत्युदर भनिन्छ ।

(ख) नवजात पछिको शिशु मृत्युदर (Post–Neonatal Mortality Rate): उप्रान्त नवजात शिशु भन्नाले जीवित जन्म भएको ४ हप्ता पूरा भएको वा २८ दिन पूरा भएका शिशुहरूलाई बुझाउँछ । निश्चित समयमा निश्चित ठाउँमा जीवित जन्मेका प्रति हजार शिशुहरूमध्ये चार हप्ता वा २८ दिन पूरा भएको तथा एक वर्ष पूरा नहुदै हुने शिशुको मृत्युलाई उप्रान्त नवजात शिशु मृत्युदर भनिन्छ ।

यस्तैगरी बाल मृत्युदर भन्नाले एक वर्ष पूरा भएका तर पाँच वर्ष उमेर नभएका अथवा १ वर्षदेखि ४ वर्षसम्मका केटाकेटीहरूलाई बालक भनिन्छ । निश्चित समयमा निश्चित ठाउँमा प्रतिहजार जीवित जन्म मा एक वर्ष पूरा भएका तथा पाँच वर्ष नभएका वा १ वर्ष देखि ४ वर्षको उमेर समूहमा हुने बालबालिकाको मृत्युलाई बाल मृत्युदर भनिन्छ । बाल मृत्यु सन् १९९६ देखि निरन्तर रूपमा घटदै गएको छ । सन् १९९६ मा शिशु मृत्युदर प्रति १,००० जीवित जन्ममा ७८ बाट आधाभन्दा बढी घटेर सन् २०१६ मा ३२ मा झरेको छ । सोही अवधिमा ५ वर्षमुनिका बालबालिकाको मृत्युदर पनि प्रति १००० जन्ममा ११८ बाट तीन गुणा घटेर ३९ मा झरेको छ ।

तालिका २.२: नेपालमा शिशु मृत्युदर र बाल मृत्युदरको प्रवृत्ति

सर्वेक्षण वर्ष (सन्)	शिशु मृत्युदर (प्रतिहजारमा)	(बाल मृत्युदर प्रतिहजारमा)
१९९६[१]	७८	५०
२००१[२]	६४	३९
२००६[३]	४८	३३
२०११[३]	४६	३३
२०१६[४]	३२	२१

स्रोत : १. प्रधान र साथीहरू, सन् १९९६ २. स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्युएरा र ओर्क म्याक्रो, सन् २००१ ३. स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, न्युएरा र म्याक्रो इन्टरनेसनल इन्क, सन् २००७ र २०१२ ४. स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्युएरा र आइसिएफ, सन् २०१७ ।

(ग) मातृ मृत्यु अनुपातको विगत र वर्तमान अवस्था (Trend of Maternal Mortality Ratio)

गर्भावस्था, प्रसवै अवस्था र सुत्केरीपछिको ४२ दिनभित्र प्रजनन तथा प्रसवैसम्बन्धी जटिलताका कारण आमाको मृत्यु हुन्छ भने त्यस प्रकारको मृत्युलाई मातृ मृत्यु भनिन्छ । तर कुनै दुर्घटना, प्राकृतिक प्रकोप वा अन्य प्रकारको बिरामी तथा हिंसाका कारणले सो अवधिमा मृत्यु हुने आमाहरूको सङ्ख्यालाई मातृ मृत्यु अनुपातअन्तर्गत समावेश गरिँदैन । नेपालमा सन् १९९६ मा प्रति लाखमा महिलामा ५३९ रहेको थियो । यो अनुपात सन् २०१६ सम्ममा घटेर २३९ प्रतिलाख रहेको नेपाल स्वास्थ्य सर्वेक्षणको प्रतिवेदनले देखाएको छ ।

तालिका २.३: नेपालमा मातृमृत्यु अनुपातको प्रवृत्ति

सर्वेक्षण वर्ष (सन्)	मातृमृत्यु अनुपात (प्रति १००००० मा)
१९९६[1]	५४३
२००६[2]	२८१
२०१६[3]	२३९

स्रोत : १. प्रधान र साथीहरू, सन् १९९६, २. स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्युएरा र ओर्क म्याक्रो, सन् २००१, ३. स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्युएरा र आइसिएफ, सन् २०१७ ।

(घ) कुल प्रजनन दरको वर्तमान अवस्था (Trend of Total Fertility Rate)

सामान्यतया कुल प्रजनन दर भन्नाले प्रजनन योग्य उमेर समूह (१५-४९ वर्ष) एउटा महिलाले कुल जीवित जन्माउने बच्चाहरूको सङ्ख्यालाई जनाउँछ । नेपालको कुल प्रजनन दर सन् २०१६ मा नेपाल स्वास्थ्य सर्वेक्षण प्रतिवेदनअनुसार २.३ रहेको छ । नेपालमा प्रजनन दरको अवस्थालाई निम्नअनुसार रहेको छ ।

तालिका २.४: नेपालमा कुल प्रजनन दरको प्रवृत्ति

सर्वेक्षण वर्ष (सन्)	कुल प्रजनन दर
१९९६[1]	४.६
२००१[2]	४.१
२००६[3]	३.१
२०११[3]	२.६
२०१६[4]	२.३

स्रोत : १. प्रधान र साथीहरू, सन् १९९६, २. स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्युएरा र ओर्क म्याक्रो, सन् २००१, ३. स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, नेपाल, न्युएरा र म्याक्रो इन्टरनेसनल इन्क, सन् २००७ र २०१२; ४. स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्युएरा र आइसिएफ, सन् २०१७ ।

२.४ नेपालमा जनसङ्ख्या नीतिको वर्तमान अवस्था (Current Status of Population Policy in Nepal)

हाल नेपालको जनसाङ्ख्यिक विशेषतामा किशोरकिशोरी तथा युवावर्गको बाहुल्य, ज्येष्ठ नागरिकहरूको सङ्ख्यामा क्रमश वृद्धि, भौगोलिक रूपमा जनसङ्ख्याको असमान वितरण जस्ता पक्षहरू रहेका छन् । वि.स. २०६८ सालको जनगणनाअनुसार नेपालको कुल जनसङ्ख्यामध्ये १४ वर्षसम्मको जनसङ्ख्या ३५ प्रतिशत, १० वर्षदेखि १९ वर्षका किशोरकिशोरी २४ प्रतिशत, १५ देखि २४ वर्षका युवा २० प्रतिशत, १५ देखि ५९ वर्षका वयस्क ५६ प्रतिशत तथा ६० वर्ष माथिका जेष्ठ नागरिक ८.१ प्रतिशत रहेको देखाइएको छ ।

नेपालको जनसङ्ख्यासम्बन्धी विविध पक्षहरूका समस्या समाधान गर्न स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालयले राष्ट्रिय जनसङ्ख्या नीति २०७१ निर्माण गरेको छ । राष्ट्रिय जनसङ्ख्या नीति २०७१ ले निम्न लक्ष्य, उद्देश्य र नीतिहरू अवलम्बन गरेको छ ।

२.४.१ जनसङ्ख्या नीतिका लक्ष्य

१. जनसङ्ख्याका सवालहरूलाई विकास एकीकरण गर्दै सबै नागरिकको जीवनमा गुणस्तरीय सुधार ल्याउने, प्रजनन स्वास्थ्य तथा प्रजननसम्बन्धी मौलिक अधिकारलाई सुनिश्चित गर्ने र जनसङ्ख्या व्यवस्थापनमा लैङ्गिक समानता तथा सामाजिक समावेशीकरणलाई प्रवर्धन गर्ने यस नीतिको लक्ष्य रहेको छ ।

२. सहस्राब्दी विकास लक्ष्य तथा दिगो विकास लक्ष्यसमेतलाई ध्यानमा राखी यो नीति कार्यवन्यनमा आएपछि बिस वर्षभित्रमा (वि.स. २०९०) नेपालले हासिल गर्ने लक्ष्य देहायअनुसार निर्धारण गरिएको छ ।

तालिका २.५: जनसङ्ख्यासम्बन्धी सूचकहरूका आगामी बिस वर्ष (२०७१-२०९०) का लागि लक्ष्य

सि.न.	सूचक		लक्षित वर्ष (वि.स.२०९०)
१.	कुल प्रजनन दर प्रति महिला		२.१
२.	वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर		१.१
३.	कोरा मृत्युदर प्रतिहजार		५.०
४.	शिशु मृत्युदर प्रतिहजार जीवित जन्म		२५
५.	औसत आयु	महिला	७६
		पुरुष	७४
		दुवै	७५
६.	परिवारको औसत आकार		४.१
७.	अनुपस्थित जनसङ्ख्या प्रतिशत		५.०
८.	साक्षरता प्रतिशत दश वर्षमाथिको जनसङ्ख्या		९५
९.	परिवार नियोजन साधनमा पहुँच हुने सम्भाव्य दम्पती		९०
१०.	सहरी जनसङ्ख्या प्रतिशत		६०

स्रोत : राष्ट्रिय जनसङ्ख्या नीति २०७१

२.४.२ नीतिका उद्देश्यहरू

१. जनसङ्ख्या र विकासबिच तादाम्यता कायम गरी जनसङ्ख्या व्यवस्थापनलाई समग्र विकासको अभिन्न अङ्गका रूपमा विकास गर्ने

२. यौनिक र प्रजनन स्वास्थ्य, परिवार नियोजन जस्ता सेवाहरूलाई अधिकारमुखी कार्यक्रमका रूपमा विकास गर्ने

३. स्वस्थ जीवनयापनका लागि स्वास्थ्य सेवा प्रवाहलाई गुणस्तरीय बनाउने

४. बाह्य तथा आन्तरिक बसाइँसराइ र सहरीकरणलाई व्यवस्थित गर्ने

५. लैङ्गिक समानता तथा सामाजिक समावेशीकरणलाई विकासका सबै आयामहरूमा समाहित गर्ने

६. जनसाङ्ख्यिक तथ्याङ्क व्यवस्थापन, अध्ययन, अनुसन्धान, सर्वेक्षण र विश्लेषण गर्ने कार्यलाई व्यवस्थित र प्रभावकारी बनाउने

७. राष्ट्रिय उत्पादकत्व वृद्धिका लागि सक्रिय जनसङ्ख्यालाई उत्पादनशील र उद्योगमुखी बनाउने ।

२.४.३ नीतिहरू

१. जनसङ्ख्या र विकासबिच तादम्यता कायम गर्न जनसङ्ख्या व्यवस्थापनलाई समग्र विकासको अभिन्न अङ्गका रूपमा लिँदै सरोकारवाला निकायका बिचमा सम्पर्क र समन्वय स्थापित गरिने छ ।

२. यौन स्वास्थ्य, परिवार नियोजन र सुरक्षित गर्भपतनलगायतका प्रजनन स्वास्थ्य सेवालाई अधिकारमुखी कार्यक्रमका रूपमा विकास गरिने छ ।

३. स्वस्थ जीवनयापनका लागि उपयुक्त जीवनशैली एवम् वातावरणको निर्माण गरिने छ ।

४. बाह्य तथा आन्तरिक बसाइँसराइ र सहरीकरणको प्रभावकारी व्यावस्थापन गरिने छ ।

५. लैङ्गिक, यौनिक, भाषिक, आर्थिक, सामाजिक एवम् क्षेत्रीय रूपमा पछि परेका समूह र शारीरिक, मानसिक तथा बौद्धिक रूपमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरूलाई समावेशीकरण गर्दै जनसङ्ख्या र विकासमा मूलप्रवाहीकरण गर्न नीति, कानुन तथा संस्थागत व्यवस्थामा सुधार गरिने छ ।

६. जनसङ्ख्या क्षेत्रका नीति निर्माण, कार्यक्रम तर्जुमा, कार्यवन्यन, अनुगमन र मूल्याङ्कनका लागि संस्थागत संरचनाको सुदृढीकरण गरिने छ ।

७. जनसङ्ख्या तथा विकासबिचको अन्तरसम्बन्धको सूचना प्रविधिसमेतका उपयोगबाट अध्ययन अनुसन्धान र विश्लेषण गरी नीति निर्माण र कार्यक्रम तर्जुमाका लागि सरोकारवाला निकायहरूलाई पृष्ठपोषण गरिने छ ।

८. विकास आयोजन र कार्यक्रम तर्जुमा गर्दा तिनको जनसाङ्ख्यिक प्रभावकोसमेत अध्ययन गरी तिनको उपयुक्तता पुष्टि गरेर मात्र कार्यक्रम कार्यान्वयन गरिने छ ।

९. जनसङ्ख्याको लाभांश हुने हिस्सा र खास गरी युवा समूहलाई रोजगारमूलक कार्यमा उपयोग गरिने छ ।

२.५ आवधिक योजनाहरूमा जनसङ्ख्या नीति तथा कार्यक्रम (Population policies and program in periodic plans)

२.५.१ प्रथम पञ्चवर्षीय योजना (वि.स. २०१३-२०१८)

प्रथम पञ्चवर्षीय योजनामा जनसङ्ख्यासम्बन्धी उल्लेखनीय व्यावस्था नगरिए पनि घना आवादी भएको, कम आवादी भएको स्थानतिर जनसङ्ख्या वितरण गर्ने नीति अवलम्बन गरिएको थियो । यही अवधिमा बढ्दो जनसङ्ख्यालाई ध्यानमा राखी निजी क्षेत्रबाट परिवार नियोजन सङ्घको स्थापना गर्ने काम भएको थियो ।

२.५.२ दोस्रो पञ्चवर्षीय योजना (वि.स. २०१९-२०२२)

दोस्रो पञ्चवर्षीय योजनाबाट नै परिवार नियोजनलाई सरकारले औपचारिक रूपमा स्वीकार गरेको थियो । विकासका धेरैजसो आयमबाट पछाडि रहेको तथा राजनीतिक रूपमा सबै जनताहरूका अधिकारमा पहुँच भई परिवर्तनका धर्साहरू धेरै पछिबाट सुरुआत गरिएकाले पनि जनसङ्ख्या व्यावस्थापन तथा जनसङ्ख्या नीति समयमा निर्माण भई लागु हुन नसक्नु स्वाभाविकै देखिन्छ ।

२.५.३ तेस्रो पञ्चवर्षीय योजना (वि.स. २०२२-२०२७)

तेस्रो योजनामा “जनसङ्ख्या र जनशक्ति” शीर्षकभित्र जनसङ्ख्यासम्बन्धी स्पष्ट नीतिहरू समेटिएका थिए । यस योजनामा तय गरिएका नीतिहरू निम्नानुसार छन् :

(क) जन्मदर घटाउने

(ख) परिवार नियोजनसम्बन्धी शिक्षा व्यापक गर्ने

(ग) सीमित रूपमा भए पनि परिवार नियोजनका साधनहरू वितरण गर्ने

(घ) परिवार नियोजन सेवालाई विस्तार गर्नका लागि काठमाडौँ, ललितपुर र भक्तपुरमा चारओटा क्लिनिक सञ्चालनमा ल्याउने

(ङ) पहाडको केही जनसङ्ख्यालाई पूर्व पश्चिम तथा भित्री तराईका क्षेत्रहरूमा बसोबास गराउने ।

२.५.४ चौथो पञ्चवर्षीय योजना (वि.स. २०२७-२०३२)

जनसङ्ख्या वृद्धि र आर्थिक उत्पादनमा सन्तुलन ल्याई जनताको जीवनस्तर वृद्धि गराउने मुख्य उद्देश्य राखिएको थियो । यसमा पनि जनसङ्ख्या र जनशक्ति शीर्षकभित्र निम्न कुराहरू समेटिएका थिए ।

(क) जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका लागि धेरै जनघनत्व भएको ठाउँको केही जनसङ्ख्यालाई कम जनघनत्व भएको खास गरी सुदूरपश्चिम, तराई र भित्री मधेसमा बसोबास गराउने

(ख) जनसङ्ख्या वृद्धिलाई दीर्घकालीन दृष्टिकोण घटाउन शिक्षा, स्वास्थ्य, घरपरिवार आदिको सुविधा र आर्थिक विकासका विभिन्न क्षेत्रमा रोजगारीको सुविधा उपलब्ध गराउने

(ग) परिवार नियोजनका माध्यमबाट जनसङ्ख्या वृद्धिदरलाई रोक्न प्रयत्न गर्ने

(घ) १५ देखि ४५ वर्षसम्मका विवाहित दम्पतीमध्ये १५ प्रतिशतलाई परिवार नियोजन सेवा उपलब्ध गराउने ।

२.५.५ पाँचौँ पञ्चवर्षीय योजना (वि.सं. २०३२-२०३७)

(क) यो कार्यक्रमको अवधिमा विवाहित दम्पतीमध्ये ७००००० लाई परिवार नियोजन सेवा उपलब्ध गराउने

(ख) कोरा जन्मदरलाई प्रतिहजार ४० बाट ३८ मा सीमित गर्ने

(ग) शिशु मृत्युदर २०० प्रतिहजारबाट १५० कायम गर्ने ।

२.५.६ छैटौँ पञ्चवर्षीय योजना (वि.सं २०३७- २०४२)

लक्ष्य

(क) कुल प्रजनन दरलाई घटाई ६.३ बाट ५.३ प्रति महिलामा झार्ने

(ख) कुल ७५००० विवाहित दम्पतीहरूलाई परिवार नियोजन सेवा उपलब्ध गराउने

(ग) वार्षिक २.३ प्रतिशतले वृद्धि भइरहेको जनसङ्ख्यालाई छैटौँ योजना अवधिमा नियमित गर्ने

(घ) कोरा मृत्युदर १९ बाट १७ प्रतिहजारमा झार्ने

(ङ) शिशु मृत्युदर १५० बाट १३० प्रतिहजारमा झार्ने

(च) जनताको औसत आयु सरदर ४५ बाट ४८ वर्ष पुऱ्याउने ।

(छ) करिब १२५०००० गर्भवती महिलाहरूलाई टिटानस रोग विरूद्ध टिटानस टक्साइड सुई दिने ।

उद्देश्यहरू

१. तीव्र रूपमा भइरहेको जनसङ्ख्या वृद्धिदरलाई घटाउने

२. बसाइँसराइ प्रक्रियालाई व्यवस्थित बनाउने

२.५.७ सातौँ पञ्चवर्षीय योजनाहरू (वि. स. २०४२-२०४७)

लक्ष्यहरू

(क) प्रतिमहिला कुल प्रजनन दरलाई ६.१ बट ४.० मा झार्ने

(ख) औसत आयुलाई बढाएर ५१.५ बाट ५४.५ वर्ष पुऱ्याउने

(ग) शिशु मृत्युदरलाई १११.५ बाट ९८.३ प्रतिहजारमा झार्ने

(घ) कोरा जन्मदरलाई ४१.६ बाट ३७.२ प्रतिहजारमा झार्ने

(ङ) जनसङ्ख्या वृद्धिदरलाई २.५ प्रतिशतबाट २.० प्रतिशतमा झार्ने

(च) २९ लाख २५ हजार विवाहित दम्पतीलाई परिवार नियोजन सेवा उपलब्ध गराउने ।

उद्देश्यहरू

अनियन्त्रित रूपमा वृद्धि भइरहेको जनसङ्ख्याको चापबाट जनसङ्ख्याको आकार तथा वितरणमा पर्न थालेको प्रतिकुल असरलाई कम गरी जनसङ्ख्या वृद्धि र आर्थिक विकासमा आवश्यक सन्तुलन ल्याउने ।

२.५.८ आठौँ पञ्चवर्षीय योजना वि.स. २०४९ २०५४

लक्ष्यहरू

(क) प्रति महिला कुल प्रजनन दरलाई ५.८ बाट ४.५ मा झार्ने

(ख) औसत आयु ५४.४ बाट ६१ वर्ष पुऱ्याउने

(ग) शिशु मृत्युदरलाई १०२ बाट ८० प्रतिहजारमा झार्ने

(घ) ५ वर्षमुनिको बाल मृत्युदरलाई १६५ बाट १३० प्रति हजारमा झार्ने

(ङ) मातृ मृत्युदरलाई ८५० बाट ७२० प्रति लाखमा झार्ने

(च) आन्तरिक बसाइँसराइलाई व्यवस्थित गर्ने ।

उद्देश्यहरू

जनसङ्ख्या वृद्धि, आर्थिक तथा सामाजिक विकास र वातावरणबिच आवश्यक सन्तुलन कायम गरी नेपाली जनताको आवश्यकताहरूको परिपुर्ति गर्न सघाउ पुऱ्याउने ।

२.५.९ नवौँ पञ्चवर्षीय योजना (वि.सं. २०५४/०५५-२०५८/०५९)

लक्ष्यहरू

यस योजनाको अन्तिम वर्षमा नेपालको जनसङ्ख्या २ करोड ३६ लाख ७० हजार पुग्ने र यस अवधिमा राष्ट्रिय जनसङ्ख्या वृद्धिदर प्रति वर्ष २.६३ प्रतिशतले हुने अनुमानका साथमा २० वर्षमा कुल प्रजनन दरलाई ३.०५ प्रति महिलामा ल्याउने ।

उद्देश्यहरू

१. दुई सन्तानको अवधारणाअनुरूप सानो परिवारप्रति सबै जनतालाई आर्कषित गराउने

२. आउँदो २० वर्षमा कुल प्रजनन दरलाई विस्थापन स्तरमा ल्याउन आवश्यक देखिएका विभिन्न जनसङ्ख्यासम्बन्धी विभिन्न कार्यक्रमहरू सञ्चालन गर्ने

३. परिवार नियोजनका साधनहरूका साथै मातृ शिशु स्वास्थ्यसम्बन्धी स्तरीय सेवाहरू सरल एवम् सहज रूपमा उपलब्ध गराउने

२.५.१० दशौँ पञ्चवर्षीय योजना (वि.सं. २०५९/०६०- २०६३/०६४)

आर्थिक सामाजिक रूपान्तरण गर्दै राष्ट्रको गरिबी निवारण गर्ने रणनीतिअन्तर्गत यस योजनामा जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका लागि निम्नबमोजिम उद्देश्य, लक्ष्य, नीति रणनीति तथा कार्यक्रमहरू तय गरिएका थिए ।

लक्ष्यहरू

आ.व. २०५३/०५४ को स्थित र २०५३ सालमा भएको परिवार स्वास्थ्य सर्भे (family health survey, सन् 1996) तथा त्यस अगि भएका सर्वेक्षण र जनगणनालाई आधार मानी यो योजनामा लक्ष्यहरू प्रक्षेपण गरिएको थियो ।

उद्देश्यहरू

१. सानो तथा गुणस्तरीय परिवारको विकासका माध्यमबाट जनसङ्ख्यालाई विकासका क्रियाकलापहरूमा आबद्ध गर्ने ।

२. बसाइँसराइको प्रक्रियालाई व्यवस्थित गर्ने

२.५.११ एघारौँ त्रिवर्षीय अन्तरिम योजना (वि.सं. २०६४/०६५-२०६६/०६७)

लक्ष्यहरू

लामो समयदेखि जनआन्दोलनले ग्रसित भएको देशमा भएको क्षतिलाई परिपुर्ति गर्ने उद्देश्यले बनाइएको योजना रहेको थियो । आर्थिक सामाजिक विकासमा पार्ने प्रभावको विश्लेषण गरी शान्ति सुरक्षाको स्थितिमा सुधार ल्याउने र दुगर्म एवम् विकासको दृष्टिकोणबाट पछाडि परेका क्षेत्र, समुदायहरूलाई विकासको मुलप्रवाहमा समाहित गर्दै विकास एवम् निर्माण कार्यलाई तीव्र पार्ने

उद्देश्यहरू

१. जनसङ्ख्या वृद्धिलाई घटाई गरिबी निवारणलाई टेवा दिने

२. महिला तथा पुरुषको प्रजनन तथा यौनिक स्वास्थ्य अधिकार प्रवर्धन गरी जनसङ्ख्या व्यवस्थापन प्रक्रियालाई विकासका कार्यक्रमहरूसँग आबद्ध गर्ने

३. बसाइँसराई प्रक्रियालाई व्यवस्थित गर्ने

२.५.१२ बाह्रौं त्रिवर्षीय योजना (वि.सं. २०६७/६८-२०६९/०७०)

लक्ष्यहरू

जनसङ्ख्याको उचित व्यवस्थापन गरी सबै नेपाली नागरिकलाई गुणस्तरिय जीवनयापनको अवसर सिर्जना गर्न सहयोग पुऱ्याउने ।

उद्देश्यहरू

१. सबै वर्ग, क्षेत्र र उमेरका नागरिकहरूसम्म जनसङ्ख्या सम्बन्धी चेतना तथा स्वास्थ्य प्रजनन सेवाहरूको पहुँच बढाई सन् २०२२ सम्ममा प्रजनन दर लाई प्रतिस्थापनको स्तरमा पुऱ्याउने

२. जनसङ्ख्याको सही व्यवस्थापन गर्दै देशको सन्तुलित सामाजिक तथा आर्थिक विकासमा योगदान पुऱ्याउने ।

२.५.१३ तेरौँ योजना (वि.सं. २०७०/०७१-२०७२/०७३)

लक्ष्यहरू

नेपालको जनगणना २०६८ अनुसार जनसङ्ख्याको उमेरगत संरचना जनसाङ्ख्यिक लाभांश १५-५९ उमेर समूहलाई दृष्टिगत गरी कार्यक्रमहरू निर्माण गर्ने ।

उद्देश्यहरू

जनसङ्ख्या व्यवस्थापनबाट उत्पादनशील र स्तरीय जीवनयापनको वातावरण तयार पार्ने

२.५.१४ चौधौं योजना (वि.सं. २०७३/०७४-२०७५/०७६)

लक्षित विकास हासिल गर्न यर्थाथपरक र व्यावहारिक योजना तथा सोको प्रभावकारी कार्यवन्यनको अग्रणी भूमिका रहन्छ । तेरौँ योजनामा योजना प्रक्रियालाई सूचना तथा तथ्य र प्रमाणमा आधारित, नतिजामुखी र यथार्थपरक बनाउन आवधिक योजनाको नतिजा खाका तयार गरी कार्यवन्यनमा ल्याइएको छ । त्यसैलाई मध्यनजर गर्दै चौधौं योजना निर्माण गरिएको छ ।

लक्ष्यहरू

विकास योजना, कार्यक्रम र आयोजनालाई निर्धारित समयमा सम्पन्न गर्ने ।

उद्देश्यहरू

१. योजना तर्जुमा पद्धतिलाई प्राविधिक रूपमा सबल, व्यावहारिक रूपमा कार्यवन्यन योग्य र संस्थागत रूपमा सुदृढ बनाउनु ।

२. विकास कार्यक्रम तथा आयोजनाको कार्यावन्यनका लागि कार्यन्वयन क्षमता अभिवृद्धि तथा अनुकूल वातावरण सिर्जना गर्नु ।

२.५.१५ पन्ध्रौँ योजनाको आधार पत्र (वि.सं.२०७६/०७७-२०८०/८१)

पन्ध्रौ पञ्चवर्षीय योजनाको आधारपत्रको परिच्छेद ७ मा सामाजिक क्षेत्रभित्र जनसङ्ख्यासम्बन्धी विषयवस्तुहरू समेटिएको छ, जसमा उल्लेख भएका विषयवस्तुहरू जनसङ्ख्या र बसाँइसराइ, शिक्षा, युवा, लैङ्गिक समानता तथा महिला सशक्तीकरण, बालबालिका, बृद्धा तथा अपाङ्गता भएका व्यक्तिहरू भनी समेटिएको छ ।

(क) जनसङ्ख्या र बसाँइसराइ

लक्ष्य:- जनसङ्ख्या र बसाँइसराइको उचित व्यवस्थाप गर्ने ।

उद्देश्य:- १. सबै नागरिकलाई स्वस्थ, सबल, सक्रिय बनाई औसत आयुमा वृद्धि गर्नु ।

२. बसाइँसराइ तथा सहरीकरणको व्यवस्थापन र जनसाङ्ख्यिक लाभांशको सदुपयोग गर्नु ।

३. जनसङ्ख्यासम्बन्धी अध्ययन तथा अनुसन्धानलाई संस्थागत गर्नु ।

अपेक्षित उपलब्धिहरू : मानव विकास सूचकाङ्क ०.५७४ बाट ०.६२४ पुग्ने र नागरिक सन्तुष्टिको सूचकाङ्क ४.७ बाट ५.१ पुगेको हुने छ । कुल प्रजनन दर प्रतिस्थापन स्तर (२.१) कायम भएको हुने छ । पाँच वर्षमुनिका बालबालिकाको जन्मदर्ता ५६ प्रतिशतबाट शतप्रतिशत पुगेको हुने छ । जनसङ्ख्या व्यवस्थापन सूचना प्रणालीमार्फत जनसङ्ख्याको अद्यावधिक तथ्याङ्क उपलब्ध भएको हुने छ ।

(ख) शिक्षा

लक्ष्य:- गुणस्तरीय शिक्षामार्फत सिर्जनशील मानव स्रोतको विकास गर्ने ।

उद्देश्य

१. सबै बालबालिकालाई प्रारम्भिक बालशिक्षाको अनुभवसहित आधारभूत शिक्षा अनिवार्य तथा नि:शुल्क र माध्यामिक शिक्षामा नि:शुल्क पहुँच सुनिश्चित गरी शिक्षालाई गुणस्तरीय, जीवनोपयोगी र प्रविधिमैत्री बनाउनु

२. प्राविधिक शिक्षा तथा व्यावसायिक सिप विकासमा समावेशी र समतामूलक पहुँच विस्तार र गुणस्तर सुनिश्चित गर्नु

३. पहुँच र गुणस्तर अभिवृद्धि गरी उच्च शिक्षालाई वैज्ञानिक, नवप्रर्वनात्मक, अनुसन्धानात्मक, प्रविधिमैत्री र रोजगारमूलक बनाउँदै ज्ञानमा आधारित समाज र अर्थतन्त्र निर्माण गर्नु

४. सङ्घीय संरचनाअनुरूप सबै तहका शैक्षिक प्रशसनिक निकाय र शिक्षण संस्थामा सुशासन कायम गर्नु ।

अपेक्षित उपलब्धि :- १५ वर्षमाथिको साक्षरता ५८ बाट ९० प्रतिशत पुगेको हुने, युवा साक्षरता दर ८५ बाट ९९ प्रतिशत पुगेको हुने, आधारभूत तहमा खुद भर्नादर ९२.३ बाट ९९.५ प्रतिशत र माध्यमिक तह (९-१२) मा खुद भर्नादर ४३.९ बाट ६५ पुगेको हुने छ ।

(ग) युवा

लक्ष्य :- स्वस्थ सकारात्मक सोचयुक्त उद्यमशील, अधिकारप्रति सचेत र कर्तव्यप्रति प्रतिबद्ध युवा शक्तिको विकास र परिचालन गर्ने ।

उद्देश्य

१. युवामा दक्षता र क्षमताको विकास गर्नु

२. युवालाई उद्यमशील, रोजगारमूलक र स्वरोजगार बनाउनु

३. शासकीय प्रक्रिया एवम् सामाजिक, सांस्कृतिक र आर्थिक रूपान्तरणमा युवाको सार्थक सहभागिता अभिवृद्धि गर्नु

४. युवालाई आत्मनिर्भर स्वावलम्बी र चरित्रवान् बनाउनु ।

अपेक्षित उपलब्धि :- सिपमूलक तालिम र वित्तीय स्रोतमा युवाको पहुँच वृद्धि भई मुलुकको उद्यम र व्यवसायमा युवाको संलग्नता बढेको हुने छ । युवा रोजगार र स्वरोजगारको अवस्थामा उल्लेखनीय सुधार हुनुका साथै जोखिमपूर्ण काममा विदेशिने युवाको सङ्ख्यामा सारभूत रूपमा कमी आएको हुने छ । शासकीय प्रणालीमा युवाको अर्थपूर्ण सहभागिता अभिवृद्धि भई सुशासनको प्रवर्धनमा टेवा पुगेको हुने छ । विकास निमार्ण, स्वास्थ, शिक्षा, कृषि, वातावरण र सामाजिक विकास, विपद् व्यवस्थापन कार्यमा व्यापक रूपमा स्वयम्सेवक परिचालन भएका हुने छन् ।

(घ) लैङ्गिक समानता तथा महिला सशक्तीकरण

लक्ष्य : महिलाको समान तथा अर्थपूर्ण सहभागितासहित सारभूत समानता कायम गर्ने ।

उद्देश्य

१. लैङ्गिक उत्तरदायी शासन व्यवस्थालाई संस्थागत गर्दै महिलाको सम्मानित जीवनयापनको वातावरण सुनिश्चित गर्नु

२. महिला विरूद्ध हुने सबै प्रकारका भेदभाव, हिंसा र शोषणको अन्त्य गर्नु

३. आर्थिक समृद्धि र दिगो विकासका लागि महिलाको समान अग्रसरता र नेतृत्वदायी भूमिका स्थापित गर्दै स्रोत, साधन, अवसर तथा लाभमा महिलाको समान पहुँ सुनिश्चित गर्नु ।

अपेक्षित उपलब्धि :- योजनाको अन्त्यसम्ममा लैङ्गिक विकास सूचकाङ्क ०.९२५ बाट ०.९६३ पुगेको हुने छ । जीवनकालमा शारीरिक, मानसिक वा यौन हिंसाबाट पीडित महिला २६.३ बाट १३ प्रतिशतमा घटेको हुने छ ।

बालबालिका तथा किशोरकिशोरी

लक्ष्य : बालबालिका तथा किशोरकिशोरीलाई सबै प्रकारको हिंसा, दुर्व्यवहार र शोषणबाट मुक्त गराउँदै उनीहरूको हक अधिकार संरक्षण तथा प्रवर्धन गरी राष्ट्र निमार्ण गर्न सक्ने योग्य र सक्षम नागरिकका रूपमा विकास गर्ने ।

उद्देश्य

१. बालबालिका तथा किशोरकिशोरीको अधिकारको संरक्षण र प्रवर्धन गर्नु

२. बालबालिका तथा किशोरकिशोरीमैत्री वातावरण सिर्जना गर्नु

३. बालबालिका तथा किशोरकिशोरी विरुद्ध हुने शारीरिक र मानसिकलगायत सबै प्रकारका हिंसा, विभेद, दुर्व्यवहार, शोषण र उपेक्षाको अन्त्य गर्नु

अपेक्षित उपलब्धि :- सरकारका तीन तहमा बालअधिकार संरक्षण तथा सम्बद्धासम्बन्धी नीति, कानुन, योजना तथा कार्यक्रम र मापदण्ड कार्यान्वयन भएको हुने, विशेष संरक्षणको आवश्यकता भएका बालबालिकाको अधिकार संरक्षण भएको हुने, बालबालिकाको शिक्षा, पोषण र स्वास्थ्यसम्बन्धी सेवा सुविधामा पहुँच पुगेको हुने, बालबालिका विरुद्ध हुने सबै प्रकारका शारीरिक र मानसिक शोषण, हिंसा र दुर्व्यवहार उल्लेख्य रूपमा न्यूनीकरण भएको हुने, सरकारी निकाय, संस्था, बाबुआमा तथा संरक्षकको बालबालिकाप्रतिको दायित्व अभिवृद्धि भएको हुने र बालबालिका खोजतलास न. १०४ र बाल हेल्पलाइन १०९८ प्रभावकारी रूपमा सञ्चालन भएको हुने छ ।

(ङ) ज्येष्ठ नागरिक

लक्ष्य :- ज्येष्ठ नागरिकको जीवन सम्मानित, सुरक्षित र व्यवस्थित बनाई उनीहरूको ज्ञान, सिप र अनुभवलाई राष्ट्रले समृद्धिका लागि उपयोग गर्ने ।

उद्देश्य

१. पारिवारिक, आर्थिक र कानुनी संरक्षणका माध्यमबाट ज्येष्ठ नागरिकको हक अधिकारको संरक्षण र प्रवर्धन गर्नु

२. ज्येष्ठ नागरिकलाई आवश्यक सेवा सुविधा उपलब्ध गराउनु

३. ज्येष्ठ नागरिकको ज्ञान, सिप र अनुभवलाई आर्थिक सामाजिक रूपान्तरण र विकासमा उपयोग गर्नु ।

अपेक्षित उपलब्धि :- ज्येष्ठ नागरिकहरूको ज्ञान, सिप र अनुभवको सामाजिक विकास र पूर्वाधार निमार्णमा उपयोग भएको हुने, असहाय, अशक्त र परित्यक्त ज्येष्ठ नागरिक संरक्षित भएको हुने, ज्येष्ठ नागरिकमाथि हुने हिंसा तथा दुर्व्यवहारमा कमी आएको हुने र ज्येष्ठ नागरिक क्लब, दिवा सेवा केन्द्र एवम् आरोग्य आश्रमको स्थापना र सञ्चालन भएको हुने छ ।

(च) अपाङ्गता भएको व्यक्ति

लक्ष्य : सेवा सुविधा, साधन र स्रोतमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिको पहुँच स्थापित गरी आर्थिक सामाजिक सशक्तीकरण गर्दै सम्मानपूर्वक जीवनयापनका वातावरण सिर्जना गर्ने ।

उद्देश्य

१. अपाङ्गता भएका व्यक्तिको आर्थिक तथा सामाजिक सशक्तीकरण गर्नु

२. सबै प्रकारका अपाङ्गता भएका व्यक्तिको सहज जीवनयापनका लागि पुनर्स्थापना, स्वास्थ्योपचार र सहायक समाग्रीको व्यवस्था गर्नु

३. भौतिक संरचना, यातायात, सेवा सुविधा, साधन स्रोत, सूचना तथा सञ्चार र प्रविधिमा अपाङ्गता भएका व्यक्तिको सहज पहुँच सुनिश्चित गर्नु ।

अपेक्षित उपलब्धि :-अपाङ्गता भएका व्यक्तिका लागि आवश्यक पर्ने सेवा सुविधा सहज रूपमा उपलब्ध भएको हुने, सार्वजनिक भौतिक संरचनाहरू अपाङगमैत्री भएको हुने, अपाङगता भएका बालबालिकाको भर्नादर वृद्धि भएको हुने र अपाङ्गता भएका व्यक्ति विशेषत: पूर्ण अशक्त अपाङ्गता, अति अशक्त अपाङ्गता, अटिज्म, डाउन सिन्ड्रोम, बौद्धिक अपाङ्गता भएकाहरूका लागि शिक्षा, स्वास्थ्य सुविधासहितको पुनर्स्थापना सेवा उपलब्ध भएको हुने छ ।

२.६ किशोरावस्थाको प्रजननसम्बन्धी सरकारी नीति (Government's Efforts on Reproductive Health of Adolescents)

बाल्यावस्थाको अन्त्यदेखि वयस्क अवस्थाको प्रारम्भ नहुन्जेलसम्मको समयावधिलाई किशोरावस्था मानिन्छ । उमेरका दृष्टिकोणले आधुनिक विकासात्मक मनोविज्ञानको अनुसन्धानले १२ देखि १८ वर्षसम्मको अवधिलाई किशोरावस्थाका रूपमा ग्रहण गरेको पाइन्छ । नोप्का (Knopka- 1973) ले किशोरावस्थालाई तीन चरणमा विभाजन गरी १२ देखि २२ वर्षको उमेलाई किशोरावस्था औल्याएका छन् । यस्तै हर्लक (E.B.Herlock) ले १३ देखि १८ वर्षको उमेरलाई किशोरावस्था भनेका छन् । यसमा भिन्न विद्वानको भिन्न मत पाइन्छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले (WHO) ले १० देखि १९ वर्षको उमेरलाई किशोरावस्था भनी उल्लेख गरेको पाइन्छ ।

नेपालमा कुल प्रजननदर २.३ रहेको अवस्थामा पनि कलिलै उमेरमा आमा बन्ने गरेको तथ्याङ्क उच्च नै छ । हाल २० देखि ४९ वर्षका विवाहित महिलाहरूमध्ये नेपाल स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०१६ को प्रतिवेदनअनुसार १७ प्रतिशत किशोरीहरू (१५ देखि १९ वर्ष) बच्चा जन्माउने प्रक्रियमा रहेको, १३ प्रतिशतले बच्चा जन्माइसकेको र ४ प्रतिशतले पहिलो बच्चासहित हाल गर्भवती अवस्थामा रहेको देखाउँछ । सामान्यतया ग्रामीण भेगमा बसोवास गर्ने महिलाहरूले सानै उमेरमा पहिलो बच्चा जन्माउने गरेको पाइन्छ । प्रजनन स्वास्थ्यका दृष्टिकोणले यो निकै घातक अवस्था हो । सानै उमेरमा विवाह गर्नु, बालबच्चा जन्माउनु वा गर्भवती हुनुले महिलाको प्रजनन स्वास्थ्यमा निकै नकारात्मक असर पारिरहेको हुन्छ । आमाको उमेर कलिलैमा जन्मेका बच्चाको पनि शारीरिक तथा मानसिक वृत्तिविकास पर्याप्त नहुन पनि सक्ने हुनाले किशोरावस्थाको प्रजननलाई राम्रो मान्न सकिँदैन ।

प्रजनन स्वास्थ्यलाई सामाजिक, आर्थिक तथा सांस्कृतिक क्षेत्रअर्न्तगत बृहत् अवधारणामा राख्नुपर्दछ । प्रजनन स्वास्थ्यले प्रजनन प्रणालीलाई मात्र नभई मानिसको उमेरअनुसारको यौन विकास र आवश्यकता, शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक विकास र सम्बन्धका साथै प्रजनन प्रक्रियाबाट पर्ने सामाजिक तथा आर्थिक असरहरूको समीक्षा र समाधानलाई पनि समेट्छ । सन् १९९४ को कायरो सम्मेलनले प्रजनन स्वास्थ्यलाई अधिकारका रूपमा स्थापित गरी विकासका हरेक पक्षसँग समायोजन गर्नुपर्ने मान्यता राखेको छ । उक्त सम्मेलनले अङ्गिकार गरेको २० वर्षे कार्ययोजनामा प्रजनन स्वास्थ्यलाई आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक पक्षसँग समाहित गरी लैजानु पर्ने आवश्यकता आँल्याएको छ ।

२.६.१ राष्ट्रिय जनसङ्ख्या नीति २०७१ मा किशोरावस्थाको प्रजनन (Reproductive Health of Adolescents on National Population Policy 2071)

यस नीतिमा किशोरावस्थासम्बन्धी भनेर छुट्टै नीति बनाइएको छैन । तर पनि किशोरावस्थाको प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी निम्न विषय समावेश गरिएको छ : 'यौन स्वास्थ्य, परिवार नियोजन र सुरक्षित गर्भपतनलगायतका प्रजनन स्वास्थ्य सेवालाई अधिकारमुखी कार्यक्रमका रूपमा विकास गरिने छ' ।

यस नीतिका निम्न रणनीतिहरूले किशोरावस्थाको प्रजनन स्वास्थ्यलाई पनि समेटेको छ ।

१. सबै नागरिकलाई सुरक्षित र व्यवस्थित यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य सेवालाई अधिकारका रूपमा विकास गरी यसको पहुचँ बढाइने छ ।

२. परिवार नियोजनका साधन र यसको उपयोगबारे जानकारी एवम् गुणस्तरीय सेवा प्रदान गरिने छ ।

३. परिवार नियोजनको मागलाई पूरा गर्ने, वितरण तथा सेवाको गुणस्तर वृद्धि गर्ने, तथा उपयोगी सूचनाहरू उपयुक्त सञ्चार माध्यमबाट नियमित रूपमा स्थानीय तहसम्म प्रवाह गर्ने व्यवस्था गरिने छ ।

४. सुरक्षित गर्भपतन सेवा एवम् गर्भपतनपछिका स्याहारको पहुँच सुनिश्चित गरिने छ । गरिब र सीमान्तकृत समूहका महिलालाई यो सेवा नि:शुल्क उपलब्ध गराइने छ ।

५. आमा र शिशुको स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउन गर्भ परीक्षण, प्रसुति तथा प्रसुतिपश्चात् हुने समस्यालाई सम्बोधन गर्न गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा विस्तार गरिने छ ।

६. कम्तीमा बिस वर्ष पूरा भएपछि मात्र विवाह गर्न प्रोत्साहन गरिने छ । मनोवैज्ञानिक, सामाजिक तथा आर्थिक रूपमा सक्षम भएपछि मात्र सन्तान जन्माउने व्यवस्थालाई प्रोत्साहन गरिने छ ।

७. विवाह गर्ने उमेर बढाउन र उपयुक्त जन्मान्तरका लागि प्रभावकारी सूचना, शिक्षा, सञ्चार तथा व्यवहार परिवर्तनका लागि सञ्चारसम्बन्धी कार्यक्रमहरू सञ्चालन गरिने छ ।

दीर्घकालीन योजनामा प्रजनन स्वास्थ्यको प्रमुख उद्देश्य जनसङ्ख्याको सङ्क्रमणलाई सहजीकरण गर्नु रहने छ । किशोरकिशोरी तथा दम्पतीमा प्रजनन स्वास्थ्यको महत्त्वका बारेमा जानकारी दिलाई उचित उमेरमा विवाह गर्ने, बच्चा जन्माउने, उचित जन्मान्तर राखी थोरै बच्चा जन्माउन प्रोत्साहन गर्ने, मातृ तथा शिशु स्वास्थ्यमा विशेष ध्यान दिने जस्ता कार्यक्रमहरू योजनाले समेट्छ । नेपालको जनसङ्ख्याको दीर्घकालीन योजना (२०६७-२०८७) मा महिलाहरूको विवाहको औसत उमेर (Median) १७.२ वर्षमा हुन्छ भने २० वर्षको उमेरमा पुग्दा उनीहरू आमा भइसकेका हुन्छन् भन्ने कुराले प्रष्ट पार्दछ । यसले किशोरीको प्रजनन स्वास्थ्यमा पनि निकै प्रभाव पर्ने हुन्छ । जसले गर्दा उनीहरूले शिक्षा तथा रोजगारीको अवसर प्राप्त गर्न सक्दैनन् ।

जनसङ्ख्यासम्बन्धी दीर्घकालीन योजना २०६७-२०८७ ले योजना अवधिमा किशोरकिशोरीहरूको प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारलाई स्थापित गर्न महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्ने छ । यसअनुसार निम्नानुसारको प्रजनन स्वास्थ्य नीति अवलम्बन गर्ने जनाएको छ :

- प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको विस्तार गरी परिवार नियोजनका साधनहरूको पहुँचमा वृद्धि गर्ने
- महिलाहरूलाई गर्भवती सेवा, प्रसुति सेवा तथा पश्चप्रसुति सेवा प्रयोगका लागि प्रोत्साहित गरी मातृ तथा शिशु स्वास्थ्य अवस्थामा सुधार गर्ने
- पुरुषहरूको प्रजनन स्वास्थ्यमा सहभागिता (Male Involvement in Reproductive Health) मा वृद्धि गर्ने
- महिला तथा पुरुष औसत विवाह उमेरमा वृद्धि गर्ने र ती कार्यक्रमहरूबाट जनसङ्ख्या व्यवस्थापनलाई योगदान दिने कार्यनीति अवलम्बन गर्ने छ ।

नेपालको चौधौँ पञ्चवर्षीय योजनामा पनि किशोरावस्था १५ देखि २४ वर्ष उमेर समूहको साक्षरता दर तेरौँ योजनाको अन्त्यमा ८८.६ प्रतिशत थियो भने चौधौँ योजनाको अन्त्यसम्म ९२ प्रतिशत पुऱ्याउने लक्ष्य निर्धारण गरेको थियो ।

२.७ गर्भ पतनसम्बन्धी सरकारी नीति (Abortion Policy of Government)

नेपालमा मातृमृत्यु अनुपात विगतको समयमा निकै उच्च रहेको थियो । हाल पनि मातृमृत्यु अनुपातको अवस्था उच्च नै रहेको छ । कतिपय महिलाको गर्भकै कारण ज्यान जाने गर्दछ । नेपालमा महिला गर्भवती हुँदा र गर्भकै कारणले महिलाको ज्यान जोखिममा पर्दा पनि गर्भपतन गर्न पाउने कानुनी अधिकार थिएन । तर सन् २००२ बाट गर्भपतनलाई कानुनी मान्यता दिइएको थियो । तर लैङ्गिक विभेदका (छोरा वा छोरी भनेर छुट्याएर) दृष्टिले गर्भपतन गर्न नपाइने सरकारी नीति रहेको छ । गर्भको बच्चा छोरा वा छोरी के हो भनी छुट्याएर गर्भ पतन गर्नु कानुनी अपराध मानिन्छ । हाल नेपालमा निम्न अवस्थामा मात्र गर्भपतन गर्न पाउने कानुनी प्रावधानहरू रहेको छ :

१. महिलाको मञ्जुरीले १२ हप्तासम्मको गर्भ पतन गर्न पाउने

२. हाड नाता करणी तथा जबरजस्ती करणी भएको अवस्थामा आमाको स्वास्थ्यलाई हेरेर १८ हप्तासम्मको गर्भ पतन गर्न पाउने

३. आमाको शारीरिक र मानसिक स्वास्थ्यमा गम्भिर असर पर्ने भएमा वा गर्भमा रहेको शिशु विकलाङ्ग भएमा स्वास्थ्यकर्मीको सिफारिसमा जुनसुकै समयमा पनि तालिम प्राप्त स्वास्थ्य कर्मीबाट सुरक्षित गर्भपतन गराउन पाइने ।

जनसङ्ख्यासम्बन्धी दीर्घकालीन योजना के हो ?

- जनसङ्ख्याको बनावट, संरचना तथा वितरणलाई उपलब्ध स्रोतसापेक्ष व्यवस्थित गर्ने मार्ग निर्देशक दस्तावेज हो ।
- विद्यमान जनसङ्ख्या नीतिहरूमा रहेका कमीकमजोरीहरूको विश्लेषण तथा उपयुक्त सुझावहरू समाविष्ट दस्तावेज हो ।
- आगामी आवधिक योजनाहरूलाई मार्ग निर्देश गर्ने तथा स्रोतहरूको उचित विनियोजनमा सहयोग पुऱ्याउने दस्तावेज हो ।
- जनसङ्ख्याका विविध पक्षहरूलाई राष्ट्रिय समाजिक, आर्थिक तथा राजनीतिक विकासका आयामहरूसँग एकीकृत गरी जनसङ्ख्या व्यवस्थापनको उद्देश्य हालिस गर्ने दीर्घकालीन योजना हो ।

२.८ दीर्घकालीन जनसङ्ख्या नीति सन् २०१५-२०३४ (Long Terms Population Policy 2015-2034)

विकासका लागि चाहिने स्रोत साधनहरूमध्ये जनसङ्ख्यालाई महत्त्वपुर्ण स्रोत र विकासको परिचालक तथा साधनका रूपमा लिइन्छ । जनसङ्ख्याको संरचना, बनोट वितरण तथा परिचालनमा देशको आर्थिक,

सामाजिक, सांस्कृतिक विकासको खम्बा अडिएको हुन्छ । राम्रोसँग जनसङ्ख्या व्यवस्थापन गर्न सकिएन भने समस्याहरू थपिँदै जान सक्ने हुन्छ ।

जनसङ्ख्याका विविध पक्षहरूलाई देशको सामाजिक, आर्थिक, सांस्कृतिक तथा राजनीतिक विकासका विभिन्न आयामहरूसँग एकीकृत गरी यसको उचित व्यवस्थापन गर्नका लागि जनसङ्ख्यासम्बन्धी दीर्घकालीन सोच र योजनाको आवश्यकता पर्दछ । यस तथ्यलाई सन् १९९४ मा कायरोमा सम्पन्न "जनसङ्ख्या र विकाससम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन" ले जोड दिई सबै सम्बद्ध राष्ट्रहरूलाई जनसङ्ख्यासम्बन्धी दीर्घकालीन योजना तर्जुमा गर्न मार्गदर्शन गरेको थियो ।

नेपालमा नवौँ र दशौँ आवधिक योजनाहरू चलिरहँदा अन्तर्राष्ट्रिय स्तरमा सम्पन्न विभिन्न महत्त्वपूर्ण सम्मेलनहरू भएका थिए । सन् १९९५ मा बेइजिङमा भएको चौथो विश्व महिला सम्मेलन, सन् १९९६ मा कोपनहेगनमा सम्पन्न भएको एसिया तथा प्रशान्त क्षेत्रका देशहरूको जनसङ्ख्यासम्बन्धी सम्मेलन, सन् २००० मा न्यूयोर्कमा सम्पन्न भएको सहस्राब्दी विकास सम्मेलन र सन् २००२ मा बैङ्ककमा सम्पन्न भएको एसिया तथा प्रशान्त क्षेत्रका राष्ट्रहरूको जनसङ्ख्यासम्बन्धी सम्मेलनमा व्यक्त गरीएका प्रतिबद्धताहरूलाई कार्यान्वयनमा ल्याउन नेपाल पनि पक्ष राष्ट्र भएको नाताले जनसङ्ख्यासम्बन्धी दीर्घकालीन योजना तयार पार्नु अत्यावश्यक भयो । तद्नुरूप नेपालले नवौँ योजना अवधिदेखि नै यस क्षेत्रमा विशेष जोड दिदै आएको छ । जनसाङ्ख्यिक हिसाबले नेपाल सङ्क्रमणको तेस्रो तहमा आइपुगेको छ । यो अवस्थामा मृत्युदर घटेर न्यून स्तरमा आएको हुन्छ र प्रजननदर तीव्र रूपमा घटिरहेको हुन्छ । यसले जनसङ्ख्याको आश्रित दर घटाई उत्पादनशील उमेर समूहको जनसङ्ख्याको अनुपातमा वृद्धि हुन्छ । कुनै पनि राष्ट्रको जनसाङ्ख्यिक इतिहासमा एक पटक मात्र आउने यो अवस्थालाई जनसाङ्ख्यिक लाभांश (Demographic Dividend) पनि भनिन्छ । यो अवसरको उचित उपयोगबाट नै समुन्नत राष्ट्रको विकास हुन सक्छ । यस्तो अवस्थामा राष्ट्रले जनसङ्ख्याको उचित परिचालन र व्यवस्थापन गर्न नसके ठुलो अवसर गुम्न सक्ने देखिन्छ ।

२.८.१ नेपालमा जनसङ्ख्याको दीर्घकालीन नीतिका उद्देश्यहरू (Objectives of Long Terms Population Policy in Nepal)

नेपालको प्रमुख समस्याका रूपमा रहेको गरिबी न्यूनीकरण गरी गुणस्तरीय जीवनको प्रवर्धन गर्नु, नेपालीका आधारभूत आवश्यकताको परिपूर्ति गर्दै उनीहरूको क्षमता विकास गरी मानव विकासमा जोड दिनु, सबै प्रकारका विभेदहरूको अन्त्य गरी समतामूलक सामाजिक, आर्थिक तथा सांस्कृतिक संरचना निमार्णमा योगदान दिनु दीर्घकालीन योजनाको प्रमुख उद्देश्य रहेको छ ।

(क) यसका उद्देश्यहरू यसप्रकार छन् :

योजनाहरूको समयावधि
१. तत्कालीन- एक वर्षभन्दा कम
२. छोटो अवधि-तीन वर्षभित्र
३. मध्यम अवधि- ४ देखि १० वर्षसम्म
४. दीर्घकालीन -१० वर्षभन्दा बढी

१. जनसङ्ख्याका मुद्दाहरूलाई विकासका हरेक क्षेत्रहरूमा समावेश गर्ने

२. जनसाङ्ख्यिक सङ्क्रमणलाई निम्न माध्यमबाट सहजीकरण गर्ने

(अ) गरिब तथा जोखिमपूर्ण अवस्थामा रहेका समूहमा प्रभावकारी स्वास्थ्य सेवाको विस्तार गर्ने

(आ) प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको विस्तार गर्ने

(इ) देशव्यापी रूपमा गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवाको विस्तार गर्ने

(ई) लैङ्गिक समानता र महिला सशक्तीकरण प्रवर्धन गर्ने

(उ) विकेन्द्रित राज्य संरचना निर्माण गर्ने र जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका कार्यक्रमहरूमा समुदायको सहभागितामा जोड दिने

(उ) गरिबी निवारणका लागि सन्तुलित क्षेत्रीय आर्थिक विकासलाई सहजीकरण गर्ने

(ऋ) सानो तथा गुणस्तरीय परिवारको अवधारणालाई प्रवर्धन गर्ने

(ए) जनसङ्ख्यासँग सम्बन्धित स्थानीय सङ्कलन, व्यवस्थापन, प्रकाशन तथा सार्वजनिकीकरणलाई गुणस्तरीय, व्यापक र भरपर्दो बनाउने

(ऐ) जनसङ्ख्या व्यवस्थापन स्थानीय प्रणालीको विकास गरी कार्यान्वयन गर्ने

(ओ) जनसङ्ख्यासम्बन्धी कार्यक्रमहरूको प्रभावकारी समन्वय तथा अनुगमनका लागि कार्यान्वयन संयन्त्र र संस्थागत संरचनाको सुझाव प्रदान गर्ने ।

(ख) यस नीतिका लक्ष्यहरू

बर्सेनी नेपालमा हजारौँ महिलाहरू कम उमेरमा विवाह गर्ने तथा बच्चा जन्माउने, कम जन्मान्तर राख्ने, गर्भवती तथा सुत्केरी समयमा उचित स्याहार तथा स्वास्थ्य सेवा प्राप्त नहुने जस्ता कारणले अकालमै ज्यान गुमाउन तथा अस्वस्थ जीवन जीउन बाध्य भइरहेका छन् । महिलाहरूको स्वास्थ्यको असर बालबालिकाको शिक्षा, स्वास्थ्य तथा अन्य सामाजिक, शारीरिक तथा मानसिक विकासमा पर्न जाने देखिन्छ ।

महिलाहरूको प्रजनन स्वास्थ्यमा सुधार गर्न प्रजनन प्रक्रियामाथि उनीहरूको अधिकार स्थापित गर्नुपर्दछ । मातृमृत्यु अनुपात उच्च हुनुको प्रमुख कारण महिलाहरूले प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारको प्रयोग गर्न नपाउनु पनि हो । प्रजनन स्वास्थ्य अधिकार स्थापित हुँदा विवाह, गर्भधारण, जन्मान्तर तथा बच्चाहरूको सङ्ख्या निर्धारण गर्न महिलाहरू स्वतन्त्र हुन्छन् । फलस्वरूप उनीहरूको स्वास्थ्यमा सकारात्मक प्रभाव परिरहेको हुन्छ ।

अनिच्छित गर्भको सङ्ख्यामा कमी हुन गई प्रजनन दर घट्नुका साथै आमा तथा शिशुको स्वास्थ्यमा सुधार हुन्छ भने मातृ तथा शिशु मृत्युदर पनि कम हुन्छ । यसर्थ पनि महिलाहरूको प्रजनन स्वास्थ्यमाथिको अधिकार स्थापित गर्नु अपरिहार्य हुन्छ । प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारलाई महिलाहरूको शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारी तथा व्यक्तिगत स्वतन्त्रतासँग आबद्ध गर्नुपर्दछ ।

२.९ जनसङ्ख्यासम्बन्धी नेपालले गरेका राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धताहरू (Population Related National and International commitment of Nepal)

नेपालमा जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका लागि निकै लामो समयदेखि प्रयास भइनै रहेको भन्ने नेपालको आवधिक योजनाहरूबाट नै प्रष्ट पार्न सकिन्छ । जसमा प्रथम योजनाबाट नै जनसङ्ख्या र यसको व्यवस्थापनलाई विभिन्न कोणबाट समावेश गरिँदै आएको छ । नेपालको संविधानले पनि मौलिक हकहरू स्थापित गरेर व्यक्तिका समस्याहरूलाई संवैधानिक पाटोबाट समावेश गरिरहेको छ ।

यस्तै गरी विभिन्न समुदायहरू वा व्यक्तिका समस्या समाधान गर्न, राष्ट्रिय योजना आयोग, राष्ट्रिय महिला आयोग, राष्ट्रिय मुस्लिम आयोग, राष्ट्रिय दलित आयोग जस्ता अन्य विभिन्न अङ्गहरू तथा निकायहरूको स्थापना भएको छ । अल्पसङ्ख्यक लोपोन्मुख समुदायको संरक्षण गर्न विभिन्न कार्यक्रमहरू सञ्चालन भएको छ भने पछाडि पारिएका समूहलाई विकासको मूलधारमा समाहित गरी राज्यको स्रोत र साधनमा सबैको समान पहुँच र सहभागिता होस् भन्ने उद्देश्यले जनसङ्ख्याका आधारमा आरक्षणको पनि व्यवस्था गरिएको छ ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घको स्थापनापछि पनि सन् १९४८ मा मानव अधिकारको विश्वव्यापी घोषणापत्र जारी भयो । यसपछि मानव अधिकारको रक्षा, संरक्षण, प्रवर्धनका लागि विभिन्न अन्तराष्ट्रिय पहलकदमीहरू भएका छन् । यसपछि महिला विरुद्ध हुने सबै प्रकारका भेदभाव उन्मुलनसम्बन्धी महासन्धि १९७९, शरणार्थीसम्बन्धी संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय उच्च नियोग १९५१, सबै प्रकारको जातीय भेदभाव उन्मुलन गर्नेसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धि १९६६, आर्थिक सामाजिक तथा सांस्कृतिक अधिकारसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय अनुबन्ध १९६६ जस्ता अन्तर्राष्ट्रिय कानुनका आधारमा नेपालमा पनि विभिन्न जनसङ्ख्यासम्बन्धी कार्यक्रमहरू गरिँदै आएको छ ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय शैक्षिक, वैज्ञानिक तथा संस्कृतिक सङ्गठन (UNESCO) ले मानिसबिच समानता पारस्परिक सहयोग र मानव व्यक्तिको मर्यादाको सम्मान गर्नुपर्ने अगाडि सारेको छ । अन्तर्राष्ट्रिय श्रम सङ्गठन (ILO) ले सामाजिक न्यायका आधारमा मात्र विश्वमा शान्ति र सुरक्षा स्थापना गर्न सकिन्छ भन्ने मान्यताका साथ

मजदुर वर्गको हित संरक्षण गरी तिनीहरूको जीवनस्तर उकास्ने नीति लिएको छ । संयुक्त राष्ट्सङ्घ बालकोष (UNICEF) ले मातृशिशु कल्याण, पोषण, स्वच्छ खानेपानी, औपचारिक शिक्षा, सामुदायिक सेवामा जोड दिएको छ । एसियाली विकास बैङ्क (ADB) ले विकाशोन्मुख देशको आर्थिक र सामजिक विकासलाई प्रोत्साहित गर्ने र दक्षिण एसियाली क्षेत्रीय सहयोग सङ्गठन (SAARC) ले सार्क मुलुकका समस्याहरू समाधान गर्ने उद्देश्यले स्थापना भई नेपालको जनसङ्ख्यासम्बन्धी राष्ट्यि तथा अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धताहरू हुन् । जसले जनसङ्ख्याका विविध क्षेत्रमा टेवा पुऱ्याउँदै आएको छ ।

क्रियाकलाप

किशोरकिशोरी प्रजनन स्वास्थ्य अवस्थाका आधारमा भएका, नीति तथा कार्यक्रमको समीक्षा गर्दै कस्ता कार्यक्रमहरू थप गरेको खण्डमा किशोरकिशोरीहरूको प्रजनन स्वास्थ्य अधिकार सुरक्षित गर्न सकिन्छ, विद्यालयमा कार्यशाला गोष्ठी आयोजना गरेर प्रतिवेदन तयार पार्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको अति सङ्क्षिप्त उत्तर दिनुहोस् :

(क) नेपालमा गर्भपतनले कानुनी मान्यता कहिलेदेखि पाउन थालेको हो ?

(ख) जनसाङ्ख्यिक स्वास्थ्य सर्वेक्षण २०१६ अनुसार नेपालको कुल प्रजनन दर लेख्नुहोस् ।

(ग) किशोरावस्थाको अवधि कुन हो ?

(घ) संयुक्त राष्ट्सङ्घको स्थापना कहिले भयो ?

(ङ) “जनसङ्ख्याा र विकाससम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन” कहाँ भएको थियो ?

(च) विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले किशोरावस्था कुन उमेर समूहलाई किशोरावस्था मानेको छ ?

(छ) नेपालमा जनगणना कति कति वर्षको अन्तरालमा गरिन्छ ?

(ज) नेपालमा योजनाबद्ध विकासको थालनी कहिलेदेखि गरिएको हो ?

२. तलका प्रश्नहरूको सङ्क्षिप्त उत्तर दिनुहोस् :

(क) नेपालको जनसङ्ख्या नीति, २०७१ का उद्देश्यहरू लेख्नुहोस्

(ख) नेपालको जनसङ्ख्या नीति, २०७१ का मुख्य मुख्य विशेषता प्रष्ट पार्नुहोस् ।

(ग) नेपालको चौधौँ योजनाका उद्देश्यहरू के के रहेका छन्, लेख्नुहोस् ।

(घ) नेपालको सन्दर्भमा जनसङ्ख्यासम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय प्रतिबद्धताहरूको उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ङ) जनसाङ्ख्यिक लाभांशलाई प्रस्ट पार्नुहोस् ।

(च) शिशु तथा बालमृत्युदरमा के फरक छ ? प्रष्ट पार्नुहोस् ।

(छ) मातृमृत्यु भन्नाले के बुझिन्छ र यसको अवस्थाबारे उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ज) गर्भपतनसम्बन्धी सरकारी नीतिहरू के के छन्, लेख्नुहोस् ।

३. तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर दिनुहोस् :

(क) नेपालमा जनसङ्ख्या नीतिको सुरुआत र यसले प्राप्त गरेका उपलब्धिहरूको व्याख्या गर्दै परिवार नियोजनको अस्थायी साधनहरूको उपलब्धता र गर्भपतनसम्बन्धी नेपालमा भएका कानुनी व्यवस्थाको उल्लेख गर्नुहोस ।

(ख) किशोर किशोरीको प्रजनन स्वास्थ्य अवस्थाको व्याख्या गर्दै जनसङ्ख्या नीतिसम्बन्धी चालु योजनामा रहेका जनसङ्ख्यासम्बन्धी उद्देश्य र रणनीतिहरू लेख्नुहोस् ।

(ग) किशोरावस्था भन्नाले के बुझिन्छ ? किशोरावस्थाका प्रजननसम्बन्धी सरकारी नीतिको विवेचना गर्नुहोस् ।

(घ) नेपालमा परिवार नियोजनका साधनको प्रयोगसम्बन्धी वर्तमान अवस्था कस्तो छ, उल्लेख गर्दै शिक्षकको सहयोग लिन आफ्नो घर तथा छरछिमेकमा परिवार नियोजनका साधन प्रयोगका क्रममा आएका समस्याहरू समावेश गरी एक प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

(ङ) विषय शिक्षकसँग सहयोगमा नेपालमा अन्तर्राष्ट्रिय संस्थाले जनसङ्ख्यासम्बन्धी के कस्ता कार्यहरू गरिरहेका छन् समूहमा छलफल गरी प्रतिवेदन कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

एकाइ
३

जनसङ्ख्या परिवर्तन
(Population Change)

३.१ जनसङ्ख्या परिवर्तनमा प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू (Factors Affecting Population Change)

जनसङ्ख्या परिवर्तनमा प्रभाव पार्ने प्रमुख तत्त्व जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइ हुन् । जन्मले कुनै परिवार, समाज तथा देशको जनसङ्ख्या बढाउँछ । मृत्युले कुनै देश, समाज तथा परिवारको जनसङ्ख्या घटाउँछ । बसाइँसराइले छोडेको ठाउँको जनसङ्ख्या घटाउँछ भने बसाइसरी गएका ठाउँको जनसङ्ख्या बढाउँछ । बसाइँसराइले विश्वको कुल जनसङ्ख्या कुनै प्रभाव नभए पनि कुनै निश्चित स्थानको जनसङ्ख्याको आकारमा प्रभाव पार्दछ ।

३.१.१ जन्म/प्रजनन (Birth/Fertitity)

साधारण अर्थमा प्रजनन भन्नाले बच्चा जन्माउने प्रक्रियालाई बुझिन्छ । महिलाको उमेर १५ देखि ४९ वर्षलाई प्रजनन अवधि मानिएको छ । महिलाले उक्त अवधिमा सन्तान उत्पादन गरेको वास्तविक स्थितिलाई प्रजनन भनिन्छ । जनसाङ्ख्यिकीय दृष्टिकोणअनुसार कुनै महिला वा दम्पतीको वास्तविक सन्तान उत्पादनलाई प्रजनन भनिन्छ । प्रजननका मापन जीवित जन्मको आधारमा गरिन्छ । कुनै महिलाको प्रजनन दरको मापन उसले जन्माएका जीवित शिशुहरूका आधारमा गरिन्छ । प्रजनन दरलाई जनसङ्ख्या परिवर्तन गर्ने महत्त्वपूर्ण तत्त्वका रूपमा लिइन्छ । प्रजनन उच्च भएमा जनसङ्ख्या वृद्धिदर उच्च हुन्छ भने प्रजनन दर न्यून भएमा जनसङ्ख्या वृद्धिदर पनि न्यून हुन्छ ।

कुनै पनि महिलाले बच्चा जन्माउन सक्ने शारीरिक वा जैविक क्षमतालाई नै उर्वरता भनिन्छ । प्रजनन हुने वा नहुने भन्ने कुरा दम्पतीमा भएको उर्वरतामा भर पर्दछ । सामान्यतया १५-४९ वर्ष उमेरका महिलाहरूमा शिशु जन्माउने क्षमता हुन्छ । कुनै महिलामा जीवित शिशु जन्माउने क्षमता छ भने उसलाई उर्वरता भएकी महिला भनिन्छ । साधारणतया महिलाको उर्वरताको मापन उसको प्रत्येक महिनामा हुने रजस्वलाका आधारमा गर्न सकिन्छ । प्रजनन र उर्वरताबिचको फरकलाई निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ :

प्रजनन (Fertility)	उर्वरता (Fecundity)
कुनै महिला वा दम्पतीको वास्तविक सन्तान उत्पादनलाई प्रजनन भनिन्छ ।	कुनै पनि महिलाले बच्चा जन्माउन सक्ने शारीरिक वा जैविक क्षमतालाई उर्वरता भनिन्छ ।
प्रजननको मापन महिलाले जन्माउने जीवित शिशुका आधारमा गरिन्छ ।	उर्भरताको मापन सामान्यतया महिलाको प्रत्येक महिना हुने रजस्वलाका आधारमा गरिन्छ ।

उर्वरता वा प्रजनन क्षमता भएका महिलाबाट मात्र प्रजनन सम्भव हुन्छ ।	उर्वरता वा प्रजनन क्षमता नभएका महिलाबाट प्रजनन सम्भव हुँदैन ।
प्रजननको अभावमा पनि उर्भरता हुन्छ ।	उर्वरताको अभावमा प्रजनन सम्भव हुँदैन ।
प्रजननलाई प्रत्यक्ष रूपमा मापन गर्न सकिन्छ ।	उर्वरतालाई प्रत्यक्ष रूपमा मापन गर्न कठिनाइ हुन्छ ।
प्रजननलाई जैविक, आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक पक्षले प्रभाव पार्दछ ।	उर्वरतालाई आर्थिक, सामाजिक तथा सांस्कृतिक पक्षले प्रभाव पार्दैन । यसले जैविक पक्षलाई मात्र समेट्छ ।

१. प्रजननका निर्धारक तत्त्वहरू (Determining Factors of Fertility)

प्रजनन एक जैविक प्रक्रिया हो । सबै महिलाहरूमा प्रजनन क्षमता समान हुदैन । प्रजननलाई निर्धारण गर्ने तत्त्वहरूलाई तल उल्लेख गरिएको छ ।

(क) जैविक तत्त्वहरू (Biogical Factors)

प्रजनन एक जैविक प्रक्रिया भएकाले प्रजननमा जैविक तत्त्वहरूको भूमिका रहन्छ । प्रजननमा प्रभाव पार्ने विभिन्न जैविक तत्त्वहरूका बारेमा तल उल्लेख गरिएको छ :

(अ) उमेर (Age) : उमेर प्रजननलाई प्रभाव पार्ने प्रमुख तत्त्व हो । जनसाङ्ख्यिकी दृष्टिकोणअनुसार १५-४९ वर्षसम्मका महिलामा बच्चा जन्माउने क्षमता हुन्छ । सामान्यतया २०-३० वर्ष उमेर समूहमा प्रजनन क्षमता उच्च रहेको हुन्छ भने त्यसपछि र अघि पनि न्यून रहन्छ । रजस्वला सुरु भएपछि प्रजनन अवधि सुरु हुन्छ भने रजस्वला बन्द भएपछि प्रजनन अवधि पनि अन्त्य हुन्छ ।

(आ) वंशाणुगत गुण (Heridity): वंशाणुगत गुणले पनि प्रजननमा प्रभाव पार्दछ । कुनै महिलाका आमा तथा हजुरआमाले जुम्ल्याहा, तिम्ल्याहा बच्चा जन्माएका छन् भने त्यो गुण छोरीमा पनि रहेको पाइन्छ । त्यसैगरी प्रजननसम्बन्धी समस्या आमा तथा हजुरआमा भएमा छोरीमा पनि देखिन सक्छ ।

(इ) डिम्ब निष्काशन चक्र (Ovulation Cycle): सामान्यतया २८ दिनको फरकमा रजस्वला भएको खण्डमा रजस्वला भएको १४ दिनपछि डिम्ब निष्काशन हुन्छ । डिम्बको जीवन अवधि ४८ घण्टाको हुन्छ । यस अवधिमा डिम्ब पुरुषको शुक्रकिटसँग मिलन भएमा गर्भधारण हुन्छ । यदि ४८ घण्टाभित्र शुक्रकिटसँग मिलन भएन भने गर्भ रहँदै । यदि कम उमेरमा रजस्वला सुरु भई बढी उमेरमा अन्त्य भएमा डिम्ब निष्काशन चक्र लामो हुन्छ भने ढिलो उमेरमा रजस्वला सुरु भई कम उमेरमा बन्द भएमा डिम्ब निष्काशन चक्र छोटो हुन्छ जसले प्रजननमा प्रभाव पार्छ ।

(ई) गर्भ खेर जानु (Miscariage): गर्भ रहेको सुरुसुरुकै अवस्थामा शारीरिक दुर्वलता वा दुर्घटना आदि कारणले गर्दा गर्भ अडिन नसकी खेर जानुलाई गर्भ खेर जानु भनिन्छ । गर्भ खेर जाँदा जीवित शिशुको जन्म हुन पाउँदैन जसले गर्दा प्रजनन दरमा ह्रास आउँछ ।

(उ) स्तनपान (Breastfeeding): स्तनपान र डिम्ब निष्काशनबिच विपरीत सम्बन्ध रहेको हुन्छ । आमाले नियमित रूपमा लामो अवधिसम्म बच्चालाई धेरै पटक स्तनपान गराएको खण्डमा प्राकृतिक बाँझोपनको अवधि बढेर जान्छ जसले जन्मदरमा कमी ल्याउन सहयोग पुऱ्याउँछ । यदि नियमित रूपमा स्तनपान नगराएको खण्डमा प्राकृतिक बाँझोपनको अवधि घटन गई प्रजननदर उच्च हुने सभावना रहन्छ ।

(ख) आर्थिक तत्त्वहरू (Economic Factors)

प्रजननमा प्रभाव पार्ने विभिन्न आर्थिक तत्त्वहरूका बारेमा तल उल्लेख गरिएको छ :

(अ) सहरीकरण (Urbanization): सहरीकरण भएको ठाउँमा प्रजनन दर कम हुन्छ । सहरी भेगमा बसोबास गर्ने धेरै जसो मानिसहरू चेतनशील हुने हुनाले बढी सन्तान जन्माएमा बच्चाहरूलाई राम्रोसँग शिक्षा, स्वास्थ्य आदिको सुविधा प्रदान गर्न नसक्नेतर्फ उनीहरू सचेत हुन्छन् । ग्रामीण भेगका जनसङ्ख्या कृषिमा आश्रित हुने हुँदा कृषि कार्यमा सहयोग हुने हुँदा धेरै बच्चा जन्माउँछन् । जसले गर्दा प्रजनन दर स्वत: उच्च हुन्छ ।

(आ) पेसा (Occupation): परिवारको पेसाले पनि प्रजनन दरमा प्रभाव पार्छ । यदि परिवारका सदस्य गैरकृषि पेसामा संलग्न छन् भने उनीहरूमा रहेको चेतना स्तर र सन्तान हुर्काउने समयको अभावका कारण प्रजनन दर पनि कम हुन्छ । यसको अलावा दम्पती नै बेरोजगार वा कृषि कार्यमा संलग्न छन् भने प्रजनन दर उच्च हुन्छ ।

(इ) आय स्तर (Income Level): परिवारको आय स्तर र प्रजनन दरबिच विपरीत सम्बन्ध हुन्छ । जुन परिवार र व्यक्तिहरूको आम्दानी बढी छ र त्यहाँको प्रजनन दर कम हुन्छ तर आम्दानीको स्तर कमजोर रहेको परिवारमा प्रजनन दर उच्च हुन्छ । आय धेरै भएमा शिक्षा, स्वास्थ्यलगायत अन्य आवश्यकताहरूको परिपूर्ति सजिलै गर्न सकिने हुनाले थोरै बच्चा जन्माउँछन् । अर्कोतर्फ न्यून आय भएका परिवारमा सन्तानलाई आयस्रोतका रूपमा लिने हुनाले त्यस्तो परिवारमा धेरै बच्चा जन्माउँछन ।

(ई) रोजगारी स्तर (Employment Status): रोजगारीको स्तरले प्रजनन दरमा प्रभाव पार्दछ । रोजगारीमा संलग्न महिलाहरूको तुलनामा बेरोजगार महिलाहरूको प्रजनन दर उच्च हुन्छ । बेरोजगारी महिलाहरूले बच्चाहरूको हेरचाहमा धेरै समय दिन सक्ने हुनाले उनीहरूको प्रजनन दर उच्च हुन्छ । रोजगारीमा संलग्न महिलाहरूले बालबच्चाको हेरचाहमा धेरै समय छुट्याउन नसक्ने हुनाले प्रजनन दर न्यून हुन्छ ।

(ग) सामाजिक सांस्कृतिक तत्त्वहरू (Social – Cultural Factors)

प्रजननमा प्रभाव पार्ने विभिन्न सामाजिक सांस्कृतिक तत्त्वहरूका बारेमा तल उल्लेख गरिएको छ :

(अ) विवाहको उमेर (Age at Marriage): सामान्यतया १५-४९ वर्षको अवधिलाई महिलाको प्रजनन अवधि मानिन्छ । कम उमेरमा विवाह गर्दा महिलाको प्रजनन अवधि लामो हुने र प्रजनन दर उच्च हुने सम्भावना रहन्छ । विवाहको उमेर बढी भएमा वास्तविक प्रजनन अवधि घट्न गई जन्मदरमा कमी आउँछ । नेपालको कतिपय ग्रामीण क्षेत्रमा अन्धविश्वासका कारणले कम उमेरमा विवाह हुने गरेको छ ।

(आ) पारिवारिक संरचना (Family Structure): हाम्रो समाजमा एकल र संयुक्त गरी दुई किसिमको पारिवारिक संरचना रहेको पाइन्छ । संयुक्त परिवारमा बालबच्चा हुर्काउन तथा शिक्षा दिक्षा दिनेलगाएतका कार्यमा बाबुआमा र परिवारका अन्य सदस्यकोसमेत महत्त्वपूर्ण भूमिका रहन्छ । एकल परिवारमा बालबालिकाको रेखदेख, पालनपोषण तथा शिक्षा दीक्षालगाएत सम्पूर्ण जिम्मेवारी आमाबाबुले मात्र निर्वाह गर्नुपर्ने हुन्छ ।

(इ) परिवार नियोजनप्रतिको धारणा (Attitude towards the family planning): समाजमा परिवार नियोजनका साधनहरूको जानकारी तथा प्रयोगसम्बन्धी धारणाले प्रजननमा प्रभाव पारेको हुन्छ । नेपालका कतिपय समुदायमा अझैसम्म पनि परिवार नियोजन गर्न हुँदैन भन्ने गलत धारणा रहेको पाइन्छ । जसको परिणामस्वरूप उक्त समुदायको प्रजनन दर उच्च भएको पाइन्छ । परिवार नियोजनप्रति सकारात्मक धारणा हुनाका साथै यसको प्रयोग दर उच्च भएको समाजमा प्रजनन दर न्यून रहन्छ ।

(ई) छोराको चाहना **(Desire for Son):** अधिकांश समाजमा छोरीलाई भन्दा छोरालाई बढी महत्त्व दिने गरेको पाइन्छ । कतिपय व्यक्तिहरूले विभिन्न अन्धविश्वासका कारण छोरा नजमिउन्जेलसम्म जतिओटा छोरी जन्मिए पनि बच्चा जन्माइरहेको पाइन्छ । जसले गर्दा प्रजनन दर उच्च हुन्छ । जुन समाजमा छोरालाई अनिवार्य ठानिँदैन र छोराछोरीलाई समान रूपमा हेरिन्छ त्यो समाजमा प्रजनन दर न्यून हुन्छ ।

(उ) महिलाको स्थिति (Status of Women): जुन समाजमा महिलाको सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक र शैक्षिकस्तर उच्च रहन्छ त्यहाँ महिलाले आफ्नो निर्णय लागु गर्न सक्ने हुँदा प्रजनन दर कम हुन्छ । यदि महिलाको सामाजिक, शैक्षिक, आर्थिकस्तर राम्रो नभएमा महिलाको निर्णय गर्न सक्ने क्षमता कमजोर रहन्छ, त्यस्तो अवस्थामा प्रजनन दर बढी हुन्छ ।

(ऊ) स्वास्थ्य सुविधा (Health Facilities): स्वास्थ्य सुविधाले पनि प्रजनन दरमा प्रभाव पार्दछ । जन्मिएका बच्चाले स्वास्थ्य सुविधा राम्रोसँग लिन सक्ने अवस्था भएका प्रजनन दर कम हुन्छ । यदि स्वास्थ्यको राम्रो सुविधा नभएमा मृत्युदर उच्च हुन्छ ।

(ऋ) शैक्षिक स्तर (Educational Status): शिक्षा सामाजिक विकासको मुख्य तत्त्व हो । यदि महिलाको शैक्षिकस्तर उच्च छ भने उसलाई धेरै सन्तानको सङ्ख्याले गुणस्तरीय जीवनमा पार्ने असरबारे जानकारी हुन्छ । यसको विपरीत शैक्षिकस्तर न्यून भएका महिलाहरूलाई सन्तानको सङ्ख्याले गुणस्तरीय जीवनमा पार्ने असरबारे जानकारी नहुँदा उनीहरूको प्रजनन दर उच्च रहन्छ ।

क्रियाकलाप

तपाईंको समुदायमा माथि उल्लिखित जन्ममा प्रभाव पार्ने सामाजिक तथा सांस्कृतिक तत्त्वले जन्ममा के कसरी प्रभाव पारेको छ, अभिभावक तथा समुदायका जानकार व्यक्तिहरूलाई सोधी प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

(घ) मनोवैज्ञानिक तत्त्वहरू (Psychological Factors)

मनोवैज्ञानिक तत्त्व भन्नाले मानिसभित्र रहेको चाहना, इच्छा आदिलाई जनाउँछ । प्रजननमा प्रभाव पार्ने विभिन्न मनोवैज्ञानिक तत्त्वका बारेमा तल उल्लेख गरिएको छ :

(अ) प्रतिस्पर्धा (Competition): परिवार तथा समाजमा छोरा जन्माउने बुहारीलाई राम्रो व्यवहार गरिन्छ भन्ने गलत मनोविज्ञान भएमा अरू महिलाहरूले पनि आफूले परिवार तथा समाजमा राम्रो स्थान प्राप्त गर्न छोरा जन्माउने प्रतिस्पर्धाको भावना राख्छन् जसले गर्दा प्रजनन दर उच्च हुन्छ । जुन समाजमा त्यस्ता कुराहरू गलत हुन् भन्ने मनोविज्ञान हुन्छ । त्यस्तो समाज प्रजनन दर न्यून हुन्छ ।

(आ) परिवारको नाम राख्न (Popularity of Family): परिवारमा धेरै बच्चा भएको खण्डमा उनीहरू भविष्यमा विभिन्न पेसामा संलग्न हुन्छन् । जसले गर्दा परिवार नाम चारैतिर फैलन्छ भन्ने गलत मनोविज्ञान रहेको छ भने प्रजनन दर उच्च हुन्छ । यी कुराहरू गलत हुन् भन्ने महसुस गरेमा प्रजनन दर न्यून हुन्छ ।

(इ) पुरुषत्व (Virility): कतिपय समाजमा छिटो सन्तान जन्माउनुलाई आफ्नो पुरुषत्व सफल भएको भन्ने अन्धविश्वास रहेको पाइन्छ । विवाहपश्चात् छिटो सन्तान नजन्माउने बुहारीलाई हेला गर्ने समाज पनि रहेको पाइन्छ । धेरै सन्तान जन्माउँदा समाजमा आफ्नो मान मर्यादा र पुरुषत्व हुन्छ भन्ने गलत मनोविज्ञान भएमा प्रजनन दर उच्च हुन्छ । जुन समाजमा त्यस्ता कुराहरू गलत हुन् भन्ने मनोविज्ञान हुन्छ । त्यस्तो समाज प्रजनन दर न्यून हुन्छ ।

(ई) बाबुआमा बन्ने चाहना (Desire to be parents): विवाहित दम्पतीलाई बच्चा नजन्माए परिवार तथा समाजमा इज्जत तथा प्रतिष्ठा पाइँदैन भन्ने गलत मनोविज्ञान छ भने उनीहरूले चाँडो बाबुआमा बन्न चाहन्छन् । केही दम्पतीले अरूको बालबच्चाबाट प्रभावित भएर आफू पनि आमाबाबु बन्ने चाहना राख्छन् । जसले गर्दा प्रजनन दरमा प्रभाव पार्छ ।

(ङ) भौगोलिक तत्त्वहरू (Geographical Factors)

प्रजनन दरलाई भौगोलिक तत्त्वले पनि प्रभाव पारेको हुन्छ । सामान्यतया ग्रामीण क्षेत्रमा बसोवास गर्नेभन्दा सहरमा बसोवास गर्नेहरूको प्रजनन दर कम हुन्छ । त्यस्तै चिसो हावापानीमा बस्नेहरूको भन्दा तातो हावापानीमा बस्नेहरूको प्रजनन दर धेरै हुन्छ । चिसो हावापानीमा बस्ने महिलाहरूको रजस्वला प्रक्रिया ढिलो हुने र तातो हावापानीमा बस्नेको तुलनामा तिनीहरूमा यौन चाहना कम हुने कारण प्रजनन दर कम हुन्छ । तातो हावापानीमा बस्ने महिलाहरूको रजस्वला प्रक्रिया तुलनात्मक रूपमा छिटो हुने र यौन चाहना धेरै हुने हुँदा प्रजनन दर उच्च हुने सम्भावा रहन्छ ।

(च) राजनीतिक तत्त्वहरू (Political factors)

राजनीतिक तत्त्वले पनि प्रजनन दरलाई प्रभाव पार्दछ । राजनीतिक तत्त्वअन्तर्गत सरकारका जनसङ्ख्या सम्बन्धी नीति पर्दछन् । कुनै पनि देशको सरकारले प्रजनन सम्बन्धमा लिएका नीतिले यसलाई प्रभावित पार्दछ । यदि सरकारले प्रजनन बढाउने नीति लिएको छ भने प्रजनन दर उच्च हुन्छ । यसको विपरीत यदि सरकारले प्रजनन दर घटाउने नीति लिएको छ भने प्रजनन दर कम हुन्छ । त्यस्तै सरकारले लिने विवाहसम्बन्धी नीति, गर्भपतनसम्बन्धी व्यवस्था आदिले प्रजननमा प्रत्यक्ष प्रभाव पारेको हुन्छ ।

क्रियाकलाप

कक्षाकोठाका विद्यार्थीहरूलाई विभिन्न ६ समूहमा विभाजन गरी प्रजननका निम्नलिखित निर्धारक तत्त्वहरूका बारेमा पाठ्यपुस्तक तथा अन्य सन्दर्भसामग्री अध्ययन गरी समूह कार्य गर्न लगाई कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

(क) जैविक तत्त्व
(ख) आर्थिक तत्त्व
(ग) सामाजिक सांस्कृति तत्त्व
(घ) मनोवैज्ञानिक तत्त्व
(ङ) भौगोलिक तत्त्व
(च) राजनीतिक तत्त्व

३.१.२ मृत्यु/मरण (Death/Mortality)

जनसङ्ख्या परिवर्तनमा प्रभाव पार्ने अर्को कारक तत्त्व मृत्यु हो । मृत्युले कुनै स्थानको जनसङ्ख्या घटाउँछ । कुनै पनि जीवित प्राणीको जीवित लक्ष्यण विहिन भएको अवस्थालाई मरण भनिन्छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्घका अनुसार "कुनै पनि प्राणीको जीवित जन्म भएपश्चात् ती जीवित लक्ष्यणहरू सधैँका लागि लोप भएको अवस्थालाई मरण भनिन्छ ।" (Death is the permanent disappearance of all evidence of life at any time after birth has taken place.) जीवित जन्म मरणको पहिलो आधार हो । जीवित जन्म नभइकन मृत्यु हुँदैन । मृत्युलाई प्रत्यक्ष रूपमा मापन गर्न सकिन्छ ।

कुनै पनि जनसङ्ख्यामा देखापर्ने रोग ग्रस्तता, असहजता, दुर्वलता, अक्षमता साथै विभिन्न प्रकारका रोगहरू लाग्नु अथवा स्वास्थ्य प्रतिकूल भएको अवस्थालाई रुग्णता भनिन्छ । शारीरिक मानसिक तथा सामाजिक अवस्थाको खराबीलाई रुग्णता भनिन्छ । दैनिक खानपान, शारीरिक व्यायम स्वास्थ्य अवस्थाको खराबी रुग्णताका कारक तत्त्व मानिन्छ । रुग्णतालाई प्रत्यक्ष रूपमा मापन गर्न कठिन हुन्छ ।

१. मृत्युका निर्धारक तत्त्वहरू (Determining Factors of Mortality)

मानिसले जीवित जन्म लिएपछि एक दिन मर्दछ । यसरी मृत्यु हुनुमा विभिन्न तत्त्वले प्रभाव पारेको हुन्छ । मृत्युलाई प्रभाव पार्ने प्रमुख निर्धारक तत्त्वहरूलाई तल उल्लेख गरिएको छ ।

(क) रोगहरू (Diseases): मृत्युका विभिन्न कारणमध्ये रोग एउटा निर्धारक तत्त्व हो । विभिन्न प्रकारका रोगहरू जस्तैः बिफर, ठेउला, क्षयरोग, क्यान्सर, मधुमेह, हैजा, झाडापखला, एचआइभी र एड्स (HIV/AIDS) लगाएतका रोगहरूको प्रकोप बढी भएको ठाउँमा मृत्युदर उच्च हुन्छ भने रोगहरूको प्रकोप कम भएका ठाउँमा मृत्युदर न्यून हुन्छ ।

(ख) कुपोषण (Malnutration): शरीरमा आवश्यक पर्ने पौष्टिक तत्त्वको कमी हुनु नै कुपोषण हो । उपयुक्त पोषण तत्त्वको अभावमा शरीरको वृद्धि र विकासमा प्रभाव पर्न गई विभिन्न रोगहरूले आक्रमण गर्दा मानिसलाई मृत्युकै मुखमा पुऱ्याउँछ । विशेष गरी कुपोषणको समस्या पाँच वर्षमुनिका केटाकेटीहरूमा बढी रहेको पाइन्छ । अहिले विश्वका अल्पविकसित तथा विकासशील राष्ट्रहरूमा कुपोषण ठुलो समस्याका रूपमा रहेको छ जुन मृत्युदरलाई प्रभाव पार्ने महत्त्वपूर्ण कारक तत्त्व मानिन्छ ।

(ग) वृद्धावस्था (Ageing): यस ब्रह्माण्डमा रहेका हरेक जीवात्मा उमेर वृद्धिसँगै वृद्ध अवस्थामा पुग्छन् । मानिसलाई बढी परिश्रम, मानसिक तनाव, रोग, पोषणयुक्त खानाको अभावले चाँडै वृद्धवस्थामा पुऱ्याउँछ । वृद्धावस्थामा स्मरण शक्ति कमजोर हुने, मुटु, फोक्सो मिर्गौलाका क्रियाकलापमा कमी आउने आदि समस्या देखा पर्छन् । साथै रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतामासमेत कमी हुने हुनाले विभिन्न रोगले आक्रमण गरी मानिसलाई मृत्युको मुखमा पुऱ्याउँछ । त्यसैले अन्य उमेरको तुलनामा वृद्ध अवस्थामा मृत्युदर उच्च रहन्छ ।

(घ) स्वास्थ्य सेवा र सुविधा (Health Services and Facilities): स्वास्थ्य सेवा र सुविधाको उपलब्धताले पनि मृत्युदरलाई प्रभाव पारेको हुन्छ । प्रयाप्त मात्रामा गुणस्तरीय स्वास्थ्य सेवा उपलब्ध हुने ठाउँमा मानिसहरूले सजिलै स्वास्थ्य सेवा र सुविधा लिन सक्छन्, त्यसले मृत्युदरमा ह्रास ल्याउँछ । स्वास्थ्य सेवा र सुविधाको अभाव भएका ठाउँमा मृत्युदर उच्च हुन्छ । नेपालमा हेर्ने हो भने पनि सहरी क्षेत्रको तुलनामा ग्रामीण क्षेत्रमा मृत्युदर उच्च रहेको पाइन्छ ।

(ङ) प्राकृतिक प्रकोप (Natural Disaster): विभिन्न समयमा घटिरहने दैवी प्रकोपका कारणले पनि मृत्युदर उच्च बनाइरहेका छन् जस्तैः भूकम्प, बाढी, पहिरो, आँधीबाट मानिसको मृत्यु हुने गर्दछ । नेपालमा

वि.सं. २०७२ साल वैशाख १२ र २९ गते गएको विनासकारी भूकम्पबाट करिव ९००० मानिसको मृत्यु भएको थियो । त्यसै गरी वर्षैपिच्छे आउने बाढी तथा पहिरोका कारण हजारौँ मानिसको मृत्यु हुने गरेको छ । तसर्थ प्राकृतिक प्रकोप जहाँ बढी हुन्छ त्यहाँ मृत्युदर पनि उच्च हुन्छ ।

(च) हत्या र आत्महत्या (Homicide and Sucide): विभिन्न किसिमका व्यक्तिगत हत्या तथा सामूहिक हत्याले मृत्युदर बढाइरहेका हुन्छन् । कतिपय व्यक्तिले आफ्नो जीवनमा अपेक्षित सफलता प्राप्त गर्न नसकेपछि आत्महत्या गर्ने गर्दछन् । यसकारण हत्या तथा आत्महत्या पनि मृत्युदरमा प्रभाव पार्ने कारक तत्त्वका रूपमा रहेका छन् ।

(छ) युद्ध तथा हिंसा (War and Voilence): युद्ध तथा हिंसा पनि मृत्युदरलाई प्रभाव पार्ने कारक तत्त्व मानिन्छ । विभिन्न किसिमका हिंसात्मक घटनाहरू जस्तै : जातीय हिंसा, धार्मिक हिंसा, आत्मघाती आक्रमणले मृत्युलाई प्रभाव पार्दछ । विभिन्न देशहरूको बिचमा युद्ध हुँदा तथा गृहयुद्ध हुँदा मृत्युदर उच्च हुन्छ ।

(ज) दुर्घटना (Accidents): विभिन्न समयमा हुने दुर्घटनाका कारण पनि ठुलो सङ्ख्यामा मानिसको मृत्यु हुन्छ । जस्तै नेपालमा सडक तथा हवाई दुर्घटनाका कारणले हजारौँ व्यक्तिले ज्यान गुमाइसकेका छन् । त्यसैले दुर्घटना पनि मृत्युको एक निर्धारक तत्त्व हो ।

(झ) वातावरणीय अवस्था (Environmental Condition): वातावरणीय अवस्थाले पनि मृत्युदरमा प्रभाव पार्दछ । कुनै स्थानको हावापानी, बसोवास क्षेत्र प्रदूषित छ भने विभिन्न रोगहरूको प्रकोप बढ्न जान्छ, जसले गर्दा मृत्युदर उच्च हुन्छ । दुषित पानीका कारण टाइफाइट, हैजा, आँऊ जस्ता रोग लाग्छन् । वायु प्रदूषण भएको खण्डमा विभिन्न श्वासप्रश्वाससम्बन्धी रोगहरू लाग्छ । फलस्वरूप मृत्युदर उच्च हुन जान्छ ।

(ञ) सामाजिक आर्थिक तत्त्वहरू (Scio-Economic Factors): सामाजिक आर्थिक तत्त्वले पनि मृत्यु दरलाई प्रभाव पारेको हुन्छ । सामाजिक सांस्कृतिक अन्धविश्वास तथा धारणा रहेको समाजमा मृत्युदर उच्च रहन्छ । छोरीको कम उमेरमा विवाह गर्ने प्रचलन रहेको समाजमा महिला कलिलै उमेरमा गर्भवती हुने हुनाले आमा तथा बच्चाको मृत्युदर उच्च रहन्छ । शैक्षिक स्तरले पनि मृत्युदरलाई प्रभाव पारेको हुन्छ । शिक्षित व्यक्तिको तुलना अशिक्षित व्यक्तिहरूको मृत्युदर उच्च भएको पाइन्छ । पेसा तथा व्यवसायका आधारमा हेर्दा प्रशासनिक काम गर्ने व्यक्तिको तुलनामा शारीरिक परिश्रम गर्ने व्यक्तिहरूले बढी जोखिम वहन गर्नुपर्ने हुनाले उनीहरूको मृत्युदर उच्च हुन्छ । त्यसैगरी गरिबीले पनि मृत्युलाई प्रभाव पार्दछ । गरिब भएपछि शरीरलाई आवश्यक पर्ने पोषणयुक्त खानाको अभाव हुन जान्छ जसको परिणामस्वरूप विभिन्न रोगहरूले आक्रमण गर्दछ । त्यसैगरी गरिबीका कारण उपचार गर्न नसक्दा मृत्युदर उच्च हुन्छ । विश्वका अल्पविकसित देशमा मृत्युदर उच्च हुनाको प्रमुख कारण गरिबी हो भने विकसित देशमा मृत्युदर न्यून हुनाको कारण आर्थिक सम्पन्नता हो ।

३.१.३ बसाइँसराइ (Migration)

मानिसहरूले प्राय : बसोवास गर्दै आएको स्थान स्थायी वा अस्थायी रूपले परिवर्तन गरी एक प्रशासनिक वा भौगोलिक क्षेत्रबाट अर्को प्रशासनिक वा भौगोलिक क्षेत्रमा सर्नुलाई बसाइँसराइ भनिन्छ । प्रशासनिक वा भौगोलिक क्षेत्रको सीमाका हिसाबले बसाइँसराइलाई आन्तरिक र अन्तर्राष्ट्रिय गरी दुई भागमा बाँडिन्छ । बसाइँसराइलाई जनसङ्ख्याको परिवर्तनमा प्रभाव पार्ने एउटा महत्त्वपूर्ण कारक तत्त्व मानिन्छ । बसाइँसराइले कुनै पनि ठाउँ वा क्षेत्रको जनसङ्ख्यामा परिवर्तन ल्याउँछ ।

एउटै देशको सीमानाभित्र कुनै निश्चित भौगोलिक वा प्रशासनिक सीमाना पार गरेर एक ठाउँबाट अर्को ठाउँमा बसाइ सर्ने प्रक्रियालाई आन्तरिक बसाइँसराइ भनिन्छ । नेपालको आन्तरिक बसाइँसराइ गाउँबाट सहरी क्षेत्रतर्फ बढी केन्द्रित रहेको पाइन्छ । त्यसैगरी भौगोलिक क्षेत्रअनुसार बसाइँसराइको प्रवृत्ति हिमाली तथा पहाडी क्षेत्रबाट तराई क्षेत्रतर्फ केन्द्रित भएको पाइन्छ ।

(क) बसाइँसराइका निर्धारक तत्त्वहरू (Determining Factors of Migration)

बसाइँसराइ सामाजिक प्रक्रिया हो यसलाई विभिन्न सामाजिक परिवेश, आर्थिक विकास आदिले प्रभाव पारेका हुन्छन् । जसलाई तल बुदाँगत रूपमा उल्लेख गरिएको छ :

(अ) सामाजिक तत्त्वहरू (Social factors): कुनै पनि समाजमा रहेको चालचलन, रीतिरिवाज, विभिन्न मूल्य मान्यताहरूले मानिसहरू उद्गम स्थानबाट गन्तव्य स्थानतर्फ जान्छन् । उद्गम स्थानलाई छोड्न र गन्तव्य स्थानलाई छनोट गर्न त्यस्ता सामाजिक मूल्यमान्यता र चाल चलनले प्रेरित गरेको हुन्छ । जस्तै: नेपालको सन्दर्भमा केटी विवाहपछि केटाको घरमा गएर बस्ने गर्दछन् । कुनै मानिसको सामाजिक मर्यादा ह्रास हुँदै जाँदा आफ्नो उद्गम स्थान छाडी गन्तव्य स्थानमा बसोबास गर्न रुचाउँछन् ।

(आ) आर्थिक तत्त्वहरू (Economic factors): बसाइँसराइलाई प्रभाव पार्ने अर्को महत्त्वपूर्ण पक्ष आर्थिक तत्त्व हो । आर्थिक तत्त्व, प्रतीव्यक्ति आम्दानी, रोजगार, औद्योगिक विकास, सडक, सञ्चार, अस्पताल आदिको सुविधासँग प्रत्यक्ष सम्बन्ध रहेको हुन्छ । यस्ता पूर्वाधारहरूको विकासले आर्थिक विकासलाई सङ्केत गर्दछ । मानिसहरू आर्थिक रूपले अभाव ग्रस्त ठाउँबाट आर्थिक रूपमा सम्पन्न क्षेत्रतर्फ बसाइँ सर्दछन् । नेपालमा गाउँबाट सहरमा ठुलो सङ्ख्यामा मानिसहरू बसाइँ सर्नुका कारण आर्थिक तत्त्वलाई लिन सकिन्छ ।

(इ) राजनीतिक तत्त्वहरू (Political factors): देशको राजनीतिक अवस्थाले पनि बसाइँसराइलाई प्रभाव पार्छ । मानिसहरू हिंसा आन्तरिक द्वन्द्व, अस्थिर राजनीतिक प्रणाली भएका स्थानबाट मानिसहरू विकर्षण हुन्छन् । राजनीतिक स्थिरता र शान्त स्थानतर्फ मानिसहरू बसोवास गर्न रुचाउँछन् । यस्तो बसाइँसराइ आन्तरिक र अन्तर्राष्ट्रिय दुवै प्रकारको हुन सक्छ । वर्तमान समयमा विश्वका विभिन्न राष्ट्रहरूमा यस्तो बसाइँसराइ ज्यादै प्रचलित रहेको छ ।

(ई) प्राकृतिक तत्त्वहरू (Natural factors): प्राकृतिक तत्त्वअन्तर्गत विभिन्न प्रकारका प्राकृतिक प्रकोपहरू (Natural disaster), प्राकृतिक दुर्घटना, एवम् प्राकृतिक व्यवधान आदि पर्दछन् । जुन ठाउँमा प्राकृतिक रूपमा धेरै घटनाहरू बारम्बार घटिरहन्छन् । त्यहाँ मानवीय दुःख, कष्ट र मानवीय नरसंहार हुने हुँदा यसबाट दुःखदायी परिणाम निम्तन्छ, जस्तैः बाढी, पहिरो, सामुन्द्रिक छाल, भूकम्प, ज्वालामुखी आदि प्रभावित क्षेत्रहरूबाट मानिसहरू क्रमशः प्राकृतिक रूपले सुरक्षित स्थानतर्फ आकर्षित भइरहेका हुन्छन् । यसरी कुनै ठाउँमा देखापर्ने प्राकृतिक अवरोध वा बाधा व्यवधानले मानिसहरूलाई विकर्षण गर्दछ भने प्राकृतिक प्रकोपको दृष्टिले सुरक्षित स्थानलाई मानिसले छनोट गर्दछन् ।

(उ) धार्मिक तत्त्वहरू (Religious factors): धार्मिक तत्त्वले पनि बसाइँसराइमा प्रभाव पार्छ । धर्मको प्रयोजनका दृष्टिकोणले कुनै धार्मिक स्थल, मठमन्दिरमा जाँदा त्यहाँको शान्त, आनन्दमय वातावरणबाट मानिस प्रभावित भएर त्यहीँ बसोवास गर्न थाल्दछ । जस्तै : नेपालका रिडी, मुक्तिनाथ, पशुपति क्षेत्र, देवघाट आदि ठाउँमा धार्मिक प्रभावले प्रशस्त मानिसहरू आकर्षित भई बसोवास गरेका छन् ।

(ऊ) जनसाङ्ख्यिक तत्त्वहरू (Demographic factors): बसाइँसराइलाई जनसाङ्ख्यिक तत्त्वले प्रभाव पारेको हुन्छ । उच्च जनघनत्व भएका क्षेत्रबाट मानिसहरू कम जनसङ्ख्या भएको क्षेत्रतिर बसाइ सर्दछन् । उच्च जनघनत्व भएका क्षेत्रमा सहरी कोलाहल, प्रदूषण, महङ्गी आदि हुने हुँदा उनीहरूमा त्यस ठाउँप्रति विकर्षण पैदा हुन्छ । जनसाङ्ख्यिक तत्त्वभित्र सक्रिय सङ्ख्या बढी भएका ठाउँमा उद्गम स्थान छाड्नेको सङ्ख्या धेरै हुन्छ । बालबालिका र वृद्धाहरू भएको ठाउँमा बसाइँ सर्नेको सङ्ख्या न्यून हुन्छ । त्यस्तै युवा र युवतीको तुलनामा युवाहरू धेरै मात्रामा बसाइँसराइमा सहभागी भएका हुन्छन् । आफ्नो जात, धर्म, संस्कार, संस्कृति मिल्ने ठाउँमा मानिसहरू बसाइँ सर्दछन् ।

(ख) बसाइँसराइलाई प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू (Factors Affecting of Migration)

बसाइँसराइलाई प्रभाव पार्ने तत्त्वहरूलाई मुख्य गरी आकर्षक तत्त्व र विकर्षक तत्त्व गरी २ भागमा वर्गीकरण गरी निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ :

(अ) बसाइँसराइका आकर्षक तत्त्वहरू (Pull Factors of Migration)

बसाइँसराइमा प्रभाव पार्ने आकर्षक तत्त्वहरूले व्यक्तिलाई गन्तव्य स्थानमा जान प्रोत्साहित गर्छन् । बसाइँसराइका प्रमुख आकर्षक तत्त्वहरू निम्नानुसार छन् :

- रोजगारीको अवसरको उपलब्धता
- शिक्षा तथा स्वास्थ्य सेवा सुविधाको उपलब्धता
- औद्योगीकरण तथा सहरीकरणको विकास

- उब्जाउ योग्य कृषि भूमिको उपलब्धता
- सामाजिक सुरक्षा तथा शान्ति सुरक्षाको पूर्ण प्रत्याभूति
- यातायात तथा सञ्चारको सुविधा
- मनोरञ्जनका साधनहरूको प्रयाप्तता
- प्राकृतिक प्रकोपको सम्भावना कम हुनु
- आधुनिक सामाजिक रहनसहन आदि ।

(आ) बसाइँसराइका विकर्षक तत्त्वहरू (Push Factors of Migration)

बसाइँसराइका विकर्षक तत्त्वले व्यक्तिलाई उद्गम स्थान छोडी अन्यत्र स्थानमा गई बसोवास गर्न बाध्य बनाउँछ । बसाइँसराइका मुख्य विकर्षक तत्त्वहरू निम्नानुसार छन् :

- रोजगारीको अभाव
- शिक्षा तथा स्वास्थ्य सेवा सुविधाको अभाव
- यातायात तथा सञ्चार सुविधाको अभाव
- कृषि योग्य भूमिको अभाव
- परम्परागत सामाजिक मूल्य मान्यता
- सामाजिक सुरक्षा तथा शान्ति सुव्यवस्थाको अभाव
- मनोरञ्जनका साधनहरूको अभाव
- प्राकृतिक प्रकोप जस्ता समस्याहरू रहनु
- आधारभूत आवश्यकताको परिपुर्ति नहुनु ।

(ग) नेपालमा बसाइँसराइका परिणामहरू (Consequences of migration in Nepal)

बसाइँसराइले उद्गम स्थान र गन्तव्य स्थानमा पर्न जाने प्रमुख परिणामहरूलाई तल उल्लेख गरिएको छ ।

(अ) उद्गम स्थानमा पार्ने परिणामहरू (Consequences at the place of origin)

बसाइँसराइले उद्गम स्थलमा सकारात्मक र नकारात्मक परिणामहरू उत्पन्न हुन्छन् । बसाइँसराइले उद्गम स्थलमा पार्ने उक्त परिणामहरूलाई तल उल्लेख गरिएको छ :

उद्गम स्थलमा पार्ने सकारात्मक परिणामहरू	उद्गम स्थलमा पार्ने नकारात्मक परिणामहरू
- गन्तव्य स्थानमा सिकेका ज्ञान, सिप र दक्षता उद्गम स्थलमा उपयोग भई चाँडो प्रगति हुन्छ । - उद्गम स्थलमा जनसङ्ख्याको चाप घट्न गई बसोबास सहज हुन्छ । - उद्गम स्थलका बारेमा विभिन्न क्षेत्रमा प्रचार र प्रसार भई पर्यटन व्यवसाय फस्टाउन सक्छ । - उद्गम स्थानमा जनसङ्ख्या घट्न गई रोजगारीका अवसरहरू सजिलै प्राप्त हुन्छन् । - उद्गम स्थलको मौलिक संस्कृतिको संरक्षण हुन्छ ।	- उद्गम स्थलमा काम गर्ने जनशक्तिको अभाव हुन्छ । - काम गर्ने जनशक्तिको अभाव भई विकास निर्माण कार्यहरू अगाडि बढ्न सक्दैनन् । - उद्गम स्थल आर्थिक, सामाजिक तथा राजनीतिक दृष्टिकोणबाट पछाडि पर्छ । - उद्गम स्थलमा केटाकेटी, बृद्धबृद्धा तथा अशक्त मानिसहरूको बाहुल्यता बढी हुने हुनाले आश्रित अनुपात बढ्छ । - उद्गम स्थलमा परम्परागत मूल्य मान्यताले प्रशय पाउँछ । - कृषि क्षेत्रमा जनशक्तिको अभाव हुन गई कृषि उत्पादनमा ह्रास आउँछ ।

(आ) गन्तव्य स्थानमा पार्ने परिणामहरू (Consequences at the place of destination)

बसाइँसराइले गन्तव्य स्थलमा सकारात्मक र नकारात्मक परिणामहरू उत्पन्न हुन्छन् । बसाइँसराइले गन्तव्य स्थलमा पार्ने उक्त परिणामहरूलाई तल उल्लेख गरिएको छ :

गन्तव्य स्थलमा पार्ने सकारात्मक परिणामहरू	गन्तव्य स्थलमा पार्ने नकारात्मक परिणामहरू
- काम गर्ने जनशक्तिको बाहुल्यता हुने भएकाले तीव्र ढङ्गले आर्थिक विकास हुन्छ । - अधिकाशं व्यापार व्यवसाय तथा उद्योगधन्दाको तीव्र ढङ्गले विकास हुन्छ । - जनसङ्ख्याको अनुपातमा विकासका पूर्वधारहरू निर्माण गर्नुपर्ने भएकाले पूर्वधारहरूको विकास चाँडो हुन्छ । - गन्तव्य स्थलमा शिक्षित, दक्ष सिपयुक्त मानिसहरूको जमघट हुने भएकाले आधुनिक प्रविधिको विकास तीव्र ढङ्गले हुन्छ ।	- गन्तव्य स्थानमा काम गर्ने जनशक्ति बढ्न गई बेरोजगारी समस्या बढ्न थाल्दछ । - गन्तव्य स्थानमा सक्रिय जनशक्तिको बाहुल्यता बढ्न गई उमेर तथा लैगिक संरचनामा परिवर्तन देखा पर्दछ । - गन्तव्य स्थानमा जनसङ्ख्या वृद्धि हुँदा सडक, ढल, खोनपानी बिजुलीलगाएत आवासकोसमेत समस्या बढ्न जान्छ । - गन्तव्य स्थानमा जनसङ्ख्याको चाप बढ्न गई उपलब्ध स्रोत साधनको अनियन्त्रित शोषण भई प्राकृतिक वातावरणमा नकारात्मक असर पर्छ ।

- गन्तव्य स्थलमा न्यून ज्यालादरमा श्रमिकहरू उपलब्ध हुने हुनाले उद्योगधन्दाको विकासमा सहयोग पुग्छ ।	- गन्तव्य स्थानमा विभिन्न जानजाति, धार्मिक तथा भेषभूषाका मानिसहरू बसोबास गर्ने भएकाले जातिगत, धार्मिक तथा सांस्कृतिक सद्भाव खल्बलिन सक्छ । - गन्तव्य स्थानमा जनसङ्ख्या वृद्धिसँगै बेरोजगारी समस्या बढ्ने हुनाले चोरी, डकैती अपहरण जस्ता अपराधिक क्रियाकलापले प्रशय पाउन सक्छ ।

बसाइँसराइलाई व्यवस्थित गर्न नसक्दा नेपालमा बसाइँसराइका कारणले उद्गम स्थान र गन्तव्य स्थान दुवैमा सकारात्मकभन्दा नकारात्मक असर पुऱ्याएको पाइन्छ । त्यसैले बसाइँसराइलाई व्यवस्थित तथा नियन्त्रण गर्न ग्रामीण क्षेत्र तथा हिमाली र पहाडी क्षेत्रमा विकासका पूर्वधारहरू निर्माण गर्नुका साथै रोजगारीका अवसरहरू सिर्जना गर्नुपर्दछ ।

३.२ जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको अवधारणा र प्रयोग (Concept of Population Projection and Uses)

साधारणतया जनसङ्ख्या प्रक्षेपण भन्नाले भविष्यको जनसङ्ख्याको अनुमान गर्नु हो । जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्दा कुनै निश्चित स्थानको जनसङ्ख्याका आधारमा गर्न सकिन्छ । विगत र वर्तमानको प्रजनन दर, मृत्युदर र बसाइँसराइका आधारमा भविष्यका निमित्त जनसङ्ख्याको आकार र स्वरूपको गणितीय तरिकाले अनुमान गर्ने कार्यलाई जनसङ्ख्या प्रक्षेपण भनिन्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको विश्वासनीयता उपलब्ध गराइएको तथ्याङ्कको शुद्धतामा भर पर्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षेपणमा प्रयोग गरिने तथ्याङ्क त्रुटिरहित हुनुपर्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षेपण कुनै देश, भौगोलिक क्षेत्र वा कुनै निश्चित स्थानकोसमेत गर्न सकिन्छ ।

जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको प्रयोग हरेक क्षेत्रमा आवश्यक हुन्छ । भविष्यको नीति निर्माण गर्नका लागि जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको आवश्यकता पर्दछ । देशको आर्थिक विकास, पूर्वाधारहरूको विकास, विज्ञान र प्रविधिको विकास गर्नका लागि योजना निर्माणमा जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको प्रयोग गरिन्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षेपणका आधारमा राज्यको प्रशासनिक संरचनासम्बन्धी नीति तथा योजना निर्माण गरिन्छ । राज्यले शिक्षा, स्वास्थ्यलगायत विभिन्न सामाजिक सुरक्षासम्बन्धी योजना निर्माण गर्न पनि जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको आवश्यकता पर्दछ ।

३.२.१ जनसङ्ख्या अनुमान, जनसङ्ख्या प्रक्षेपण र जनसङ्ख्या भविष्यवाणी (Population Estimation, Polpulation, Projection and Population Forecast)

जनसङ्ख्या अनुमान, जनसङ्ख्या प्रक्षेपण र जनसङ्ख्या भविष्यवाणी एक अर्कासँग सम्बन्धित भए तापनि यिनीहरूबिच रहेको भिन्नतालाई तल उल्लेख गरिएको छ :

(क) जनसङ्ख्या अनुमान (Population Estimation) : जनगणनाबाट प्राप्त हुने तथ्याङ्कहरूलाई आधार मानेर अन्य समयको जनसङ्ख्याको अनुमान गणितीय सूत्रहरूको प्रयोग गरेर छोटो समयका लागि गरिन्छ । जनसङ्ख्याको अनुमान जनगणनादेखि पाँच/छ वर्षहरूका लागि मात्र गरिन्छ । जनसङ्ख्याको अनुमान दुई किसिमबाट गर्न सकिन्छ :

(अ) अन्तर जनगणना अनुमान (Intercensal Estimation) : दुईओटा जनगणनाबिचको समयका लागि गरिने जनसङ्ख्या अनुमानलाई अन्तर जनगणना अनुमान भनिन्छ ।

(आ) जनगणनापछिको अनुमान (Postcensal Estimation) : अन्तिम जनगणनापछिका केही वर्षहरूका लागि गरिने जनसङ्ख्या अनुमानलाई उप्रान्त जनगणना अनुमान भनिन्छ ।

(ख) जनसङ्ख्या प्रक्षेपण (Population Projection) : तथ्यगत स्थानीय र काल्पनिक मान्यताका आधारमा भविष्यका लागि जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्दा जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइको स्थिति आदिका बारेमा केही पूर्व अनुमानहरू गरिन्छ । यस्ता पूर्वानुमानहरू उच्च, मध्यम र निम्न गरेर एउटै वर्षका लागि पनि तीनओटा छुट्टाछुट्टै प्रक्षेपण गरिन्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षेपण प्राय: लामो समयावधिका लागिसमेत गरिने हुनाले कम विश्वासनीय हुन्छ ।

(ग) जनसङ्ख्या भविष्यवाणी (Population Forecast) : विभिन्न गणितीय विधिका आधारमा भविष्यको जनसङ्ख्याको अनुमान वा प्रक्षेपण गर्नुलाई जनसङ्ख्या भविष्यवाणी भनिन्छ । जनसङ्ख्या भविष्यवाणीमा कुनै एकमात्र अति सम्भाव्य लागेको प्रक्षेपणलाई मात्र स्वीकार गरिन्छ । अर्को अर्थमा सबै भविष्यवाणी जनसङ्ख्या प्रक्षेपण हुन् तर सबै प्रक्षेपण भविष्यवाणी होइनन् । धेरै छोटो अवधिका लागि गरिने जनसङ्ख्या प्रक्षेपणलाई जनसङ्ख्या भविष्यवाणीका रूपमा बुझिन्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षेपण जति छोटो अवधिका लागि गरिन्छ । त्यो मिल्ने सम्भावना बढी हुन्छ ।

३.२.२ जनसङ्ख्याको प्रक्षेपणको आवश्यकता र महत्त्व (Need and Importance of population projection)

भविष्यका विभिन्न वर्षहरूमा सम्भावित जनसङ्ख्याका बारेमा गरिने अनुमान जनसङ्ख्या प्रक्षेपण हो । कुनै पनि देशको सामाजिक आर्थिक विकासका लागि दीर्घकालीन विकास योजना र नीतिहरू तर्जुमा गर्न जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको आवश्यक पर्छ । जनगणना अधिकांश देशमा १०/१० वर्षको अन्तरालमा गरिन्छ । उक्त जनगणनाका बिचको समय र त्यसपछि लामो अवधिसम्मको जनङ्ख्याको आकार र वृद्धिदरका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्न जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको आवश्यकता पर्छ । जनसङ्ख्यासम्बन्धी नीतिहरू तर्जुमा र कार्यान्वयन गर्न भविष्यको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुपर्ने हुन्छ । जनसाङ्ख्यिक क्षेत्रमा गरिने विभिन्न अध्ययन अनुसन्धानका लागि आवश्यक पर्ने तथ्याङ्कका लागि जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको आवश्यकता पर्छ । उद्योग तथा व्यापारिक क्षेत्रले भविष्यमा उत्पादन तथा बिक्री वितरण गर्ने वस्तुको मात्रा र प्रकार निर्धारण गर्न जनसङ्ख्या

प्रक्षेपणको आवश्यकता पर्छ । भविष्यमा जनसङ्ख्याको उमेर तथा लिङ्गअनुसारको बनोटका बारेमा जानकारी लिन जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको आवश्यकता पर्छ । विश्वभर बृद्ध आश्रित जनसङ्ख्या वृद्धि भइरहेको परिप्रेक्षमा बृद्ध जनसङ्ख्याका लागि आवश्यक पर्ने पेन्सन तथा सामाजिक सुरक्षासँग सम्बन्धित कार्यक्रम तय गर्न पनि जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको आवश्यकता पर्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षपेणको आधारमा देशको सामाजिक, आर्थिक, राजनीतिक लगायत समग्र क्षेत्रको नीति निर्माण तथा कार्यक्रमलाई प्रभावकारी बनाउन जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको ठुलो महत्त्व रहेको छ ।

३.३ जनसङ्ख्या प्रक्षेपणका विधिहरू (Methods of Population Projection)

जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नका लागि विभिन्न विधिहरूको प्रयोग गरिन्छ । जसमध्ये यहाँ गणितीय विधि र सम्पूरक विधिका बारेमा उल्लेख गरिएको छ :

(क) गणितीय विधि (Mathematical Methods) : गणितीय विधिअनुसार जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नका लागि विभिन्न गणितीय सूत्रको प्रयोग गरिन्छ । उक्त सूत्रहरूका माध्यमद्वारा जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गरिन्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नका लागि प्रयोग गरिने प्रमुख गणितीय विधिहरू निम्नानुसार छन् :

(अ) समानान्तर वृद्धिदर विधि (Linear Growth Method) : जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्ने गणितीय विधिहरूमध्ये समानान्तर वृद्धिदर विधिलाई सबैभन्दा सरल विधि मानिन्छ । यस विधिअनुसार जनसङ्ख्या परिवर्तन स्थिर अनुपातमा हुन्छ भन्ने मान्यताका आधारमा जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गरिन्छ । यस विधिबाट जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्न निम्नलिखित सूत्र प्रयोग गरिन्छ :

$$\mathbf{P_t = P_0 (1 + rt)}$$

यहाँ, P_t = प्रक्षेपण गरिने वर्षको जनसङ्ख्या

P_0 = आधार वर्षको जनसङ्ख्या

t = आधार वर्षबाट प्रक्षेपण गरिने वर्षसम्मको समयावधि

r = जनसङ्ख्या वृद्धिदर

1 = स्थिर मान

उदाहरण

सन् २०११ को जनगणनाअनुसार नेपालको जनसङ्ख्या २,६४,९४,५०४ थियो । वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर १.४४ प्रतिशत थियो भने समानान्तर वृद्धिदर विधि प्रयोग गरी सन् २०२१ को नेपालको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुहोस् ।

दिइएको,

P_0 = २,६४,९४,५०४

t = १० वर्ष

r = ०.०१४४ (जनसङ्ख्या वृद्धिदर प्रतिशतलाई एकाइमा रूपान्तरण गर्दा

$$\frac{१.४४}{१००} = ०.०१४४)$$

P_t = ?

सूत्रअनुसार

$$P_t = P_0 (1 + rt)$$

P_t = २,६४,९४,५०४ (१ + ०.०१४४ × १०)

P_t = २,६४,९४,५०४ (१ + ०.१४४)

P_t = २,६४,९४,५०४ × १.१४४)

P_t = ३,०३,०९,७१३ जना

सन् २०२१ को जनसङ्ख्या ३,०३,०९,७१३ जना हुने देखिन्छ ।

क्रियाकलाप

सन् २०११ जनगणनाअनुसार नेपालको जनसङ्ख्या २,६४,९४,५०४ छ, वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धि दर १.३५ प्रतिशत छ भने समानान्तर वृद्धिदर विधि प्रयोग गरी सन् २०२१ को नेपालको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुहोस् ।

(आ) ज्यामितीय वृद्धिदर विधि (Geometric Growth Method) : यस विधिअनुसार जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्दा जनसङ्ख्या परिवर्तन एक निश्चित दरमा प्रत्येक वर्ष चक्र वृद्धिले परिवर्तन हुन्छ भन्ने मान्यताका आधारमा गरिन्छ । यस विधिबाट जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्न निम्नलिखित सूत्र प्रयोग गरिन्छ :

$$\mathbf{P_t = P_0 (1 + r)^t}$$

यहाँ, P_t = प्रक्षेपण गरिने वर्षको जनसङ्ख्या

P_0 = आधार वर्षको जनसङ्ख्या

t = आधार वर्षबाट प्रक्षेपण गरिने वर्षसम्मको समयावधि

r = जनसङ्ख्या वृद्धिदर

1 = स्थिर मान

उदाहरण

नेपालको जनसङ्ख्या सन् २००१ मा २,३१,५१,४२३ थियो र वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर २.२७ प्रतिशत थियो । ज्यामितीय वृद्धिदर $P_t = P_0(1 + r)^t$ विधि प्रयोग गरी सन् २०२१ को जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुहोस् ।

दिइएको,

P_0 = २,३१,५१,४२३

t = २० वर्ष

r = ०.०२२७ (जनसङ्ख्या वृद्धिदर प्रतिशतलाई एकाइमा रूपान्तरण गर्दा,

$$\frac{२.२७}{१००} = ०.०२२७)$$

P_t = ?

सूत्रअनुसार

$P_t = P_0(1 + r)^t$

P_t = २३१५१४२३ (१ + ०.०२२७)^{२०}

P_t = २३१५१४२३ (१.०२२७)^{२०}

P_t = २३१५१४२३ × १.५६६

P_t = ३,६२,६९,६०४

सन् २०२१ को जनसङ्ख्या ३,६२,६९,६०४ जना हुने देखिन्छ ।

(इ) प्रवर्तक वृद्धिदर विधि (Exponential Growth Method) : यस विधिद्वारा जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्दा

जनसङ्ख्या एउटा स्थिर दरमा लगातार रूपमा चक्र वृद्धिले परिवर्तन हुन्छ भन्ने मान्यताका आधारमा गरिन्छ । यस विधिबाट जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्न निम्नलिखित सूत्र प्रयोग गरिन्छ :

$$\mathbf{P_t = P_0\, e^{rt}}$$

यहाँ, P_t = प्रक्षेपण गरिने वर्षको जनसङ्ख्या

P_0 = आधार वर्षको जनसङ्ख्या

e = e को २.७१८२८१८ हुन्छ ।

r = जनसङ्ख्या वृद्धिदर

t = आधार वर्ष र प्रक्षेपण गरिने वर्षसम्मको समयावधि

उदाहरण

नेपालको जनसङ्ख्या सन् २०११ मा २,६४,९४,००० थियो र वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर १.७९ प्रतिशत थियो । प्रवर्तक वृद्धिदर $P_o.e^{rt}$ विधि प्रयोग गरी सन् २०२१ को जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुहोस् ।

दिइएको,

P_0 = २६४,९४,०००

t = २० वर्ष

r = ०.०१७९ (जनसङ्ख्या वृद्धिदर प्रतिशतलाई एकाइमा रूपान्तरण गर्दा

$\frac{१.७९}{१००} = ०.०१७९$)

P_t = ?

$P_t = P_o.e^{rt}$

P_t = २,६४,९४,००० × २.७१८२८१८$^{०.०१७९×२०}$

P_t = २६४९४००० × २.७१८२८१८$^{०.३५९६}$

P_t = २६४९४००० × १.४३२

P_t = ३,७९,५९,४४३

सन् २०२१ को जनसङ्ख्या ३,७९,५९,४४३ जना हुने देखिन्छ ।

क्रियाकलाप

सन् २००१ र २०११ को जनगणनाअनुसार इलाम जिल्लाको जनसङ्ख्या २,९०,२५४ थियो भने वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर १.४ प्रतिशत थियो । प्रवर्तक वृद्धिदर $P_o.e^{rt}$ विधि प्रयोग गरी सन् २०२१ को जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुहोस् ।

(ख) सम्पूरक विधि (Component Methods) : जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्ने विधिहरूमा सम्पूरक विधि सबैभन्दा बढी लोकप्रिय मानिन्छ । यस विधिबाट जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्दा जनसङ्ख्या परिवर्तनलाई प्रभाव पार्ने जन्म, मृत्यु र बसाइँ सराइलाई आधार लिइन्छ । साथै प्रक्षेपण गरिने वर्षका लागि जन्म, मृत्यु र बसाइँसराइ स्थितिको अनुमान गर्दा उच्च, मध्यम र न्यून वृद्धिदरको काल्पनिक अनुमान गरिन्छ ।

(अ) प्रजनन स्थितिको अनुमान (Estimation of fertility pattern) : आधार वर्षको तथ्याङ्कलाई आधार मानेर प्रक्षेपण गर्ने समयावधिको प्रजनन दरको अनुमान गरिन्छ । प्रजननको स्थितिको प्रक्षेपण गर्दा महिला र केटाकेटीको अनुमानित सङ्ख्याका बारेमा जानकारी लिइन्छ । साथै प्रजननका लागि कति महिला योग्य छन् ? परिवार नियोजनका साधनहरूको प्रयोग दर कस्तो छ ? त्यसै गरी सम्बन्ध विच्छेद, पुर्नविवाह हुन सक्ने दम्पतीहरूको सङ्ख्यालाईसमेत ध्यान दिनपर्छ ।

(आ) मृत्युको स्थितिको अनुमान (Estimation of mortality pattern) : आधार वर्षको मृत्यदरको स्थितिको अनुमान गरिन्छ । यसरी मृत्युदरको स्थितिको अनुमान गर्दा आर्थिक, सामाजिक सुधार सँगसँगै बाल तथा शिशु मृत्युदरको अवस्थालाई ध्यान दिइन्छ । त्यसै गरी औसत आयुमा हुने वृद्धिलाईसमेत अनुमान गरिन्छ ।

(इ) बसाइँसराइको स्थितिको अनुमान (Estimation of migration pattern) : आधार वर्षको बसाइँसराइका आधारमा प्रक्षेपण गर्ने समयावधिको बसाइँसराइ दरको अनुमान गरिन्छ । साधारणतया जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्दा अन्तर्राष्ट्रिय बसाइँसराइको प्रभाव शुन्य रहन्छ भन्ने मान्यता राखिन्छ ।

३.४ जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको अभ्यास (Population Projection Practice)

जनसङ्ख्या प्रक्षेपणबाट विश्वमा उपलब्ध प्राकृतिक स्रोत र मानिसहरूबिचको सम्बन्ध विश्लेषण गर्न सकिन्छ । जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको नतिजाका आधारमा विभिन्न योजनाहरू निर्माण गरिन्छ । नेपालको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण र विश्वका विभिन्न क्षेत्रहरूको जनसङ्ख्या प्रक्षेपणलाई तल उल्लेख गरिएको छ :

(क) नेपाल जनसङ्ख्या प्रक्षेपण (Population Projection in Nepal) : सन् २०११ मा जनगणना भएपश्चात् उक्त जनगणनाको जन्मदर तथा मृत्युदरको स्थिति विश्लेषण गरी मध्यम सूचकका आधारमा नेपालको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गरिएको छ । जसलाई तलको तालिकाद्वारा देखाइएको छ :

तालिका ३.१: नेपालको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण सन् २०११-२०३१

वर्ष	जम्मा	पुरुष	महिला
सन् २०११	२,६४,९४,५०४	१,२८,४९,०४१	१,३६,४५,४६३
सन् २०१६	२,८४,३१,४९४	१,३७,८४,००९	१,४६,४७,४८६
सन् २०२१	३,०३,७८,००५	१,४७,३४,२०१	१,५६,४३,८५३
सन् २०२६	३,२१,४४,९२१	१,५६,०१,४४३	१,६५,४३,४७८
सन् २०३१	३,३५,९७,०३२	१,६३,१३,१८९	१,७२,८३,८४४

Source: Statistical Year Book Nepal, 2015, CBS

क्रियाकलाप

केन्द्रीय तथ्याङ्क विभागको वेबसाइट www.cbs.gov.np हेरी आगामी ५ वर्षको नेपालको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण सम्बन्धी विवरण सङ्कलन गरी तालिकामा प्रस्तुत गर्नुहोस् । यसका लागि आवश्यकताअनुसार शिक्षकको सहयोग लिनुहोस् ।

(ख) विश्वको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण (Population Projection of the world) :

सन् २०१८ को विश्व जनसङ्ख्या प्रतिवेदनअनुसार विश्वको जनसङ्ख्या ७ अरब ६२ करोड १० लाख (७६२१ मिलियन) र जनसङ्ख्या वृद्धिदर १.२ प्रतिशत रहेको छ । विकसित देशको जनसङ्ख्या १ अरब २६ करोड ६० लाख (१२६६ मिलियन) र विकासोन्मुख देशको जनसङ्ख्या ६ अरब ३५ करोड ५० लाख (६३५५ मिलियन) रहेको छ । विकसित देशको जनसङ्ख्या वृद्धिदर ०.१ प्रतिशत रहेको छ भने विकासोन्मुख देशको जनसङ्ख्या वृद्धिदर १.४ प्रतिशत रहेको छ । समयक्रमअनुसार परिवर्तन हुने जनसङ्ख्या वृद्धिदरलाई आधार मानी विभिन्न निकायले विश्व जनसङ्ख्याका बारेमा गरेको प्रक्षेपण तलको तालिकामा देखाइएको छ :

तालिका ३.२: विश्व जनसङ्ख्याको प्रक्षेपण सन् २०१८-२०५० (जनसङ्ख्या दश लाखमा)

क्षेत्र	२०१८	२०३०	२०५०
विश्व	७६२१	८५७१	९८५२
विकसित	१२६६	१३०१	१३१२
विकासोन्मुख	६३५५	७२७०	८५४०
अफ्रिका	१२८४	७६२१	२५८६
उत्तर अमेरिका	३६५	३९६	४३७
ल्याटिन अमेरिका	६४९	७१७	७८३
एसिया	४५३६	४९४३	५२५३

युरोप	७४६	७५१	७३०
ओसेनिया	४१	५०	६४

Source: www.worldpopdata.org

क्रियाकलाप

इन्टरनेटको माध्यमबाट *www.worldpopdata.org* सार्क राष्ट्रहरूको विभिन्न वर्षको जनसङ्ख्या प्रक्षेपणसम्बन्धी विवरण सङ्कलन गरी कक्षाकोठामा प्रस्तुत गर्नुहोस् । यसका लागि आवश्यकताअनुसार शिक्षकको सहयोग लिनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको अति सङ्क्षिप्त उत्तर दिनुहोस् :

(क) प्रजनन उमेर समूहका महिला भनेर कति वर्ष उमेर समूहका महिलालाई चिनिन्छ ?

(ख) जन्ममा प्रभाव पार्ने कुनै दुईओटा मनोवैज्ञानिक तत्त्वको नाम लेख्नुहोस् ।

(ग) रुग्णता भन्नाले के बुझिन्छ ?

(घ) आन्तरिक बसाइँसराइ भनेको के हो ?

(ङ) अव्यवस्थित बसाइँसराइलाई नियन्त्रण गर्न वा रोक्न सरकारलाई एउटा सुझाव दिनुहोस् ।

(च) समानान्तर वृद्धिदर विधिबाट जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्ने सूत्र लेख्नुहोस् ।

२. तलका प्रश्नहरूको सङ्क्षिप्त उत्तर दिनुहोस् :

(क) प्रजननका निर्धारक तत्त्वहरूको सूची बनाई कुनै दुईको वर्णन गर्नुहोस् ।

(ख) प्रजनन र उर्वरताबिचको फरक छुट्याउनुहोस् ।

(ग) प्रजनन भन्नाले के बुझिन्छ ? यसमा प्रभाव पार्ने मनोवैज्ञानिक तत्त्वहरूको उदाहरणसहित वर्णन गर्नुहोस् ।

(घ) 'विवाहको उमेरले प्रजननमा प्रभाव पार्छ' यस भनाईलाई उदाहरणसहित पुष्टी गर्नुहोस् ।

(ङ) मृत्युका निर्धारण तत्त्वहरू लेखी कुनै दुई को वर्णन गर्नुहोस् ।

(च) बसाइँसराइ भनेको के हो ? बसाइँसराइलाई आकर्षक र विकर्षक तत्त्वहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

(छ) बसाइँसराइले उद्गम स्थलमा पार्ने सकारात्मक र नकारात्मक परिणामहरूको चार्ट तयार गर्नुहोस् ।

३. तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर दिनुहोस् :

(क) सन् २०११ को जनगणनाअनुसार नेपालको कुनै सहरको जनसङ्ख्या २,२०,००० थियो भने वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर २.२ प्रतिशत थियो । समानान्तर वृद्धिदर $P_t = P_0 (1 + rt)$ विधि प्रयोग गरी सन् २०२१ को नेपालको जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुहोस् ।

(ख) नेपालका कुनै जिल्लाको जेष्ठ नागरिकको जनसङ्ख्या सन् २००१ मा २२,२३० थियो । वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर १.१५ प्रतिशत थियो । ज्यामितीय वृद्धिदर $P_t = P_0(1 + r)^t$ विधि प्रयोग गरी सन् २०२१ को जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुहोस् ।

(ग) नेपालका कुनै जिल्लाको जनसङ्ख्या सन् २०११ मा २,९०,२५४ थियो भने वार्षिक जनसङ्ख्या वृद्धिदर १.४५ प्रतिशत थियो । प्रवर्तक वृद्धिदर $P_t = P_o.e^{rt}$ विधि प्रयोग गरी सन् २०२१ को जनसङ्ख्या प्रक्षेपण गर्नुहोस् ।

(घ) जनसङ्ख्या प्रक्षेपणको आवश्यकता र महत्त्वको चर्चा गर्नुहोस् ।

एकाइ
४

लैङ्गिकता
(Gender)

सामाजिक रूपमा पुरुष, महिला, यौनिक अल्पसङ्ख्यक भएकै कारण गरिने सामाजिक व्यवहारहरूलाई लैङ्गिकता भनिन्छ । लैङ्गिकताअन्तर्गत पुरुष, महिला र यौनिक अल्पसङ्ख्यकका विशेषताहरू, यिनीहरूबिच समानता र समता, प्रजनन अधिकार त्यसैगरी महिला सशक्तीकरण जस्ता कुराहरू पर्दछन् । समाजमा रहेका सामाजिक प्रचलनले पुरुष र महिलाको छुट्टाछुट्टै भूमिका निर्धारण गरेको छ । उक्त भूमिकाबाट सामाजिक रूपमा महिला र पुरुषमा असमानताको सिर्जना हुन्छ । जस्तै: महिला भएकै हुनाले घरभित्रका कामहरू गर्नुपर्दछ र पुरुष भएकै हुनाले बाहिर कमाउने जागिर गर्ने जस्ता कार्य गर्नुपर्दछ भन्ने आजभोलि पनि कहिँकतै सामाजिक मान्यता रहेको पाइन्छ । यस्ता सामाजिक मान्यताले महिला र पुरुषबिचमा असमानता पैदा गर्दछ । अझै पनि हाम्रो सामाजिक संरचनामा विद्यमान रहेको सामान्ती सोचाइ र व्यवहार अनि पितृसत्तात्मक संरचनाका कारण लैङ्गिक भेदभाव तथा असमानताले विभेदको अवस्था विद्यमान रहेको देखिन्छ । समाजमा विद्यमान रहेको सामाजिक तथा आर्थिक असमानता जस्ता कुराहरूले गर्दा लैङ्गिक रूपमा विभेद सिर्जना भइरहेको हुन सक्छ । नेपालको संविधानले नै सामाजि, आर्थिक, जाति तथा लिङ्गका आधारमा कसैलाई पनि भेदभाव गरिने छैन भनेर उल्लेख गरिसकिएको सन्दर्भमा अब कुनै रूपमा पनि भेदभाव गरिनु दण्डनीय मानिन्छ ।

४.१ लैङ्गिकता र सामाजिक संरचना (Gender and social Structures)

जैविक विशेषताका आधारमा महिला, पुरुष र यौन अल्पसङ्ख्यक हो भनी छुट्टिनुलाई यौन (sex) भनिन्छ । यौन छुट्याउने आधार भनेको व्यक्तिका शारीरिक विशेषताहरू हुन्, जस्तै : महिलाले गर्भाधान गर्नु, महिलाहरूमा महिनावारी हुनु, पुरुषमा वीर्य उत्पादन हुनु आदि । समाजमा प्रचलित सामाजिक सांस्कृतिक मूल्य मान्यताबाट प्राकृतिक यौनका आधारमा निर्धारण गरिएको भूमिका प्रतिको धारणालाई सामाजिक यौन वा लैङ्गिकता (Gender) भनिन्छ ।

अर्को अर्थमा मानिस जन्मसिद्ध नै कुनै न कुनै पहिचान (महिला, पुरुष र यौन अल्पसङ्ख्यक) सहित जन्मेको हुन्छ । यसरी प्राकृतिक रूपमा नै हुने भिन्नतालाई यौन (sex) भनिन्छ । प्राकृतिक पहिचानबिचको सामाजिक सम्बन्धअनुसारको भूमिकालाई लैङ्गिकता भन्ने गरिन्छ । लैङ्गिकता परिवर्तनशील छ भने सामान्यतया यौन अपरिवर्तनीय छ भन्न सकिन्छ । अझ अर्को अर्थमा समय, परिस्थिति, सामाजिक संरचनाका आधारमा समाजद्वारा निर्धारण गरिएका महिला र पुरुषले निर्वाह गर्ने बेग्ला बेग्लै भूमिका, क्रियाकलाप, तिनीहरूका मूल्यमान्यता, धारणा, दृष्टिकोण, व्यवहार, संस्कार, रहनसहन आदिको समष्टिलाई लैङ्गिकता भनिन्छ, जसलाई निम्नअनुसार प्रस्ट्याउन सकिन्छ ।

यौन	लैङ्गिकता
• जन्मजात निर्धारित हुन्छ । • प्राकृतिक भिन्नता हुन्छ । • विश्वव्यापी रूपमा एउटै हुन्छ । • सजिलै परिवर्तन गर्न नसकिने हुन्छ	• जन्मजात नभई सामाजिक व्यवहारबाट निर्धारित हुन्छ । • समाज निर्मित भिन्नता हुन्छ । • देश, समाज, परिस्थिति, संस्कृतिअनुसार फरक फरक रहेको हुन्छ । • समय र आवश्यकताअनुसार परिवर्तन भइरहन्छ ।

जन्मपछि समाजले महिला, पुरुष तथा यौन अल्पसङ्ख्यकलाई दिने भूमिकाका आधारमा समाजप्रति उनीहरूले पूरा गर्नुपर्ने उत्तरदायित्वलाई नै लैङ्गिकता भन्ने गरिन्छ । समय, सामाजिक सांस्कृति, रीतिरिवाज, धर्म तथा मूल्यमान्यताअनुसार मानिसको समाजप्रतिको भूमिका परिवतर्न भइरहन्छ । यही लैङ्गिक भूमिकाका आधारमा मानिसहरूले विभिन्न क्षेत्रमा उपयुक्त तरिकाबाट दायित्व र अधिकारका व्यवहार हुने गरेको पाइन्छ । मानिसहरू जन्मदै फरक लैङ्गिक भूमिका र पृष्ठभूमि लिएर जन्मेका हुदैनन् जसलाई जन्मपछि समाजले उसको जन्मका आधारमा निर्धारण गरेको हुन्छ । त्यसैले लैङ्गिकता समाजले महिला, पुरुषका तथा यौन अल्पसङ्ख्यक भएका मानिसहरूका लागि निर्धारण गरिदिएको व्यवहार हो ।

महिलाहरूले नै घरको काम गर्नुपर्ने, परिवारका सदस्यहरूको हेरचाह गर्नुपर्ने, चर्को स्वरमा बोल्न नहुने र पुरुषहरूले घर बाहिरको काम गर्नुपर्ने जस्ता विभिन्न कथित धारणाहरू लैङ्गिकतासम्बन्धी सामाजिक संरचनाको परम्परागत उदाहरणका रूपमा लिन सकिन्छ । यस्ता दृष्टिकोण समाजअनुसार फरक फरक हुने गरेको पाइन्छ । समाज संस्कृति, धार्मिक विस्वास र परिवेशअनुसार लैङ्गिक भूमिकाहरू फरक हुने गर्दछन् ।

४.१.१ नेपालको सन्दर्भमा लैङ्गिकता (Gender in Nepal)

सन् १९९५ मा संयुक्त राष्ट्सङ्घले आयोजना गरेको बेइजिङ सम्मेलनदेखि नै महिला समानताका लागि स्रोत र साधन विनियोजन तथा अवसरमा समान पहुँच पुऱ्याउनुपर्ने अवधारण अगि ल्यायो । यद्यपि सन् २००० को बेइजिङ सम्मेलनको उपलब्धिको समीक्षा गर्दा स्रोत र साधानमा महिलाको पहुँच वृद्धि गर्नका लागि स्रोत, साधन तथा अवसरमा समानुपातिक वितरण हुन नसकेकाले घोषित लक्ष्य हासिल गर्न नसकेको निष्कर्ष निकालेको थियो । नेपालका सन्दर्भमा पनि छैटौं योजनादेखि महिला विकासका विषयलाई योजनामा समावेश गर्ने परिपाटीको प्रारम्भ भए तापनि नवौं योजना अवधिदेखि मात्र लैङ्गिक समानता र सशक्तीकरणको नीति अवलम्बन गरिदै आएको पाइन्छ ।

लैङ्गिक समानता तथा महिलालाई राज्यको मूलप्रवाहमा ल्याई महिलाको आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक एवम् प्रशासनिक क्षेत्रमा महिलाको प्रतिनिधित्व बढाउनका लागि नेपाल सरकारका तर्फबाट प्रयास भइरहेको देखिन्छ । जसका केही उदाहरणहरू निम्नानुसार उल्लेख गरिन्छ ।

(क) नेपालको संविधानमा उल्लेख भएअनुसार सार्वजनिक सेवामा ४५ प्रतिशत आरक्षणबाट पदपुर्ति गर्ने जसमध्ये महिला ३३ प्रतिशत रहेकाले महिलाहरूको प्रतिनिधित्व बढ्दै गएको छ ।

(ख) राष्ट्रिय जनगणना २०६.अनुसार महिलाको नाममा हुने जग्गासम्बन्धी कारोबारमा महिलाको नाममा कारोबार गर्दा छुट दिएका कारण सम्पत्तिमाथि महिलाको स्वामित्व २६ प्रतिशत रहेको देखाएको छ ।

(ग) नेपालको राजनीतिमा (सांसद्) लगभग ३३ प्रतिशत महिलाको सहभागिता रहनुपर्ने व्यवस्था गरेको पाइन्छ ।

(घ) महिला साक्षरता ५७.७ प्रतिशत रहेको छ ।

(ङ) महिला घरमुली परिवार २५.७ प्रतिशत पुगेको छ ।

४.२ लैङ्गिकतासम्बन्धी सामाजिक मूल्य मान्यता (Social Norms and Valuse of Gender)

परम्परागत रूपमा सामाजिक मूल्य मान्यताहरू लैङ्गिक विभेदमा आधारित थिए । जसमा महिलाहरूलाई समाजमा पुरुष सरह समान अधिकारका लागि अझ सङ्घर्ष गर्नुपरेको छ । महिलाहरूले सम्पतीको कारोबार गर्दा श्रीमानको अनुमति लिनुपर्ने, महिलाहरूले महिनावारी हुँदा बार्नुपर्ने, कतिपय स्थानमा छोरीलाई शिक्षाका लागि विद्यालय पठाए पनि सस्तो शुल्क लिने विद्यालयमा पठाउने र छोरालाई महङ्गो शुल्क लिने विद्यालयमा पढ्न पठाउने जस्ता सामाजिक विभेदहरू हाम्रो समाजमा यदाकदा देखिन्छ । लामो समयसम्मको लैङ्गिक समानतासम्बन्धी गरिएका प्रयासहरूका कारण यस्ता परम्परागत लैङ्गिक व्यवहारमा केही परिवर्तन आउन थालेका छन्, जस्तै : घरको काम पुरुषले पनि गर्ने, रोजगारीका लागि महिलाहरू पनि घरबाहिर जाने , शिक्षामा महिलाहरूको पहुँच तुलनात्मक रूपमा पुरुषको जति नभए पनि बढ्दै जानुलाई लैङ्गिकतासम्बन्धी सामाजिक धारणामा आएको परिवर्तन मान्न सकिन्छ ।

लैङ्गिकताका कुरामा महिलाले महिला भएकै कारण हिंसाको सिकार बन्नुपर्ने, महिला भएकै कारण निर्णायक पदमा वा मुख्य भूमिकाबाट वञ्चित हुनुपर्ने, महिलाहरूले गरेका कामलाई शङ्काको शैलीमा हेर्ने, घरपरिवारमा पनि कामकाजका लागि घरबाहिर जानलाई निकै सङ्घर्ष गर्नुपर्ने, बालविवाहको सिकार बन्नुपर्ने, दाइजो नल्याएकै कारण महिलाले मृत्युवरण गर्नुपर्ने जस्ता लैङ्गिकताका सामाजिक समस्या कतिपय महिलाहरूले झेल्दै आएको अवस्था छ । यस्ता कार्यहरू दण्डनीय अपराध हुन् यसलाई नियन्त्रण गर्न आवश्यक रहेको छ ।

नेपालमा सन्दर्भमा छैटौँ पञ्चवर्षीय योजनादेखि महिला विकासका विषयलाई योजनामा समावेश गर्ने परिपाटीको प्रारम्भ भए तापनि नवौँ योजना अवधिदेखि मात्र लैङ्गिक समानता र सशक्तीकरणको नीति अवलम्बन गरिँदै आएको छ । लैङ्गिकताका आधारमा रहेका समसामयिक मुद्दाहरू प्रायः महिला र पुरुषका बिचमा रहेका छन् । जसमा महिलाहरूलाई पुरुषको तुलनामा शिक्षा, स्वास्थ्य, आर्थिक विषय तथा अन्य क्षेत्रमा पनि सजिलै पहुच हुने अवस्था छैन । नेपालमा लैङ्गिक समानताका विषयमा लामो समयदेखि नै कसरत हुदै आएको छ । तर पनि यस मुद्दामा सोचे जस्तो सकारात्मक सोचको विकास हुन सकेको छैन भने भएका प्रयासहरू पनि पर्याप्त छन् भन्न सक्ने अवस्था छैन ।

यही सामाजिक लैङ्गिक पृष्ठभूमिमा रहेर लैगिकता सम्बन्धी विषयवस्तुलाइ चार भागमा विभाजन गरी व्याख्या गरिएको पाइनछ । जसलाई अधिकारका आधारमा महिला र पुरुषका लैङ्गिक भूमिका, लैङ्गिकताका आधारमा गरिने श्रम विभाजन, लैङ्गिकताका आधारमा गरिने स्रोतसाधन परिचालन पहुँच र लैङ्गिकताको आवश्यकता जस्ता समसामयिक विषयलाई समावेश गरिएको छ जसलाई निम्नानुसार छोटकरीमा उल्लेख गरिन्छ ।

४.२.१ लैङ्गिक भूमिका (Gender Roles)

सामाजिक संरचनाका आधारमा महिला र पुरुषलाई समाजले दिने भूमिकाअनुसार सोच्ने, आत्मसात् गर्ने, व्यवहार गर्ने आधारहरू फरक फरक हुने गर्दछ । यस्ता भूमिकाहरू समय, परिस्थिति तथा ठाउँअनुसार फरक फरक हुन्छन् । जसलाई धर्म, संस्कृति, मूल्य मान्यताहरूले प्रभाव पार्ने गर्दछ । लैङ्गिक भूमिकालाई मुख्यतया चार किसिमका क्रियाकलापमा विभाजन गरेर हेर्न सकिन्छ ।

प्रजनन भूमिका (Reproduction Role): यस भूमिका भित्र बालबच्चा जन्माउने, हुर्काउने, परिवारको हेरचाह गर्ने, घरको काम गर्ने, सफा गर्ने, खाना पकाउने, कपडा धुने, बिरामी तथा बुढाबुढी सदस्यको हेरचाह गर्ने जस्ता भूमिकाहरू पर्दछन् ।

उत्पादन भूमिका (Production Role): यसमा उत्पादनसँग सम्बन्धित विषयहरू पर्दछन् । उत्पादन तथा उपभोगसँग नजिक रहेको हुन्छ । महिला, पुरुष तथा यौन अल्पसङ्ख्यक सबैले यो काम गर्ने गर्दछन् । तर महिलाहरूले प्रजनन भूमिकासँगै यो भूमिका निभाउने गर्दछन् ।

सामाजिक भूमिका (Community Role) : यसमा महिलाहरूले उत्पादन, प्रजनन भूमिकासँगै सामाजिक कार्यमा पनि सहभागिता जनाउने गर्दछन्, जस्तै : विवाह व्रतबन्धमा सहभागी हुनु, सामाजिक कामहरू बाटो बनाउने, खानेपानी समितिमा तथा अन्य वन उपभोक्ता समितिमा बस्नु जस्ता सामाजिक भूमिकाहरू पनि निर्वाह गर्ने गर्दछन् । यस्ता कार्यमा उनीहरूको भूमिका स्वेच्छिक भए पनि यसले कार्यबोझ भने थपेको हुन्छ ।

यसैलाई मूल्याङ्कन गर्न कारोलिन मोजरले त्रिपक्षीय भूमिकाको अवधारणा प्रयोग गरेका थिए । जसमा प्रजनन भूमिका, उत्पादन भूमिका र सामाजिक भूमिका पर्दछन् । उल्लिखित भूमिकाहरूमा महिला र पुरुषको फरक सामाजिक दायित्वहरू दिइएको हुन्छ जसलाई सामाजिक मूल्य मान्यताहरूले निर्धारण गरेको हुन्छ र व्यक्तिले सोहीअनुसार लैङ्गिक भूमिका निभाइरहेको हुन्छ तर यस्ता भूमिका निर्वाह गर्दा महिलाले धेरै भार बेहोर्न परेको दखिन्छ ।

(क) लैङ्गिक श्रम शक्ति विभाजन (Gender Division of Labour)

लैङ्गिक भूमिकाको असर लैङ्गिक श्रम शक्ति विभाजनमा पनि पर्ने देखिन्छ । श्रम विभाजनले महिला र पुरुष बिचको फरकलाई लैङ्गिक दृष्टिकोणबाट अझ फराकिलो अन्तर देखाएको छ । महिलाले दिनभरि घरमा जति काम गरे तापनि उनीहरूका कामको मूल्याङ्कन गरेको पाइँदैन । सन्तान उत्पादन र लालनपालनको भूमिका, घर, अफिस, तथा अन्य घरका काम गर्ने भूमिका र समुदायमा परेका काममा पनि महिलाहरूको भूमिका निकै महत्त्वपुर्ण रहेको छ । यसका अतिरिक्त एउटै समयबाट सुरु भएका एकै प्रकारका काममा महिलाहरूले पुरुष सरह ज्याला नपाउने अवस्था, घरको काम जति गरे पनि त्यो कामलाई कामको दर्जा नदिएको अवस्था अझ पनि सामाजिक रूपमा विद्यमान रहेका छन् ।

(ख) स्रोत परिचालनमा पहुँच (Access to resources)

समाजले दिएको लैङ्गिक भूमिकाका आधारमा स्रोत परिचालनामा पनि प्रभाव परेको देखिन्छ । महिलाहरूले सामाजिक भूमिका निर्वाह गर्दा गर्दै पनि स्रोत परिचालनको पहुँच न्यून रहेको छ । महिलाहरूले उपयुक्त तरिकाले स्रोत परिचालन गर्न सक्दैनन भन्ने परम्परागत सोच तथा पितृसत्तात्मक सोच रहेको देखिन्छ । जुन निकै गलत रहेको छ किनभने घर परिवार, समाज, उत्पादन, प्रजनन जस्ता महत्त्वपुर्ण क्षेत्रमा महिलाहरूले कुशलताका साथ आफ्नो जिम्मेवारी वहन गरेका हुन्छन् । तर पनि स्रोत परिचालनमा समान अधिकार पहुँच रहन सकेको छैन ।

(ग) लैङ्गिक आवश्यकता (Gender needs)

महिलाहरूको वास्तविक आवश्यकता र लैङ्गिक समानताका लागि गरिएको सैद्धान्तिक वा रणनीतिक खाकामा महिलाहरूको भूमिका के भन्ने फरक फरक विषयहरू हुन् । महिला र पुरुषबिच असमान शक्ति सम्बन्धका कारण उनीहरूबिच जुन परिणाम आउँछ र समान अधिकारका लागि जुन सङ्घर्ष चल्ने गर्दछ यो प्राप्तिका लागि ल्याइएका रणनीतिहरू रणनीतिक आवश्यकतामा पर्दछ । पेसामा समान हक, सम्पत्तिमा हक, रोजगारीमा समान पहुँच, ज्यालामा समानता जस्ता पक्षहरू सैद्धान्तिक वा रणनीतिक लैङ्गिक आवश्यकता हुन् भने बच्चा जन्माएपछि उसको लालन पालन गर्नु, खान लाउन बस्नका लागि महिलाहरूका लागि विशेष तथा उपयुक्त र सुरक्षित वातावरण हुनु लैङ्गिकताको व्यावहारिक आवश्यकता हो ।

मोजर (Moser) ले लैङ्गिकताका आवश्यकतालाई दुई प्रकारले व्याख्या गरेकी छन् । ती निम्नानुसार रहेका छन् :

व्यावहारिक आवश्यकता (Practical gender needs) : व्यावहारिक आवश्यकतामा समाजले दिएको भूमिका निकै कुशलतापूर्वक निर्वाह गर्दछन् । जस्तै श्रम विभाजनमा भएको विभेद, समाजमा रहेको महिलाको स्तर जस्ता कुराहरूभन्दा बालबच्चाको हेरचाह, परिवारको ख्याल गर्ने वा अन्य तत्कालीन आवश्यकताहरूलाई महत्त्वका साथ बुझेर प्राथमिकताका आधारमा काम गर्ने आवश्यक ठान्दछन् ।

रणनीतिक आवश्यकता (Strategic gender needs) : रणनीतिक आवश्यकता समाजमा भएका विभेदको, शक्ति र नियन्त्रणको, कानुनी अधिकारको, समान ज्याला, हिंसा, शरीरमाथि आफ्नो स्वामित्व जस्ता विषयमा महिलाहरूको स्वामित्व पत्ता लगाउँछन् र समाजमा समान अधिकार र दर्जाका लागि सङ्घर्ष गर्न आवश्यक ठान्छन् ।

४.३ लैङ्गिक समानता र समता (Gender Eqality and and Equity)

लैङ्गिक समानता र समता एउटै विषय होइनन् । लैङ्गिक समानताका लागि लैङ्गिक समता निकै महत्त्वपूर्ण आधार मान्न सकिन्छ । लैङ्गिक समताको माध्यमबाट लैङ्गिक समानता प्राप्त गर्न सकिन्छ जसलाई निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ ।

४.३.१ लैङ्गिक समानता (Gender Eqality)

महिला, पुरुष र यौन अल्पसङ्ख्यकबिच सबै प्रकारका सामाजिक भेदभावको अन्त्यको अवस्था नै लैङ्गिक समानता हो । अथवा महिला, पुरुष र यौन अल्पसङ्ख्यकबिच समान अवसर, समान स्तर, समान अधिकार, समान जिम्मेवारी तथा विकास प्रक्रिया, नीति निर्णय प्रक्रिया एवम् विकासको प्रतिफल उपभोगमा समान पहुँच एवम् समान सहभागिताको अवस्थालाई यथार्थमा लैङ्गिक समानता भनिन्छ ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घीय जनसङ्ख्या कोष (UNDP) ले पनि लैङ्गिक समानतालाई निम्नानुसार परिभाषित गरेको छ । महिला तथा पुरुषका लागि सामाजिक मूल्यमान्यता, व्यवहार तथा समान सहभागिताको सुनिश्चि रहेको अवस्था नै लैङ्गिक समानता हो । महिला र पुरुष बिना डरत्रास सामाजिक सांस्कृतिक सम्पत्तिमा पहुँच र समान सहभागिता अवस्थालाई लैङ्गिक समानताले औंल्याउँछ । (Gender equality refers to norms, values, attitudes and perceptions require to attain equal status between men and women. Gender equality refers to fairness in which women men access to socio-economic resources and equal participations) । त्यसैले बिना भेदभाव सबै महिला, पुरुष तथा यौन अल्पसङ्ख्यकले समान रूपले आफ्ना अधिकारहरू समान रूपमा उपभोग गर्न पाउने स्वतन्त्र सामाजिक व्यवहारलाई नै लैङ्गिक समानाता भनिन्छ ।

४.३.२ लैङ्गिक समता (Gender Equity)

समन्यायको सिन्द्धातअनुसार महिला र पुरुषका बिचमा उचनिचको भावनाबिना नै सामाजिक व्यवहारबाट गरिने समन्यायिक व्यवहारलाई लैङ्गिक समता भनिन्छ । अर्को अर्थमा लैङ्गिक भेदभावबाट पछाडि परेका महिला वर्गलाई अगाडि परेका पुरुष वर्गको हाराहारीमा ल्याउनका लागि महिलालाई दिइने ग्राह्यतालाई लैङ्गिक समता भनेर बुझिन्छ । लैङ्गिक समतालाई युएनडिपी (UNDP) ले निम्नानुसार परिभाषित गरेको छ । लैङ्गिक समानता यस्तो न्याय हो जसमा एउटै समूहलाई पनि आवश्यकताअनुसारको न्यायोचित व्यवहार गरिन्छ । (Equity indicates a kind of justice or fair treatment equality indicates sameness or homogeneity) ।

४.४ लैङ्गिकता र महिला सशक्तीकरण (Gender and Women Empowerment)

आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक, धार्मिक तथा विविध कारणले पछाडि परेका वा पारिएका समूहलाई विभिन्न माध्यमबाट सचेतना अभिवृद्धि गरी अगाडि रहेको समूहसँग समान हैसियतमा आफ्ना अधिकार उपभोग गर्न सक्ने बनाउने प्रक्रियालाई नै सशक्तीकरण भनिन्छ । अथवा पुरुष, महिला र यौनिक अल्पसङ्ख्यक सबैको अधिकार समान हुन्छ तर विभिन्न कारणले आफ्ना अधिकारका बारेमा जानकारी नभएको अवस्थामा आफ्ना अधिकारका बारेमा जागरुक गराई अधिकार लिन सक्ने हुनु वा गराउनु नै सशक्तीकरण हो ।

लैङ्गिकता र महिला सशक्तीकरणको गहिरो सम्बन्ध रहेको पाइन्छ । महिला सशक्तीकरण भनेको पुरुषमाथि महिलाहरूले शासन गर्ने वा अधिकार जमाउने भन्ने अर्थमा लिनु हुँदैन । महिलाहरूलाई आफ्नो अधिकारप्रति सजग तथा जागरुक बनाई लैङ्गिक शक्तिका सम्बन्धमा महिला र पुरुषको समान अधिकार हुन्छ तथा यस्तो अधिकारलाई आफ्नो सक्षमताले नै हासिल गर्ने र हरेक क्षेत्रमा पुरुष सरह सहज र सरल पहुँचका आधारमा अधिकार लिन सक्ने बनाउने प्रक्रिया नै महिला सशक्तीकरण हो ।

लैङ्गिकताका आधारमा हुने विभेदका कारणले गर्दा पुरुषको तुलनामा महिलाहरूका लागि आफ्नो अधिकारको प्रयोग गर्न सहज र सरल पहुँच नभएको देखिन्छ । महिला र पुरुषलाई लैङ्गिकतामा आधारित भएर सामाजिक भूमिकाहरू दिने गरिन्छ । जसमा महिलाहरूले घरको काम गर्ने, र पुरुषहरूले घर बाहिरको काम गर्नुपर्ने भनी परिभाषित गरिएको परम्परागत व्यवस्था रहिआएको छ । यस्ता परम्परागत सामाजिक व्यवहारले गर्दा महिला र पुरुषबिच लैङ्गिक विभेदको स्थिति सिर्जना भएको हो भन्न सकिन्छ । महिला सशक्तीकरण हुनका लागि महिलाहरूको मनोवैज्ञानिक पक्ष दरिलो हुनुपर्दछ । उनीहरूको योग्यता क्षमताको विकास हुनुपर्छ र आत्मबल बढ्नुपर्छ भन्ने यसको सैद्धान्तिक मान्यता रहेको छ ।

४.५ नेपालमा लैङ्गिकताका समसामयिक मुद्दाहरू (Contemporary Gender Issues of Nepal)

लैङ्गिकता विश्वव्यापी रूपमा छलफलको विषय हो । यसको सान्दर्भिकता समयअनुसार फरक फरक रहेको हुन्छ । कानुन नीतिहरूमा महिला र पुरुषबिच असमान व्यवहार गर्नु र परिवार, समुदाय र समाजमा भएका स्रोत र सेवाहरूको पहुँचमा असमानता रहनुलाई लैङ्गिक असमानता भन्ने बुझिन्छ । नेपालको सन्दर्भमा लैङ्गिकताका समसायिक मुद्दाहरू धेरै रहेका छन् । तीमध्ये केही मुद्दाहरू निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ :

(क) लैङ्गिकतामा आधारित हुने विभेदपूर्ण व्यवहार हट्न नसक्नु

(ख) लैङ्गिक विभेद र हिंसालाई प्रोत्साहन दिने सामाजिक संरचना, सोच, मूल्यमान्यता र लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा कायमै रहनु

(ग) यौनजन्य लैङ्गिक हिंसा कायमै रहनु

(घ) राजनीतिमा महिलाको उल्लेख्य प्रतिनिधित्व नहुनु

(ङ) आमाको नामबाट नागरिकता लिन पाउने अधिकार सहज रूपमा कार्यान्वयनमा नआउनु

(च) प्रजनन स्वास्थ्य अधिकार स्थापित गर्न नसक्नु

(छ) यौन स्वास्थ्य तथा यौनिकतासम्बन्धी अधिकार पूर्णरूपमा स्थापित गर्न नसक्नु

(ज) समान काममा महिला, पुरुष र यौन अल्पसङ्ख्यकको समान ज्यालको अधिकार स्थापित हुन नसक्नु

(झ) महिलाहरूले घरमा गर्ने कामको मूल्याङ्कन नगरिनु

(ञ) आधारभूत आवश्यकता (शिक्षा, स्वास्थ्य, आवास, खान पाउने अधिकार, लगाउने पाउने अधिकार, आदि) समान रूपमा पाउनुपर्ने अधिकारबाट बञ्चित हुनु ।

४.६ लैङ्गिकताका समसामायिक मुद्दा यसका चुनौती र अवसरहरू (Contemporary Gender Issues, Challengages and oppurtunities)

लैङ्गिक समानता र समताको विषयमा लामो समयदेखि बहस चलाइदै आएको छ । लैङ्गिक समानताका लागि अमेरिकामा महिलाहरूले पनि भोट खसाल्न पाउनुपर्ने भन्ने विषयबाट थालनी भएको मानिन्छ । जसलाई महिला समानता र राजनीतिक अधिकारका लागि रहेको देखिन्छ । समयसँगै लैङ्गिकताका विषयहरू फरक फरक ठाउँमा र फरक फरक समयमा भिन्न मुद्दामा चलिनै रहेको छ ।

लैङ्गिक समसामयिक मुद्दाहरू पनि फरक फरक रहेका छन् । महिलाहरूले आफूले कमाएको पैसा आफैँले राख्न पाउने, शिक्षामा समान अवसर, आर्थिक कारोबार गर्न पाउने महत्त्वपूर्ण विषयमा सफलता हासिल गर्दै आएका छन् भने विश्वमा समसामयिक मुद्दाहरू पनि आइरहेका छन् । रोजगारी, शिक्षा, स्वास्थ्य, आवास, स्वतन्त्रपूर्वक हिँडडुल गर्न पुरुषलाई जस्तो महिलाहरूलाई सरल र सहज पहुँच नहुनु आदिलाई लैङ्गिकताका समसामयिक मुद्दाका रूपमा लिन सकिन्छ । यसलाई बुदाँगत रूपमा निम्नानुसार प्रस्तुत गर्न सकिन्छ :

(क) सामाजिक, सांस्कृतिक, आर्थिक तथा धार्मिक रूपमा लैङ्गिक समानता कायम गर्नु

(ख) लैङ्गिकताका आधारमा भइरहेका विभेदपूर्ण अवस्थाका लागि सचेतनामूलक अभियान चलाई परिवर्तन ल्याउन समय लाग्नु

(ग) सामाजिक मूल्य मान्यताका आधारमा भएका लैङ्गिक विभेदहरूलाई हटाउनु

(घ) महिला, पुरुष र यौनिक अल्पसङ्ख्यकहरूको पनि समाजमा समान हैसियत हुन्छ भन्ने विषयमा साझा भावनाको विकास गर्न कठिन हुनु ।

(ङ) महिलाहरूको नीति निमार्णका तह र राजनीतिक क्षेत्रमा समान प्रतिनिधित्व हुन नसक्नु ।

(च) महिलाको कोमल भावनालाई, विशेष शारीरिक बनावटलाई कमजोर पक्ष सम्झी व्याख्या गरिनु ।

जैविक आधारमा महिलाहरू पुरुषहरूभन्दा कमजोर हुन्छन् भन्ने निराधार तर्क हो । महिलाहरूप्रति समाजले सकारात्मक सोचमा परिवर्तन गर्न सकेको पाइँदैन, जस्तै: जबसम्म घरमा छोराछोरीलाई श्रीमान्‌ले हेरचाह गरेर श्रीमती कामका लागि बाहिर जाने महिलालाई सम्मान गर्न सिकाइँदैन, तबसम्म लैङ्गिकताका जुनसुकै मुद्दाहरू पेचिला र चुनौतिका विषय बनिरहन्छन् ।

चुनौतीसगै लैङ्गिकतालाई विभिन्न अवसरहरूका रूपमा पनि हेर्ने गरिन्छ । चुनौतीहरूलाई अवसरमा बदल्न सकिन्छ भन्ने विश्वासका आधारमा लैङ्गिकताका अवसरहरू पनि रहेका हुन्छन् । संविधानलाई आधार मानेर समानताको हक सुनिश्चित गर्नु, लैङ्गिकमैत्री ऐन कानुनहरू निर्माण गर्नु, नेपालको राजनीतिमा महिलाहरूको उत्साहजनक सहभागिता रहनु, राष्ट्रिय महिला आयोगको संवैधानिक अधिकार क्षेत्राधिकार वृद्धि हुनु, लैङ्गिक समानतामा आधारित सामाजिक मूल्यमान्यता र व्यवहारमा सकारात्मक परिवर्तन आउनुलाई लैङ्गिकताको अवसरका रूपमा लिन सकिन्छ ।

क्रियाकलाप

समाजमा तथा घरपरिवारमा पुरुषले गर्दै आएका कामको सूची तयार पारी के ती काम महिलाले गर्न सक्ने र मिल्ने हुन् कि होइनन् भन्ने विषयमा विद्यार्थीहरू बिच समूह बनाई छलफल गराई यसैका आधारमा लैङ्गिक भूमिका, लैङ्गिक श्रम विभाजन तथा स्रोत परिचालनमा महिलाको पहुँच भन्ने विषमा कक्षाकोठामा निबन्ध प्रतियोगिता आयोजना गर्नुहोस् ।

४.७ लैङ्गिकताका सामाजिक परिणामहरू (Social Effects of Gender)

लैङ्गिकता विश्वव्यापी मुद्दा भएकाले यसलाई सबैतिर एकै प्रकारले व्याख्या गर्न सकिँदैन किनभने लैङ्गिकताका विषयमा मुद्दा फरक फरक छन तर पनि भिन्नता भने महिला, पुरुष र यौनिक अल्पसङ्ख्यकहरूसँग नै जोडिएर आउने गर्दछ । लैङ्गिकताका समाजिक परिणामहरू निम्नप्रकारका छन् :

लैङ्गिकताका सकारात्मक सामाजिक परिणामहरू

(क) महिला आयोगको स्थापना हुनु

(ख) मानव अधिकार आयोगको स्थापना हुनु

(ग) राजनीतिमा महिलाको सहभागिता अनिवार्य रहनु

(घ) महिलालाई रोजगारी तथा अन्य सेवामा आरक्षणको व्यवस्था हुनु

(ङ) आमाको मञ्जुरी भएमा ३ महिनासम्मको गर्भपतनसम्बन्धी व्यवस्था हुनु

(च) व्यक्तिगत स्वतन्त्रता

(छ) संवैधानिक रूपमा महिलाको प्रजनन अधिकारको संरक्षण हुनु

(ज) महिला शिक्षामा जोड दिनु

(झ) यौनिक अल्पसङ्ख्यकहरूले आफ्नो पहिचान खुलाएर नै नागरिकता तथा परिचय पत्र पाउने व्यवस्था हुनु ।

लैङ्गिकताका नकारात्मक सामाजिक परिणामहरू

(क) महिला, यौनिक अल्पसङ्ख्यक र पुरुषका बिचमा भएका भेदभाव पूर्ण रूपमा अन्त्य हुन नसकेको

(ख) समाजमा छोराप्रतिको चाहना हट्न नसकेको

(ग) समाजमा यौनिक अल्पसङ्ख्यक लागि गरिने व्यवहारमा उल्लेख्य परिवर्तन आउन नसकेको

(घ) विभिन्न बहानामा महिला र यौनिक अल्पसङ्ख्यकप्रति गरिने हिंसापूर्ण व्यवहारमा सार्थक परिवर्तन नआएको

(ङ) बालविवाह जस्तो कुप्रथाले महिलाहरूको प्रजनन स्वास्थ्यमा गम्भीर नकारात्मक प्रभाव पार्नु

(च) दाइजो प्रथा जस्तो जघन्य अपराधका कारणले महिलाहरूले ज्यान गुमाउनु

(छ) यौन पहिचान गरेर छोरी भ्रुणको हत्या गर्ने प्रचलन बढेर जानु ।

४.८ नेपालमा लैङ्गिकतालाई सम्बोधन गर्न भएका प्रयासहरू (Effort's to Address Gender in Nepal)

लैङ्गिक विभेदको अन्त्य, महिला सशक्तीकरण मानव विकासका दृष्टिकोणले निकै महत्त्वपूर्ण आयम रहदै आएको छ । नेपालका पञ्चवर्षीय योजनाहरूमा पनि महिला सशक्तीकरणका विविध पक्षहरूलाई समेटिएको छ भने सबै प्रकारका विभेदको अन्त्य गर्ने भनेर विभिन्न कार्यक्रमहरू पनि समावेश गरिरहेको छ । महिलाहरूको प्रजनन स्वास्थ्यलाई ध्यानमा राखी गरिरहेका कार्यक्रमहरूले मातृमृत्युदरमा कमी आएको छ । यसक साथै औसत आयुमा वृद्धि, महिला सारक्षरता दरमा वृद्धि, परिवार नियोजनका सेवामा सरल पहुँच,

गर्भावस्थामा गरिने जाँचमा वृद्धि, उपस्वास्थ्य चौकी र स्वास्थ्य चौकीबाट सबै प्रकारका सेवामा वृद्धि आदि जस्ता स्वास्थ्यका क्षेत्रमा भएका प्रयासहरू हुन् ।

नेपालले महिलाहरू माथि हुने विविध प्रकारका विभेदको अन्त्य गरी लैङ्गिकतालाई सम्बोधन गर्न धेरै प्रयास गरेको छ । अन्तरदेशीय सङ्गठित अपराध विरोधी महासन्धि, जनसङ्ख्या र विकाससम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन-१९९४, महिलासम्बन्धी चौथो विश्व सम्मेलन १९९५, बालश्रमको निकृष्ट रूपसम्बन्धी सन्धि १९९९ आदि लैङ्गिकतालाई सम्बोधन गर्न गरिएका अन्तर्राष्ट्रिय महासन्धिहरू हुन् । सन् १९९६ मा कोपनहेगनमा सम्पन्न एसिया तथा प्रशान्त क्षेत्रका देशहरूको जनसङ्ख्यासम्बन्धी सम्मेलन, सन् २००० मा न्युर्योकमा सम्पन्न सहस्राब्दी विकास सम्मेलन र सन् २००२ मा बैङ्ककमा सम्पन्न एसिया तथा प्रशान्त क्षेत्र जनसङ्ख्या तथा विकास सम्मेलनको नेपाल पक्ष राष्ट्र भएकाले ती सम्मेलनमा व्यक्त प्रतिबद्धतालाई योजनामा रूपान्तरण गरी कार्यान्वयन गर्नका लागि लैङ्गिकतालाई जनसङ्ख्यासम्बन्धी दीर्घकालीन योजनाको आवश्यकता महसुस गरिएको हो ।

नेपालको बदलिँदो परिवेशमा जातीय, क्षेत्रीय, भाषिक, लैङ्गिक विविधतायुक्त जनसङ्ख्याको उचित व्यवस्थापन, परिचालन तथा स्तरोन्नति हालको प्रमुख आवश्यकता भएको छ । ती घोषणाहरू महिला, बालिका तथा ज्येष्ठ नागरिक महिलाहरूका लैङ्गिकताका अधिकार सम्बोधन गर्ने प्रतिबद्धता हुन् भन्ने बुझिन्छ । बाल अधिकार महासन्धि र यसको अभिसन्धि, महिला विरूद्धका विभेदको निर्मूलनसम्बन्धी सन्धि १९७९ र यसको अभिसन्धि, आदि यससम्बन्धी गरिएका प्रयासहरू हुन् ।

नेपालमा लैङ्गिक समानताका लागि गरिएका नीतिगत प्रयासहरू निम्नानुसार छन् :

१. छैटौं पञ्चवर्षीय योजना : महिलाहरूलाई शिक्षामार्फत राष्ट्रनिर्माणमा बल पुऱ्याउनुपर्ने आवश्यकता औंल्याइएको थियो । आर्थिक रूपमा सक्रिय महिलाको सङ्ख्या बढाउनुका साथै महिला सहभागिताका क्षेत्रसमेत यथासम्भव विस्तार गर्नुपर्नेमा जोड दिइएको थियो ।

२. सातौँ पञ्चवर्षीय योजना : महिलाको उत्पादकत्व र क्षमता बढाउँदै उनीहरूलाई विकास प्रक्रियामा पुरुषसरह सक्रिय रूपमा सहभागी गराउने

३. आठौँ पञ्चवर्षीय योजना : महिला सरोकारलाई विकासको मूलप्रवाहमा समाहित गर्ने

४. नवौँ पञ्चवर्षीय योजना : लैङ्गिक समानता र महिला सशक्तीकरणका कार्यक्रमहरू तर्जुमा गरी महिलाहरूलाई समतामूलक तवरबाट विकासको मूल प्रवाहमा समाहित गराउने

५. दशौँ पञ्चवर्षीय योजना : लैङ्गिक मूलप्रवाहीकरण एवम् महिला सशक्तीकरण गर्नुपर्नेमा जोड ।

६. एघारौँ पञ्चवर्षीय योजना: राज्य संरचनामा महिलाको प्रतिनिधित्व र समस्त विकास प्रक्रियामा लैङ्गिक विकासलाई जोड

७. बाह्रौँ त्रिवर्षीय योजना : लैङ्गिक तथा महिला सशक्तीकरणका नीतिहरूको निरन्तरता योजनामा सबै वर्ग र क्षेत्रका महिलाहरूको सामाजिक, आर्थिक तथा राजनीतिक सशक्तीकरण गर्दै दिगो शान्ति एवम् विकासमा महिलाहरूको भूमिकालाई सशक्त बनाउने र महिलाविरूद्धका विभिन्न प्रकारका लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा एवम् विभेदको अन्त्य गर्ने

८. तेरौँ त्रिवर्षीय योजना : महिलाको मूलभूत तथा समान अधिकार सुनिश्चित गर्दै लैङ्गिक रूपले समावेशी र समतामूलक राष्ट्र निर्माण गर्ने

९. चौधौँ योजना : सबै वर्ग र क्षेत्रका महिलाहरूको सामाजिक, आर्थिक र राजनीतिक सशक्तीकरण गर्दै महिलाको मूलभूत अधिकार सुनिश्चित गर्ने

१०. पन्ध्रौँ योजनाको आधार पत्रले महिलाको समान र अर्थपूर्ण सहभागितासहित योजनाको अन्त्यसम्ममा लैङ्गिक विकास सूचकाङ्क ०.९२५ बाट ०.९६३ पुऱ्याउने लक्ष्य लिएको छ ।

नेपालमा मानव अधिकारको प्रवर्धन र संरक्षणका निम्ति विभिन्न लैङ्गिकमुखी सेवा प्रदान गर्न तथा नागरिकको संरक्षण र विकासको अधिकारलाई सुनिश्चित गर्न विभिन्न संस्थाहरू स्थापना भई काम गरिरहेका छन् । नेपालमा लैङ्गिकतासम्बन्धी विषयको सम्बोधन गर्नका लागि विभिन्न आयोगहरू, सम्बद्ध मन्त्रालयहरू, समितिहरू र सेवा केन्द्रहरू क्रियाशील रहेका छन् ।

नेपालको संविधानमा लैङ्गिकतासम्बन्धी विषयवस्तुलाई निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ :

१. प्रत्येक महिलालाई लैङ्गिक भेदभावबिना समान वंशीय हक हुने छ ।

२. प्रत्येक महिलालाई सुरक्षित मातृत्व र प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी हक हुने छ ।

३. महिलाविरूद्ध धार्मिक, सामाजिक, सांस्कृतिक, परम्परा, प्रचलन वा अन्य कुनै आधारमा शारीरिक, मानसिक, यौनजन्य, मनोवैज्ञाकि वा अन्य कुनै किसिमका हिंसाजन्य कार्य वा शोषण गरिने छैन । यस्तो कार्य कानुनबमोजिम दण्डनीय हुने छ र पीडितलाई कानुनबमोजिम क्षतिपूर्ति पाउने हक हुने छ ।

४. राज्यका सबै निकायमा महिलालाई समानुपातिक समावेशी सिद्धान्तका आधारमा सहभागी हुने हक हुने छ ।

५. महिलालाई शिक्षा, स्वास्थ्य, रोजगारी, सामाजिक सुरक्षा, सकारात्मक विभेदका आधारमा विशेष अवसर प्राप्त गर्ने हक हुने छ ।

६. सम्पत्ति तथा पारिवारिक मामिलामा दम्पतीको समान हक हुने छ ।

७. आय, राज्यको संरचनामा सहभागी हुने हक, राष्ट्रिय मानवअधिकार आयोगका पदाधिकारीको नियुक्ति गर्दा महिलासहित विविधता कायम गर्ने सबै राजनीतिक पार्टीले ३३ प्रतिशत महिलाहरूका लागि अनिवार्य आरक्षणको व्यवस्था नागरिक कानुन आधिकारको संरक्षण हुने ।

राष्ट्रिय मानव अधिकार आयोग, राष्ट्रिय योजना आयोग, राष्ट्रिय महिला आयोग, राष्ट्रिय दलित आयोग, स्वास्थ्य तथा जनसङ्ख्या मन्त्रालय, शिक्षा, विज्ञान तथा प्रविधि मन्त्रालय, सङ्घीय मामिला तथा स्थानीय विकास मन्त्रालय, गृह मन्त्रालय, युवा तथा खेलकुल मन्त्रालय, स्थानीय तथा सञ्चार मन्त्रालय, र श्रम तथा रोजगार मन्त्रालयको स्थापना गरी लैङ्गिक समावेशिताका आधारमा कार्यक्रम गरिनु, नेपालको संविधानमा महिलाका मुद्दालाई सम्बोधन गर्न गरिएका सकारात्मक कार्यहरू लैङ्गिकतालाई संम्बोधन गर्न गरिएका राष्ट्रिय प्रयासहरू हुन् ।

क्रियाकलाप

कक्षामा समूह बनाई समाजमा आफूले देखेका, भोगेका तथा सुनेका लैङ्गिक विभेद र यसले पार्न सक्ने मनोवैज्ञानिक पक्षहरूको व्याख्या गर्दै लैङ्गिक विभदे अन्त्य गर्न विद्यार्थीको भूमिकाबारे शिक्षकको सहयोगमा निबन्ध लेखी कक्षामा छलफल गर्नुहोस् ।

४.९ लैङ्गिकतालाई सम्बोधन गर्न जनसङ्ख्या शिक्षा (Population Education to Address Gender)

जनसङ्ख्यासम्बन्धी शिक्षा बहुआयामिक विषय हो । यसले मानिसका जन्मदेखि मृत्युसम्मका विविध मानवीय पक्ष (जन्म,मृत्यु, बसाइँसराइ, विवाह, सम्बन्ध विच्छेद) को अध्ययन गर्ने गर्दछ । भौगोलिकताका आधारमा जनसङ्ख्याको वितरण, उमेर समूहका आधारमा जनसङ्ख्याको वितरण, मानिसको बसाइँसराइलाई प्रभाव पार्ने तत्त्वहरू, शिक्षा, स्वास्थ्य जस्ता विभिन्न विषयहरूमा जनसङ्ख्या शिक्षाको महत्त्व अनिवार्य र अपरिहार्य रहेको हुन्छ । जनसङ्ख्या शिक्षाका माध्यमबाट मानिसको दैनिक जीवनमा आइपर्ने विषयको सङ्ख्यात्मक र गुणात्मक पक्षहरूको अध्ययन गरी राज्यले निमार्ण गर्ने नीति तथा कार्यक्रमहरूमा सुझाव दिने काम निकै महत्त्वपुर्ण मानिन्छ ।

जनसङ्ख्या शिक्षाले शिक्षा, स्वास्थ्य, पोषण, प्रजनन, जन्म, मृत्यु, बसाइँसराइ, विवाह जस्ता विषयहरूको अध्ययन गर्दछ भने यसको वितरण र लैङ्गिक बनावटको व्याख्या पनि गर्दछ । लैङ्गिकताका आधारमा शिक्षामा महिला तथा पुरुषको सङ्ख्या, स्वास्थ्यमा महिलाको पहुँच जस्ता पक्षहरूको वर्तमान अवस्थाको

सङ्ख्यात्मक पक्ष महत्त्वका साथ उल्लेख गरेको पाइन्छ । कस्तो राष्ट्रिय कार्ययोजनाहरू ल्याउने भन्ने कुराहरूको विस्तृत ज्ञान जनसङ्ख्या शिक्षाबाट प्राप्त गर्न सकिन्छ । त्यसैगरी लैङ्गिक विभेदको अवस्थाले के कस्तो प्रभाव पारेको छ ? यसको दीर्घकालीन परिणाम के होला ? जस्ता जनसाङ्ख्यिक पक्षको अध्ययन गर्न जनसङ्ख्या शिक्षा महत्त्वपुर्ण हुन्छ । जनसङ्ख्या शिक्षाले जीवनमा प्रत्यक्ष प्रभाव पार्ने जनसङ्ख्या व्यवस्थापनका बारेमा विस्तृत ज्ञान प्रदान गर्दछ । जनसङ्ख्या शिक्षाले विभिन्न जनसाङ्ख्यिक, सामाजिक तथा आर्थिक वियवस्तुको, महिला तथा पुरुषको छुट्टाछुट्टै अध्ययन गर्दछ । प्रजनन स्वास्थ्यलाई ध्यानमा राखी परिवार नियोजनका विभिन्न विधिहरूको विश्लेषण गर्न पनि जनसङ्ख्या शिक्षा महत्त्वपूर्ण हुन्छ । लैङ्गिक समानता हासिल गरी गुणस्तरीय जीवनयापन गर्न आवश्यक पर्ने विभिन्न व्यावहारिक ज्ञान जनसङ्ख्या शिक्षाले दिन्छ ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर दिनुहोस :

(क) जन्मका आधारमा छुट्टिने शारीरिक विशेषतालाई के भनिन्छ ?

(ख) मोजरका अनुसार लैङ्गिक भूमिका कति प्रकारका छन् ?

(ग) नेपालमा कुन आवधिक योजनाबाट महिलाका विषयहरू समावेश गरियो ?

(घ) नेपालको संविधानअनुसार आरक्षणबाट कति प्रतिशत पदपूर्ति गर्ने व्यावस्था गरिएको छ ?

२. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) लैङ्गिकता भनेको के हो ? लैङ्गिकताका सम्बन्धमा सामाजिक मूल्य मान्यता कसरी बदल्न सकिन्छ, लेख्नुहोस् ।

(ख) लैङ्गिकताका समसामयिक मुद्दाहरू के कस्ता रहेका छन् ? छलफल गर्नुहोस् ।

(ग) लैङ्गिकता समानता र समताबिच फरक छुट्याउनुहोस् ।

(ग) महिला सशक्तीकरण भनेको के हो ? लैङ्गिकता र सशक्तीकरणबिचको फरक उल्लेख गर्नुहोस् ।

(घ) लैङ्गिकताका सामाजिक परिणामहरू लेख्नुहोस् ।

(ग) लैङ्गिकताका समसामयिक चुनौतीहरूका बारेमा उल्लेख गर्नुहोस् ।

३. तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर दिनुहोस् :

(क) लैङ्गिक भूमिका उल्लेख गर्दै लैङ्गिकता र यौनबिच के कस्ता भिन्नताहरू छन् ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ख) लैङ्गिक आवश्यकताको उल्लेख गर्दै आफ्नो घरमा भएको व्यावहारिक र सैद्धान्तिक लैङ्गिक आवश्यकताबारे छुट्याउनुहोस् ।

(ग) नेपालमा भएको लैङ्गिकतासम्बन्धी प्रयासहरूको व्याख्या गर्नुहोस् ।

(घ) लैङ्गिक समानता र लैङ्गिक समताबिच फरक छुट्याउनुहोस् ।

(ङ) जनसङ्ख्या शिक्षा र लैङ्गिकताको सम्बन्ध व्याख्या गर्नुहोस् ।

(च) लैङ्गिकताका सकारात्मक र नकारात्मक सामाजिक परिणामहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(छ) आफूले देखेका लैङ्गिक विभेदका घटनाहरूलाई टिपोट गरी देखेका घटना कति सही छन् वा छैनन् विश्लेषण गर्नुहोस् र प्रतिवेदन तयार गरी शिक्षकलाई देखाउनुहोस् ।

एकाइ ५

बृहत् यौनिकता शिक्षा
(Comprehansive Sexual Education)

परिचय

यौनिकता मानव जीवनको अत्यावश्यक पक्ष हुँदाहुँदै पनि हाम्रो समाजमा यौन र यौनिकतालाई हेर्ने दृष्टिकोण फराकिलो भइसकेको छैन । त्यसकारण यौनिकतालाई बुझ्न पनि आवश्यक रहेको छ । यौन र यौनिकताका बारेमा जानकारी गराई यौनिकताका बारेमा समाजका भएका धारणाहरू, यौनिक क्रियाकलाप व्यवस्थापन, यौकिन क्रियाकलापका माध्यमबाट सर्ने रोगहरूका बारेमा जानकारी यस पाठबाट पाउन सकिन्छ । प्रजनन स्वास्थ्यका क्षेत्रहरू र गर्भ व्यवस्थापनका विभिन्न उपायहरूका बारेका पनि यस पाठबाट जानकारी पाउन सकिन्छ ।

५.१ यौनिकता र संस्कृति समाज र मानव अधिकार (Sexuality and Culture society and Human Rights)

यौनिकता र यौनिक क्रियाकलापहरूसँग सम्बन्धित हाम्रा विचार, मूल्यमान्यता, भावना र व्यवहारहरूले मानव यौनिकतालाई स्पष्टसँग व्याख्या गर्न सक्छ । यौनिक सम्बन्धहरूका बारेका हाम्रा विचारहरू, यौनिकतासम्बन्धी हाम्रा मूल्यमान्यता तथा धारणाहरू, यौनसम्बन्धी हाम्रा दृष्टिकोणहरू, यौनको अर्थ, हामी कसरी यी कुराहरूलाई बुझ्न, अर्थ लगाउन, व्याख्या गर्न सक्छौं भन्ने सन्दर्भ यौनिकताले समेट्छ । मानव समाजसँग सम्बन्धित सबै विषयहरूले आआफ्नो धर्म, संस्कृति तथा सामाजिक मूल्य मान्यताहरू निर्धारण गरेको हुन्छ । नेपालमा विभिन्न प्रकारका रीतिरिवाज, प्रथा, परम्पराहरू अबलम्वन गर्दै आएका कारण यौनिक धारणा पनि त्यहीअनुसार फरक फरक रहेको छ ।

संस्कृति भनेको एउटा निश्चित स्थान वा अवस्थामा तथा भूभागमा बसोबास गर्ने मानिसहरूको चालचलन, रीतिरिवाज, प्रथा, मूल्यमान्यता परम्परा आदिको एकीकृत रूप हो । यस्ता संस्कृतिहरू देश र परम्पराअनुसार फरक फरक हुन्छन् । नेपाल बहुसांस्कृतिक र जातीय मुलुक भएकाले विभिन्न प्रकारका मूल्य मान्यता तथा धर्म परम्परा रहेको पाइन्छ । सोहीअनुसार यौनिकतालाई व्याख्या गरेको हुन्छ । यौनिकता र यौनका विषयलाई मानव अधिकारको एउटा पक्षका रूपमा लिइएको पाइन्छ ।

५.२ यौनिकताको अवधारणा संस्कृति समाज तथा मानव अधिकारको अन्तरसम्बन्ध (concept of sexuality, culture society and relation of human rights)

यौनिकता र संस्कृति समाज तथा मानव अधिकारको घनिष्ट सम्बन्ध रहेको हुन्छ । मानिसले दैनिक रूपमा अवलम्बन गर्दै आएको संस्कृति वा समुदायअनुसारका प्रथा परम्पराहरू यौनिकतासँग निकट रहेका हुन्छन् ।

जस्तै : नेपालमा मनाइँदै आएका गुफा राख्ने प्रचलन, ब्रतबन्ध आदि यौनिकताका सामाजिक सांस्कृतिक पक्षहरूका उदाहरणहरू हुन् । संस्कृतिको व्याख्या गर्दा यौनिकतासम्बन्धी विषयलाई गौण रूपमा राखिएकाले यौनका विषयमा धारणाहरू सङ्कुचित भएको पाइन्छ जसले गर्दा यौनिकताका पक्षहरूमा खुलेर बहस हुन सकेको छैन । यसको फलस्वरूप यौनिकताका विभिन्न पक्षहरूमा भएका समस्याहरू लुकाउने, अस्वस्थ्य र असुरक्षित यौन व्यवहारहरूले समाजलाई नकारात्मक दिशातिर लगिरहेको छ ।

धर्म, संस्कृत तथा समाजसँग यौनिकताको सम्बन्ध निकै निकट रहेको परम्परागत कला कौशलहरूबाट पनि देखिन्छ । परम्परागत धार्मिक स्थलहरू जस्तै : मन्दिर देवलहरूका खम्बा र टुँडालहरूमा कुँदिएका चित्रकलामा प्रशस्त यौनिकता झल्काउने चित्रहरू पाइन्छन् । त्यसैले धामिर्क ग्रन्थहरू तथा ऐतिहासिक महत्त्वहरूका सामाग्रीहरूमा यौनिकताका विभिन्न पक्षहरूको चर्चा भएको पाइन्छ ।

यौनिकतासम्बन्धी विभिन्न प्रकारका सन्दर्भ सामाग्री सांस्कृतिक रीतिरिवाज, नियम वा मान्यताहरू प्रचलनमा रहेका हुन्छन् । सांस्कृतिक तथा सामाजिक वातावरणले व्यक्तिको आचरण, व्यवहारहरूलाई अनुकूल तरिकाले प्रयोगमा ल्याउन नियम निर्धारण गरेको हुन्छ । समाजलाई एकीकृत गरी सङ्गठित गर्न व्यक्तिको यौनिकतालाई व्यावहारिक बनाई नियन्त्रण गर्न र निर्देशित गर्ने काम सामाजिक सांस्कृतिक व्यावहारले गर्दछ । त्यसैले यौनिकतासँग संस्कृति तथा समाजको सम्बन्ध निकट रहेको हुन्छ । मानवले अपनाउने यौनिक व्यावहारहरू समाजले अपेक्षा गरेअनुरूप छ वा छैन भनेर हेर्ने मापदण्डहरू नै सामाजिक तथा सांस्कृतिक मान्यताहरू हुन् ।

मानव अधिकार र यौनिकताको पनि अन्योयाश्रित सम्बन्ध रहेको हुन्छ । मानव अधिकारभित्र यौनिकता पनि पर्ने गर्दछ । सन् १९९४ मा इजिप्टको कायरोमा भएको जनसङ्ख्या तथा विकास सम्मेलन (ICPD) ले यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी अधिकारहरू मानव अधिकारजन्य अवधारणाहरूबाट अङ्गीकार गरिएको हुनाले र यी अधिकारहरू मानवअधिकारका महत्त्वपूर्ण पक्ष भएकाले यो विषयलाई अन्तर्राष्ट्रिय जनसङ्ख्या तथा विकास सम्मेलनले मौलिक अधिकारका रूपमा स्वीकार गरिसकेको छ । नेपालले पनि यसै सम्मेलनमार्फत् यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी अधिकारहरू मानव अधिकार हुन् भनी स्वीकार गरेर आफ्नो देशमा लागु गराउने प्रण गर्दै हस्ताक्षर गरिसकेको छ ।

यौनिकता र मानव अधिकार एकआर्कामा अन्तरनिहित विषयवस्तु हुन् । यौन तथा प्रजनन अधिकारलाई आत्मसात् गर्दै यौन तथा प्रजनन अधिकार संरक्षण तथा निर्णय गर्ने अधिकार महिलालाई हुनुपर्दछ भन्ने पक्षमा विशेष जोड दिदै महिला सशक्तीकरणका कार्यक्रमका कार्यन्वयनलाई बेइजिङ घोषणापत्र १९९५ ले प्राथमिकता दिएको थियो । यसबाट प्रष्ट हुन्छ यौनिकतालाई अन्तर्राष्ट्रिय जगत्ले पनि महत्त्वका साथ आत्मसात् गरेको छ ।

सन् १९९९ मा हङकङमा भएको विश्व यौनिकतासम्बन्धी सम्मेलनले निम्नानुसारका ११ ओटा यौनअधिकारहरू उल्लेख गरेको पाइन्छ जुन निम्नानुसार छन् :

१. यौन गोपनियताको अधिकार
२. यौनिक स्वतन्त्रताको अधिकार
३. यौन अधिपत्य, यौन इमानदारिता यौन सुरक्षाको अधिकार
४. यौनिक संवेग अभिव्यक्त गर्ने अधिकार
५. यौनिक आनन्दको अधिकार
६. यौन समान न्यायको अधिकार
७. स्वतन्त्रपूर्वक यौनिकसम्बन्ध स्थापित गर्ने अधिकार
८. स्वतन्त्र तथा जिम्मेवारीपूर्वक प्रजनन छनोट गर्ने अधिकार
९. यौनिकतासम्बन्धी वैज्ञानिक स्थानीय लिन सकिने अधिकार
१०. बृहत्तर यौनिकता शिक्षा लिन पाउने अधिकार
११. यौन स्वास्थ्यको हेरचाह र उपचार गर्ने अधिकार

सबै मानवले अधिकार जिम्मवारीको क्षेत्रभित्र समेटेर पूर्ण र सही ज्ञान पाउनु पर्दछ । प्रत्येक व्यक्तिलाई आफ्नो यौनिकतासम्बन्धी निर्णय लिने अधिकार हुन्छ । व्यक्तिले आफ्नो शारीरिक अवस्था, स्वास्थ्य स्थिति, शारीरिक विकास, भेदभाव तथा हिंसारहित यौन व्यवहार आदिको पूर्ण नियन्त्रण तथा समझदारीमा र समान सहभागितामा स्वतन्त्र रूपले यौनिक व्यवहार अपनाउन सक्छन् ।

प्रजननसम्बन्धी बडापत्र (सन् २000) मा यौन तथा प्रजनन अधिकारका बारेमा निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ :

१. गर्भधारण, शिशुको जन्म र यौनका कारणबाट व्यक्तिको जीवनमा खतरा हुनु हुदैन ।
२. यौनिक तथा प्रजनन जीवनमाथि आफैं निर्णय र नियन्त्रण गर्न पाउनुपर्दछ ।
३. बच्चा पाउने, नपाउने वा कति सङ्ख्यामा पाउने भन्ने अधिकार व्यक्तिगत हुन्छ ।
४. धर्म, यौनिक, भाषा, यौनिक प्रवृत्ति, सामाजिक बनावट र जाति तथा रङका आधारमा भेदभाव गरिनुहुँदैन ।
५. आफ्नो यौन तथा प्रजनन जीवनको निर्णय आफैं गर्न पाउनुपर्दछ ।
६. प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी निर्णय गर्ने र स्थानीय प्राप्त गर्ने अधिकार सबैलाई हुन्छ ।
७. प्रत्येक व्यक्तिको यौनिक शिक्षा प्राप्त गर्ने, स्थानीय प्राप्त गर्ने अधिकार हुन्छ जुन व्यक्तिगत हुन्छ र व्यक्तिगत स्वतन्त्रतामा भर पर्दछ ।

माथि उल्लिखित बुँदाहरूले यौनिकता, यौन शिक्षा तथा बृहत् यौन शिक्षा मानव अधिकारको अभिन्न अङ्गका रूपमा रहेको प्रस्ट देख्न सकिन्छ । प्रत्येक व्यक्ति आफ्ना अधिकारप्रति सजग हुन आवश्यक छ । अधिकारहरू सुरक्षित गरी उपभोग गर्ने दायित्व पनि सचेत नागरिककै भएको हुनाले विद्यार्थीले मानव अधिकारका आधारभूत पक्षहरू के के हुन् र यसलाई कसरी प्रत्येक व्यक्तिले प्रयोग गर्न सक्छन् भनेर बुझ्न र घर तथा समुदायमा बुझाउन आवश्यक भइसकेको छ ।

व्यक्तिका मानव अधिकारहरू यौनिकता तथा प्रजननसँग सम्बन्धित हुन्छन् भने त्यसलाई यौन अधिकार (Sexual rights) र प्रजनन अधिकार (Reproductive rights) भनिन्छ । सामान्यतया यौन अधिकार व्यक्तिको आफ्नो शरीरमाथिको नियन्त्रण, यौनिक क्रियाकलाप तथा यौनिक स्वास्थ्यसँग सम्बन्धित रहन्छ । प्रजनन अधिकार भनेको सामान्य रूपले प्रजनन, परिवार नियोजन, परिवार नियोजनका साधन छनोट वा छोराछोरी जन्माउने वा नजन्माउने आदि विषयहरूको नियन्त्रण र निर्णयसँग सम्बन्धित रहन्छ ।

यौनिकता, संस्कृति, समाज र मानव अधिकार एक आपसमा सम्बन्धित रहेका छन् किनभने संस्कृति तथा समाजले यौनिकतासम्बन्धी मानव अधिकारको प्रयोग गर्दा सामाजिक तथा सांस्कृतिक मूल्य मान्यताहरूको ख्याल राख्नुपर्ने कुरामा विशेष जोड दिन्छ । जसले सुरक्षित तथा व्यावहारिक माध्यमबाट यौनिक अधिकार प्रयोग गर्न मानिसलाई दबाब दिइरहेको हुन्छ । यौन जीवन मानव जीवनको महत्त्वपूर्ण पक्ष भएकाले मानव अधिकारसँग आबद्ध नगर्ने हो भने मानव जीवन नै अधुरो वा अपूर्ण हुन जान्छ । यौनिकता जीवनको व्यापक र केन्द्रीय पक्ष हो भने अधिकार भनेको त्यस्ता पक्षहरूमाथि व्यक्तिले स्वतन्त्रतापूर्वक निर्णय लिन पाउने अधिकार हो । यौनिकताका व्यावहारिक पक्षको ज्ञान दिने प्रयास सामाजिक सांस्कृतिक पक्षले गर्ने गर्दछ ।

५.३. यौनिकता र आम सञ्चार (Sexuality and Media)

परम्परागत समाजमा यौनिकतासम्बन्धी ज्ञान प्रदान गर्ने प्रमुख आधारहरू भनेको धर्म, संस्कृति, पौराणिक मूल्यमान्यता, प्रथा, परम्परा तथा ज्येष्ठ नागरिकहरूका अनुभवहरू थिए । तर वैज्ञानिक समाजमा आधुनिक उपकरणहरूको आविष्कार र उपभोग बढ्दो छ । विकासको गतिसँगै वैज्ञानिक तथा स्थानीय प्रविधिहरूको विकास हुँदै गयो त्यससँगै यी सञ्चार माध्यमका नयाँ नयाँ आविष्कारहरू मानव जीवनयापनसँग एकीकृत हुन पुगे जसले मानव जीवनयापनको अभिन्न अङ्गका रूपमा भूमिका निर्वाह गरिरहेको छ । मानव जीवनमा यौनिकता अपरिहार्य छ भने आम सञ्चारले यौनिक सामाजीकरणको भूमिका निर्वाह गरिरहेको छ ।

आधुनिक समाजमा प्रविधिको प्रयोग गरी यौनिकतासम्बन्धी ज्ञान तथा सिपका बारेमा जानकारीहरू दिने गरिन्छ, जस्तै : टेलिभिजन, रेडियो, पत्रपत्रिका, पुस्तक, इन्टरनेट, सामाजिक सञ्जाल (फेसबुक, ट्विटर, इन्स्टाग्राम, भाइबर आदि) मोबाइल, कम्प्युटर आदि जस्ता प्राविधिक आविष्कारहरू यौनिकताका विषयमा ज्ञान, सिप तथा मूल्यमान्यताहरू प्रदान गर्ने स्रोतका रूपमा लिने गरिन्छ । यसरी प्रस्तुत गरिने यौनिक स्थानीयहरूमा संवेगात्मक तथा भावनात्मक स्थानीयहरू समावेश हुँदैनन् । यस्ता आमसञ्चार माध्यमबाट

प्राप्त गरिने स्थानीयहरूमा यौनिकताका काल्पनिक विषयवस्तुहरू पनि समावेश भएका हुन्छन् । यसरी काल्पनिक विषयवस्तुहरूले व्यक्तिलाई भ्रममा पार्नसक्ने हुनाले काल्पनिक र भ्रामक स्थानीय प्रवाह गर्नुहुँदैन ।

सिनेमामा पनि यौनिकतासँग सम्बन्धित सूचनाहरू समावेश भएका हुन्छन् । सिनेमा, नाटक, टेलिसिरियल कथा, पटकथा आदि जस्ता कुराहरूले पनि यौनिकतासम्बन्धी विषयहरू, यौन हिंसा, माया प्रेम, सम्बन्धविच्छेद, विवाह, संयोग, वियोग, पीडा, अत्याचार, शोषण, ब्ल्याकमेलिङ र यौन जस्ता विषयहरू पनि समावेश गरिएको हुन्छ । यसरी समावेश भएका सबै विषयहरू तथ्यपरक हुन्छन् भन्ने होइन किनभने यस्ता विषयहरू काल्पनिक पनि हुन सक्छन् । यस्ता संवेदनशील विषयमा बनाइएका सूचनामूलक सामग्रीहरू सकारात्मक र सान्दर्भिक सन्देशलाई मात्र सिकाइ स्रोतका रूपमा प्रयोग गर्नुपर्दछ ।

लैङ्गिकता, यौनिकता तथा यौनसँग सम्बन्धित विषयहरू सञ्चार माध्यमहरूबाट प्रकाशन तथा प्रसारण भइरहेका हुन्छन् । विभिन्न सञ्चार माध्यमबाट प्रसारण हुने यौनिकतासम्बन्धी विषयवस्तु सामाजिक मूल्य मान्यता तथा धारणासँग सम्बन्धित रहेका हुन्छन् । सञ्चार माध्यमबाट प्रकाशित वा प्रसारित हुने यौनिकतासम्बन्धी सन्देशहरूले सकारात्मक सन्देशहरू प्रवाह गरिरहेको हुन्छ । जसले सुरक्षित यौन शिक्षा, स्वस्थकर र सम्मानित यौनिक व्यहारलाई प्रोत्साहन गरिरहेको हुन्छ ।

यौनिकताका विषयमा स्वस्थ्य तथा सकारात्मक र व्यावहारिक ज्ञान तथा सिप प्रदान गर्नका लागि आमसञ्चारको महत्त्वपूर्ण योगदान रहेको हुन्छ । यौनिकताका विषयमा संसारभर सञ्चारको भूमिका सकारात्मक रहेको छ जसका कारणले यौनिकता, यौनिक सम्बन्ध, लैङ्गिक समानता तथा महिला सशक्तीकरण जस्ता विषयहरूमा रचनात्मक सन्देशहरूले सकारात्मक प्रभाव पार्न मदत पुग्न सक्छ ।

आधुनिक प्रविधिको प्रयोग गरेर पछिल्लो समय व्यक्तिहरूले निम्न यौनिक हिंसाहरू भोगको देखिन्छ :

- जबरजस्ती नकारात्मक यौनिक सन्देश पठाउने
- यौनिक वार्तालापको सम्बन्ध बिग्रिएपछि सोही विषयलाई लिएर ब्ल्याकमेलिङ गर्ने
- यौनिक संवादमा दबाब दिने र यसको नकारात्मक फाइदा लिन खोज्ने
- एउटाको नग्न तस्बिरमा अर्को व्यक्तिको तस्बिर जोडेर चरित्र हत्या गर्ने
- यौनिक हैरानी तथा यौन हिंसा गर्ने आदि ।

माथि उल्लिखित पक्षबाट सुरक्षित रहन आधुनिक प्रविधिको उचित प्रयोग गर्न आवश्यक हुन्छ । यसको प्रयोग सकारात्मक काममा मात्र गर्नुपर्दछ । कसैले पनि देखेको छैन भनेर जथाभावी कुरा गर्ने, जोसँग पायो उहीसँग कुरा गर्ने, अपरिचित व्यक्तिहरूसँग कुरा गर्ने, चिनेकै मानिससँग कुरा गर्दा पनि उसले गर्ने कुराको शैली बुझेर कुरा गर्ने तथा कसैलाई फसाउने शैलीमा कुरा नगर्ने, कसैले गैरकानुनी कामका लागि आफूलाई प्रयोग गर्न खोज्दै छ कि भन्ने जस्ता विभिन्न विषयमा ध्यान पुऱ्याउनुपर्ने हुन्छ । यस्ता विभिन्न किसिमका समस्यालाई निराकरण गर्न परिवारका सदस्यहरूसँग सरसल्लाह गर्ने, तथा प्रहरी

प्रशासनको पनि सहयोग लिनुपर्ने हुन्छ । यस्ता कार्यहरू गैरकानुनी हुन् र गैरकानुनी कार्यमा संलग्न जोकोहीलाई पनि कानुनी सजाय हुन्छ भन्नेतर्फ सचेत रहनुपर्छ ।

डिजिटल तथा प्रिन्ट सञ्चार माध्यममा आएका विविध जानकारीमूलक सन्देशहरूले यौनिकताका विशेषताहरू प्रस्तुत गर्दा महिला, पुरुष तथा यौन अल्पसङ्ख्यकहरूका लागि सकारात्मक सन्देश प्राप्त भई सचेतना आइरहेको छ । यौनिकतासँग सम्बन्धित विषयहरूमा भएका हिंसाबाट कसरी बच्ने, कानुनी उपचार के हुने जस्ता जीवनोपयोगी शिक्षा प्राप्त गर्ने जस्ता विभिन्न पक्षहरूको सही उत्तर पनि सञ्चार माध्यमबाट नै प्राप्त गर्न सकिन्छ । जुन मानव जीवनका लागि अति महत्त्वपूर्ण र आवश्यक पनि मानिएको छ ।

सञ्चार माध्यममा आउने यौनिकतासम्बन्धी सकारात्मक विषयवस्तुले किशोर किशोरीहरूलाई सकारात्मक प्रभाव पार्दछ, जस्तै : यौन क्रियाकलापमा सयंम हुने, अपरिचित व्यक्तिले दिएको नखाने, अरूले फकाउँदैमा घर छाडेर नजाने, अर्को व्यक्तिले कुनै लोभ लालच देखाएर फसाउन खोजेको शङ्का लागे घरपरिवारलाई भन्ने अथवा नजिकको प्रहरीलाई खबर गर्ने जस्ता विषयवस्तु सञ्चार माध्यमबाट प्राय : आइरहने सकारात्मक सन्देशहरू हुन् । सञ्चार माध्यमको सकारात्मक र उत्प्रेरक भूमिकाका माध्यमबाट नै किशोर किशोरीलाई असुरक्षित यौन व्यवहारबाट संयमित र सजग बनाउन सकिन्छ जसले स्वस्थ्य यौन व्यवहार अपनाउदै समाज र राष्ट्रप्रति जिम्मेवार बनाउने काम गर्दछ ।

आधुनिक सञ्चार माध्यमबाट हुने यौनिक दुर्व्यवहारले पनि मानवीय दैनिकीलाई निकै प्रभावित बनाइरहेको हुन्छ । आमसञ्चार माध्यमका पनि सकारात्मक र नकारात्मक सन्देशहरू र भूमिकाहरू रहेका हुन्छन् । आधुनिक सञ्चार प्रविधिको गलत प्रयोगले अन्जानमा व्यक्ति अपराधिक जालमा फस्न सक्ने देखिन्छ । यतिमात्र नभई अव्यवहारिक यौनिक व्यवहारमा फस्न पनि सक्ने हुन्छ ।

सुरक्षित यौनिक व्यवहार प्रवर्धन गर्न आमसञ्चार माध्यमको योगदान पनि अतुलनीय रहेको छ । सुरक्षित यौनिक व्यावहार अपनाउन, सम्मानित यौनिक जीवनयापन गर्न, एचआइभी र एड्सलगायतका विभिन्न यौन सङ्क्रमणबाट बच्न, तथा अनइच्छित गर्भपतनबाट बच्न अपनाउनुपर्ने संयमितताको ज्ञान तथा सिप सञ्चार माध्यमले दिने गर्दछ । किशोर किशोरीहरूलाई व्यावहारिक यौनिक शिक्षा प्रदान गरी यौनिकताका सम्बन्धमा हुने जोखिम न्यूनीकरण गर्न सञ्चार माध्यमको भूमिका अतुलनीय रहेको हुन्छ । यौनिकतासम्बन्धी मानव अधिकारका सम्पूर्ण पक्षहरूप्रति मानवलाई सकारात्मक बनाउने तथा व्यक्तिलाई जिम्मेवार बनाउने काममा सञ्चार माध्यमको भूमिका अग्र पङ्क्तिमा रहेको छ ।

क्रियाकलाप

नेपाली समाजमा देखिएका वा आधुनिक सञ्चार माध्यमको प्रयोगले निम्त्याएका सामाजिक समस्याहरू औँल्याउँदै यसको सकारात्मक प्रयोग गर्न विद्यार्थीको भूमिकाका बारेमा कक्षाकोठामा छलफल आयोजना गर्नुहोस् ।

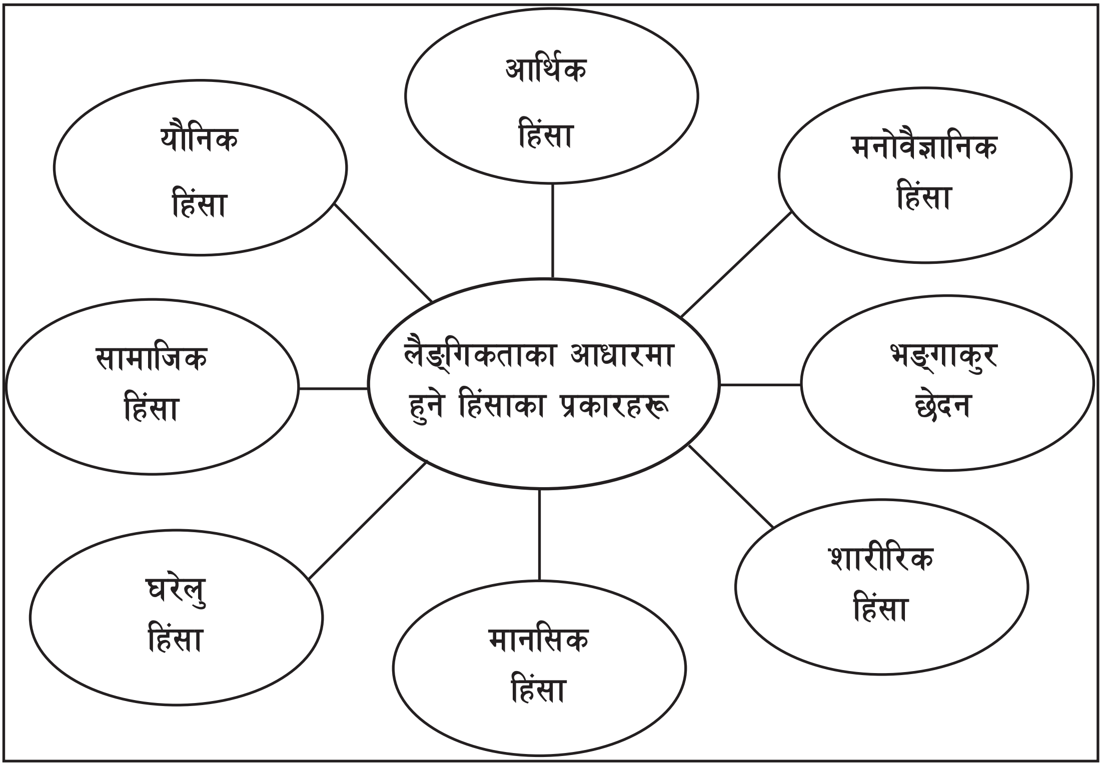
५.४ लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा (Gender based violence)

महिला, पुरुष तथा यौन अल्पसङ्ख्यक भएकै कारणले कुनै पनि हिंसाको सिकार हुने अवस्थालाई नै लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा भन्ने गरिन्छ । अर्को अर्थमा जैविक जन्मका वा जैविक भूमिकाका आधारमा सामाजिक तथा सांस्कृतिक रूपमा कुनै पनि प्रकारको हिंसा हुन्छ भने त्यो लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा हो, जस्तैः गर्भमा रहेको बच्चा छोरी हो भन्ने थाहा पाएपछि गर्भपतन गराउनु, छोरीलाई छोरासरह हक अधिकार नदिनु, समान काममा महिला भएकै कारण कम ज्याला पाउनु, यौनिक अल्पसङ्ख्यकहरूलाई हेयको दृष्टिले हेर्नु, यौनिक अल्पसङ्ख्यकरूलाई सामाजिक सांस्कृतिक तथा धार्मिक सभा समारोहमा सहभागी हुन रोक लगाउनु, यौनिकताका विषयसँग सम्बन्धित रहेर हेप्ने, यौनजन्य हिंसा गर्ने, धाक डर तथा धम्की दिने, शारीरिक तथा मानसिक पिडाहरू दिने, भङ्गाकुर छेदन गर्ने आदि जस्ता लैङ्गिकताका आधारमा गरिने हिंसाहरू हुन् जसले समाजमा समन्यायको अवस्था ल्याउन सक्दैनन् ।

लैङ्गिक हिंसाको बुझाइ र अवधारण विभिन्न समाज तथा समुदायमा फरक फरक रहेको छ । कतिपय समाजमा बाल विवाह हिंसाजन्य अपराध हो भन्ने जान्दाजान्दै पनि धार्मिक मान्यतालाई बढवा दिई छोरीलाई कन्यादान दिनुपर्छ भनिन्छ भने त्यो हिंसा हो । तर समाज तथा समुदायले यस कुरालाई आत्मसत् गरिरहेको देखिँदैन । यस्तै गरी महिनावारी भएका बेला महिलालाई घरबाट टाढा छाउगोठमा राख्नु पनि लैङ्गिक हिंसाको उदाहरण हो । महिला तथा यौन अल्पसङ्ख्यक भएकै कारणले अन्य मानिसले प्रयोग गर्न पाउने मानव अधिकारबाट वञ्चित गरिन्छ भने त्यसलाई लैङ्गिक हिंसाका रूपमा लिइएको छ ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको परिभाषाअनुसार “हिंसा भनेको आफ्नै विरुद्ध, अर्को व्यक्तिका विरूद्ध वा कुनै समूह तथा समुदाय विरूद्ध कसैले शारीरिक तथा भौतिक शक्तिका आडमा नियतवश धम्की दिनु वा प्रयोग गर्नु हो, जसको परिणामले पीडित घाइते हुने, उसको मानसिक र शारीरिक क्षति पुग्ने, व्यक्तिगत विकासमा अवरोध पुग्ने तथा मृत्युसम्म पनि हुन सक्छ र यसले खतराको सम्भावनालाई बढाउँछ ” (The United Nations defines violence against women as “any act of gender-based violence that results in, or is likely to result in, physical, sexual, or mental harm or suffering to women, including threats of such acts, coercion or arbitrary deprivation of liberty, whether occurring in public or in private life)".

लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा जातीय, धार्मिक प्रचलन सांस्कृतिक रीतिरिवाजका आधारमा गरिने भेदभावपूर्ण व्यवहार पनि हो भन्न सकिन्छ । यस्ता व्यवहार परम्परा तथा अन्धविश्वासलाई आधारमानी बुझी नबुझी समाजमा व्यक्तिले अपनाइरहेको पाइन्छ । यस्ता अमानवीय हिंसा र अपराधहरू समाजका लागि बाधक हुन् । माथिका विभिन्न विषयहरूका आधारमा हिंसा विभिन्न प्रकारका हुने गर्दछन् जसलाई तलको चित्रले प्रस्टसँग देखाइएको छ ।



चित्र ५.१: लैङ्गिकतामा आधारित हिंसाहरूको जालो

नेपालमा यौनिकता र लैङ्गिकतालाई लिएर केही नकारात्मक अभ्यासहरू अपनाउने गरिएको छ । नेपालको संविधानले यस्ता अभ्यासलाई गैरकानुनी घोषणा गरिसक्दा पनि समाज तथा समुदायमा यसको प्रभाव रहिरहेको छ । नेपालमा अभ्यास गरिँदै आएका प्राय : नकारात्मक लैङ्गिक हिंसा निम्नानुसार रहेको देखिन्छ :

१. बालबालिका तथा मानव वेचविखन
२. दाइजो प्रथा
३. झुमा प्रथा
४. देउकी प्रथा
५. बोक्सी/बोक्सोको आरोप
६. बालविवाह
७. बहुपति/बहुपत्नि प्रथा
८. छाउपडी प्रथा

यस्ता प्रथा तथा परम्पराहरूले लैङ्गिकतामा आधारित हिंसालाई प्रोत्साहन गर्दछ । त्यसैले यस्ता प्रथा तथा परम्पराहरू समाज विरोधी प्रथा तथा परम्पराहरू हुन् । महिला तथा यौनिक अल्पसङ्ख्यकको लैङ्गिक तथा यौनिक अधिकार स्वतन्त्र रूपले प्रयोग गर्न पाउन सक्ने विषयमा भएका वा हुने गरेका विभेदको अन्त्य गर्न किशोर किशोरीको भूमिका महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

किशोर किशोरीहरूलाई यस्ता विषयमा जिम्मेवार बनाएर यौनिकतासम्बन्धी अधिकारको जानकारी तथा लैङ्गिक तथा यौनिक हिंसा न्युनीकरण गर्न अग्रसर बनाउन आवश्यक रहेको छ । व्यक्तिलाई आफ्ना अधिकारका बारेमा सुसूचित गर्न सकिएको खण्डमा पनि लैङ्गिक हिंसा न्युनीकरण गर्न सकिन्छ । लैङ्गिक हिंसा न्युनीकरण गर्न समाजमा महिला, पुरुष तथा यौनिक अल्पसङ्ख्यकको समान दायित्व र जिम्मेवारी रहेको हुन्छ ।

५.५ मानव अधिकार तथा यौनिक तथा प्रजनन अधिकार (Human rights, Sexual and reproductive health rights)

यौन प्रकृतिको उपज हो । मानवीय जीवनको आवश्यकताभित्र यौन मानिन्छ भने प्रजनन अधिकारको संरक्षण गर्ने प्रक्रिया पनि यौनलाई मान्न सकिन्छ । स्वास्थ्य सेवा प्रदान गर्ने निकायबाट उपलब्ध गराइएका यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यमा सबैले पहुँच प्राप्त गर्न पाउनु यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी मानव अधिकार प्रयोगको महत्त्वपूर्ण पक्ष हो । नेपाल परिवार नियोजन सङ्घको मातृसंस्था अन्तर्राष्ट्रिय परिवार नियोजन सङ्घले यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी अधिकारहरूको बडापत्र तयार गरेको छ । यस बडापत्रमा मानिसले आफ्ना यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य सन्तुलनमा राख्ने हक आफैँमा हुनुपर्दछ भन्ने मान्यता राखेर यौनिक तथा प्रजनन अधिकारहरूलाई समेटिएको छ, जुन मानव अधिकारका पक्षहरू पनि हुन । कुनै पनि व्यक्ति सम्पूर्ण रूपले स्वस्थ रहनका लागि उसको यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य पनि स्वस्थपूर्ण हुनुपर्दछ ।

यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यभित्र यौन प्रसारित रोगहरूको रोकथाम, स्वइच्छिक गर्भधारण, यौनसम्पर्क गर्दा परिवार नियोजनका अस्थायी साधनहरूका प्रयोग, सुरक्षित गर्भपतन तथा विभिन्न यौन समस्या जस्ता कुराहरू यसअन्तर्गत पर्दछन् । बृहत् यौनिकता शिक्षाले यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यका यी विविध पक्षहरूका सम्बन्धमा आवश्यक ज्ञान तथा जानकारीहरू प्रदान गर्दछ । जसले गर्दा यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य पनि बृहत् यौनिकता शिक्षाको महत्त्वपूर्ण तत्त्व हो ।

कुनै पनि देशको संविधानले व्यक्तिको यौनिक तथा प्रजनन अधिकारको पनि रक्षा गर्नुपर्दछ । कुनै पनि स्थानको स्थानीय कानुन तथा नीतिहरूले यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यलाई मानव अधिकारको अङ्ग मान्नुपर्ने हुन्छ । नेपालमा यौनिकतासम्बन्धी अधिकारको रक्षा, यौनिक हिंसा तथा दुर्व्यावहारलाई अन्त्य गर्नुपर्दछ भन्दै लामो समयदेखि प्रयास भइरहेका छन् । यस्ता प्रकारका यौनिक हिंसाका गतिविधिलाई गैरकानुनी मानिएको छ । यदि कुनै व्यक्तिले यस्तो अपराध गरेमा दण्ड सजायको भागिदार हुनुपर्ने कानुनी व्यावस्था रहेको छ ।

५.५.१ यौनिक तथा प्रजनन अधिकार संरक्षण गर्ने उपायहरू

यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी अधिकारलाई संरक्षण गर्न मानव अधिकारको प्रत्याभूत हुने गरी अधिकार प्रत्यायोजन आवश्यक छ । यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी कानुनको निर्माण गर्ने, निर्माण गरेको कानुन सही र प्रभावकारी कार्यवन्यन गर्ने, अन्तर्राष्ट्रिय सन्धि सम्झौताको पालन गर्ने, किशोर किशोर तथा अन्य नागरिकलाई यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य अधिकारका बारेमा सचेत गराउने र आफ्नो अधिकारको सही प्रयोग गर्नका लागि जागरुक गराउने जस्ता कार्य गर्नुपर्दछ ।

लैङ्गिकताका आधारमा भएका भेदभावहरू न्यूनीकरण गर्नुपर्ने आवश्यकता ठानेर सन् १९९५ मा भएको चौथो अन्तर्राष्ट्रिय महिला सम्मेलनमा यौन तथा प्रजनन अधिकारलाई मौलिक हकका रूपमा स्थापित गरेको पाइन्छ । महिलाको प्रजनन स्वास्थ्य संरक्षण र संवर्धन गर्ने दिशामा यो कार्यक्रम कोशेढुङ्गाका रूपमा रहेको पाइन्छ । अन्तर्राष्ट्रिय परिवार नियोजन सङ्घ (IPPF) १९९५ ले व्यवस्थित गरेको यौन तथा प्रजनन अधिकार चार्टमा निम्न अधिकारहरू उल्लेख रेहको पाइन्छ ।

१. बाँच्न पाउने अधिकार

२. व्यक्तिगत स्वतन्त्रता र सुरक्षाको अधिकार

३. समानताको अधिकार र सबै किसिमका भेदभावबाट मुक्त हुने अधिकार

४. गोपनियताको अधिकार

५. स्वतन्त्र विचार राख्ने पाउने अधिकार

६. शिक्षा प्राप्त गर्न पाउने अधिकार

७. विवाह गर्ने वा नगर्ने वा परिवार बसाउने वा नबसाउने अधिकार

८. बच्चा पाउने वा नपाउने वा कहिले पाउने भनी निर्णय गर्ने अधिकार

९. यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी सबै सुविधा र वैज्ञानिक प्रविधि एवम् साधनहरू सुरक्षित तरिकाले प्रयोग गर्ने अधिकार

१०. यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी विषयहरूमा सबै व्यक्तिलाई पीडा र दुर्व्यवहारबाट मुक्त हुने अधिकार

११. आफ्नो स्वास्थ्यको हेरचाह र सुरक्षाको निम्ति इज्जतसाथ सरल रूपले सेवा पाउने अधिकार

१२. यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य र अधिकारको स्थापनार्थ र कार्यान्वयनार्थ सरकारलाई प्रभाव पार्न दबाब दिन भेला हुने, राजनीतिक सहभागिताको अधिकार

५.६ मानव विकास (Human Development)

मानव विकास गर्भावस्थादेखि मृत्युसम्म क्रमबद्ध रूपमा चलिरहने स्वभाविक प्रक्रिया हो । मानव विकासको फलस्वरूप रगतको अवस्थाबाट गर्भाधान भएर मानवका रूपमा विकास भई जन्म हुन्छ र क्रमशः हुर्किँदै जाने प्रक्रिया नै मानव विकासका रूपमा लिइन्छ । विकास भन्ने शब्दले अगाडि बढ्नु भन्ने बुझाउँछ । व्यक्तिमा देखापर्ने गुणात्मक परिवर्तन जस्तैः मानसिक, सामाजिक, संवेगात्मक र बौद्धिक पक्षहरूमा आउने परिवर्तनलाई विकास भनिन्छ ।

विकास निरन्तर रूपमा चलिरहने अवस्था हो । यसमा केही उमेर वा समयावधिमा कुनै खासखास शारीरिक तथा मानसिक विशेषताहरू देखापर्ने गर्दछन् । हरेक मानिसमा विकास प्रक्रिया समान हुँदैन । कसैमा छिटो र कसैमा ढिलो हुने गर्दछ, जस्तैः एउटै आमा बाबुबाट जन्मेका बालबालिकाहरूको विकास प्रक्रिया (बोल्ने, हिड्ने, अन्य शारीरिक विकास) समान हुँदैन । मानवीय परिर्वतन स्वभाविक र अपरिहार्य भए पनि सबैमा समान हुँदैन । हरेक प्राणीमा पाइने जिनको अन्तरले गर्दा एक प्राणी अर्को प्राणीभन्दा फरक हुन्छ । जिन भनेको प्राणी कोषभित्र पाइने शुषुप्त क्षमतालाई बुझ्न सकिन्छ । जिनको विकास हुनका लागि उपयुक्त वातावरणको आवश्यक पर्दछ ।

मानव विकासमा वंशाणुगत गुण (जिन) र वातावरणको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ । जिन र वातावरण बिचमा पारस्परिक सम्बन्ध रहेको पाइन्छ । मानव विकासमा गर्भावस्थाको वातावरण, जन्मेपछिको वातावरण जस्ता विभिन्न अवस्थाले प्रभाव पार्ने गर्दछ । मानव विकासमा गर्भावस्थादेखि मृत्यु हुने अवस्थासम्म क्रमबद्ध रूपमा अनेकन परिवर्तनहरू देखापर्ने गर्दछन् । यस्ता परिवर्तनहरू निकै महत्त्वपूर्ण हुने गर्दछन । यस्ता परिवर्तनलाई मानव विकासका विशेषताका रूपमा लिइन्छ, जुन निम्नानुसार छन् :

१. विकासमा निरन्तरता हुन्छ ।

२. मानव विकासका क्रममा पछिल्लो विकासभन्दा प्रारम्भिक विकास बढी जटिल हुन्छ ।

३. मानव विकास चरणबद्ध रूपमा हुने गर्दछ ।

४. मानव विकासका प्रत्येक अवस्थामा सामाजिक अपेक्षा गरिन्छ ।

५. विकासक्रम फरक फरक भए पनि विकास प्रक्रिया एउटै ढाँचामा हुने गर्दछ ।

६. मानव विकास सामान्यबाट विशिष्टतर्फ हुने गर्दछ ।

७. मानव विकास परिपक्कता र सिकाइको उपज हो ।

मानव विकास विभिन्न चरणमा हुने गर्दछ । गर्भमा रहँदाको अवस्थालाई गर्भावस्था (जाइगोटको अवस्था, भ्रुणको अवस्था र फेटसको अवस्था) भनिन्छ । जाइगोटको अवस्था, भ्रुणको अवस्था र फेटसको अवस्था गरी गर्भावस्था पनि तीन चरणको हुन्छ । बालक जन्मिसकेपछिको अवस्था जन्मपश्चात्को अवस्था हो ।

यो नवजात अवस्था, शैशवावस्था, प्रारम्भिक बाल्यवस्था, उत्तरबाल्यावस्था, यौवन अवस्था, किशोरावस्था, प्रौढावस्था, मध्य उमेर, बृद्धावस्था जस्ता विकासात्मक चरणमा विभाजन गरिएको हुन्छ ।

मानव विकासलाई मनोविज्ञानको अध्ययनबाट हेर्ने गरेको पाइन्छ । विशेष गरी बालबालिकाहरूको फरक फरक विकासका अवस्थाहरूमा आउने परिवर्तनका बारेमा परिवारका सदस्य, शिक्षक सबैले जानकारी लिनुपर्ने हुन्छ । यसरी बालबालिकाहरूमा हुने परिवर्तनलाई आत्मसात् गरी व्यक्तिगत स्वभावअनुसार व्यवहार गर्नुपर्ने हुन्छ । बालबालिकाको व्यक्तिगत क्षमताको पहिचान गरी शैक्षिक क्रियाकलापमा सहभागी गराउन आवश्यक देखिन्छ ।

५.७. यौनिकता शिक्षा (Sexuality Education)

शरीरका अङ्गहरूको वृद्धि र विकास जन्म पछि क्रमिक रूपमा भइरहेको हुन्छ । जब व्यक्ति किशोरावस्थामा प्रवेश गर्न थाल्छ यौनाङ्गहरूको पनि क्रमिक विकास हुन थाल्छ । जब यौनाङ्गको पूर्ण रूपमा विकास भइसक्छ यौनिक हर्मोन (Sexual hormone) निस्कन थाल्छ जसका कारण यौन चाहना, यौनिकसम्बन्धी जिज्ञासा र यौनिक क्रियाकलापका बारेमा सोच आउन थाल्छ । यस्तो परिस्थितिमा किशोर किशोरीहरूलाई उपयुक्त शिक्षाको आवश्यकता हुन्छ । किशोरावस्था भनेको जोश जाँगर र उत्साहले भरिएको अवस्था हो । यस अवस्थामा यौनसम्बन्धी उनीहरूको मनमा उब्जिएका विविध जिज्ञासको उचित समाधान दिन नसकेको खण्डमा नकारात्मक परिस्थिति सिर्जना हुनसक्छ । त्यसैले मानव विकासका दृष्टिले व्यक्तिको शारीरिक विकाससँगै यौंनिक शिक्षाका बारेमा पर्यात ज्ञान हुन पनि आवश्यक हुन्छ ।

यौनिकता र यससँग सम्बन्धित पक्षहरूको नैतिक तथा सामाजिक महत्त्वलाई बुझाउँदै व्यक्तिले यौनिक अधिकार प्रयोग गर्नुपर्ने विषयमा जोड दिनुपर्ने हुन्छ । किशोरावस्थामा प्राप्त ज्ञान जीवन पर्यन्त उपयोगी हुने हुनाले यौनिकताका सम्बन्धमा पर्याप्त ज्ञान दिनुपर्ने हुन्छ । यौन आफैँमा गोप्य विषय भएकाले कति हदसम्म छलफल गर्न सकिन्छ, समाजका नैतिक परिधिहरू के के हुन् भन्ने कुराको जानकारी दिनुपर्ने हुन्छ । विवाह, प्रथा, परम्परा, एक अर्कामा स्थापित गरिने प्रेम तथा सम्बन्ध, सञ्चारको भूमिका जस्ता विषयको ज्ञान हुनु आवश्यक छ ।

यौनिकताका विषयमा व्यक्तिको भावना र संवेगबाट उब्जिएका कौतुहलताको निरुपण गर्नु आवश्यक हुन्छ, जुन मनोवैज्ञानिक पक्ष हो । मानव विकास र यौनिकताका विषयमा गलत बुझाइले निकै समस्याहरू आइपर्न सक्छन्, जस्तै : असुरक्षित यौनिक कार्यमा संलग्न हुनु, उमेर नपुग्दै विवाह गर्नु, कलिलैमा आमा बन्नु, असुरक्षित यौन सम्पर्कबाट विभिन्न यौन रोग र एचआइभी लाग्नु आदि ।

किशोरकिशोरीलाई पक्ष यौनिकता शिक्षा अपरिहार्य छ । यौन अङ्गको विकास, रजस्वला हुनु, स्तन वृद्धि हुनु, स्वर परिवर्तन हुनु, अण्डकोष परिवर्तन हुनु, रौँ पलाउनु जस्ता विषयहरूमा यथेष्ट जानकारी दिनुपर्दछ । यस्ता विषयहरूको पर्याप्त जानकारीको अभावले किशोरावस्थामा मनोवैज्ञानिक समस्या सिर्जना हुनसक्ने देखिन्छ ।

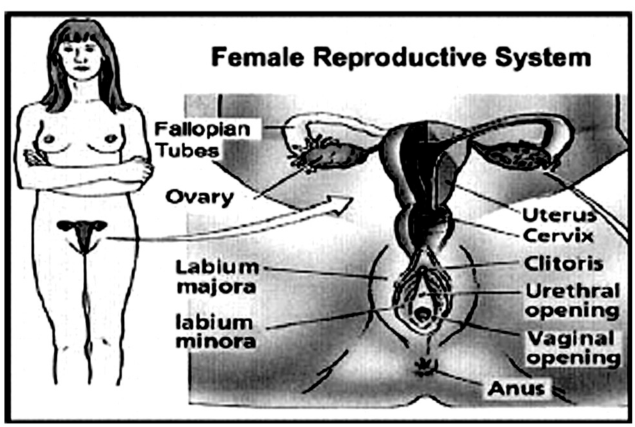
त्यसैले उनीहरूलाई यौनिक जीवनका पर्याप्त जानकारीसहित संवेदनशील भएर राम्रोसँग उत्तरदायी भूमिका निर्वाह गर्न यौनिकता शिक्षाको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ ।

५.८ यौनिक तथा प्रजनन प्रणाली (Sexual and reproductive system)

यौनिक तथा प्रजनन प्रणाली शरीरको अति महत्त्वपूर्ण प्रणाली हो । यसका माध्यमबाट मानव सन्तान उत्पादन हुन्छ । सामान्यतया सन्तान उत्पादन प्रक्रियामा भाग लिने अङ्गहरूलाई नै यौन तथा प्रजनन प्रणाली भन्ने गरिन्छ । प्रजनन प्रणाली भनेका मानवका ती अङ्गहरू हुन्, जसले सन्तान उत्पादन प्रक्रियाबाट जीवनलाई निरन्तरता प्रदान गर्दछन् । डिम्ब वा शुक्रकीट उत्पादन गर्ने अङ्ग मात्र प्रजनन अङ्ग होइनन् । जति पनि अङ्गहरू छन् जसले सन्तान उत्पादन प्रक्रियामा सहयोगी भूमिका खेल्दछन् ती सबै अङ्गहरू यौनिक तथा प्रजनन प्रणालीअर्न्तगत पर्दछन् । किशोर किशारीहरूमा प्रजनन तथा यौन अङ्गहरूका बारेमा धेरै चासो रहने गर्दछ । महिला र पुरुषका फरक फरक यौनिक तथा प्रजनन अङ्ग हुने गर्दछन् । यिनीहरूको काम पनि फरक फरक नै रहने गर्दछन्, जसलाई निम्नानुसार चर्चा गरिएको छ :

(क) महिलाका प्रमुख यौनिक तथा प्रजनन अङ्गहरू र यसका कार्यहरू

सन्तान उत्पादन प्रक्रियामा भाग लिने अङ्गहरूलाई प्रजनन अङ्ग भनिन्छ । दिगो र अविच्छिन्न राखी मानव जीवनको विकास र वृद्धि गर्नका लागि महिला र पुरुषको महत्त्वपूर्ण भूमिका रहन्छ । तर प्रजनन प्रक्रियामा पुरुषको तुलनामा महिलाको स्थान बढी महत्त्वपूर्ण तथा जटिल हुन्छ । महिलाका केही प्रमुख प्रजनन अङ्ग र यस प्रणालीहरूका प्रमुख कार्य तल चित्रसहित व्याख्या गरिएको छ ।



(अ) योनि (**Vagina**): योनि महिलाको नली आकारको यौन तथा प्रजनन अङ्ग हो । यौन सम्पर्कका बेला यसभित्र भएका विभिन्न ग्रन्थिबाट रस निस्कन्छ र यसै रसले गर्दा यौन कार्य सहज हुन्छ । यौन सम्पर्कका बेला यसले पुरुषको लिङ्गबाट भएको वीर्य स्खलन हुँदा योनिमा जम्मा हुने गर्दछ । योनिको आकार बच्चा जन्माउने बेलामा फुकेको हुन्छ र योनिको बाटो हुदैं बच्चा जन्मने गर्दछ ।

(आ) योनिद्वार (**Vaginal opening**): योनिको बाहिरपट्टिको भागलाई योनिद्वार भनिन्छ । योनिद्वार (योनिको मुख) मा केही गुजमुज परेको पातलो छालाको पत्र हुन्छ जसलाई योनिन्छेद (Hymen) भनिन्छ । यो विभिन्न अवस्थामा जस्तै: व्यायाम गर्दा, साइकल चढ्दा, घोडा चढ्दा र यौन सम्पर्कको बेलामा च्यातिन सक्छ ।

(इ) मूत्रद्वार (**Urethra**): योनिद्वारको केही माथिपट्टि योनिको भित्री भागमा एउटा प्वाल हुन्छ यसैलाई मूत्रद्वार भनिन्छ । मूत्रद्वारका माध्यमबाट पिसाब बाहिर निस्कन्छ । मूत्रद्वार प्रजनन अङ्ग भने होइन । महिलाहरूको मूत्रद्वार प्रजनन अङ्गभित्र रहेको हुन्छ ।

(ई) भङ्गाकुर (**Clitoris**) : महिलाको योनिभित्र मूत्रद्वारभन्दा माथि अलि उठेको ठुलो भगोष्ट र सानो भगोष्टका बिचको भागमा योनिको अगाडिपट्टि (अग्र भागमा) वा माथिल्लो भागमा भएको चुच्चो जस्तो वा टुसोजस्तो आकारको अङ्गलाई भङ्गाकुर भनिन्छ ।

(उ) भगोष्ठ (**Labia**): महिलाको योनिको बाहिरी भाग तथा यौन तथा प्रजनन अङ्ग, योनि तथा मूत्रनलीसमेतका अङ्गहरूलाई छोप्ने छालाको पत्रलाई भगोष्ठ भनिन्छ । भगोष्ठ सानो र ठुलो गरी दुई प्रकारको हुन्छ । ठुलो भगोष्ठले प्रजनन अङ्गमध्येको एक प्रमुख अङ्ग योनिको सुरक्षाको काम गर्दछ र योनिभित्र फोहोरहरू जानबाट रोक्छ ।

(ऊ) डिम्वाशय (**Ovary**): महिलाको तल्लो पेटभित्र दुवैपट्टि एक एक गरेर दुईओटा डिम्बाशयहरू हुन्छन् । यिनीहरू तल्लो पेटमा दायाँबायाँ दुवैपट्टि कम्मरको अगाडिको भागमा गोलो आकारमा रहेका तन्तुहरू हुन् । बालिकाको जन्मको समयदेखि नै डिम्वाशय (अण्डाशय) भित्र दुई लाखदेखि चार लाखसम्म अपरिपक्क डिम्बहरू रहन्छन् । डिम्वाशयले महिलामा स्त्री हर्मोन (Female sex hormone) उत्पादन गर्छ र किशोर किशोर अर्थात् यौवनारम्भ भएपछि डिम्बाशयबाट परिपक्क डिम्ब (अण्ड) निष्कासन गर्छ ।

(ऋ) डिम्बबाहिनी नली (**Fallopian tube**): यो दायाँ र बायाँ गरी एक जोडीका रूपमा रहेको हुन्छ । डिम्वाशयबाट प्रारम्भ भएका दायाँ र बायाँ रूपको डिम्बाहिनी नली गर्भाशयको माथिल्लो मार्ग भई जोडिएको अवस्थामा रहेको हुन्छ । लम्बाइको हिसाबले यो १२ सेन्टिमिटर लामो हुन्छ । यो मुलायम मांसपेशी बनेको हुन्छ । यसले डिम्बाशयसम्म डिम्बलाई सञ्चार गराउँछ ।

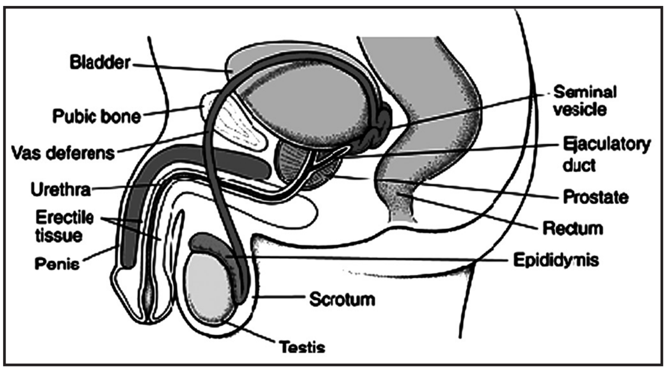
(ए) पाठेघर/बच्चादानी (**Uterus**): पाठेघरलाई साधारणतया बच्चादानी भन्ने गरिन्छ । अर्को शब्दमा गर्भाशय पनि भन्ने गरिन्छ । यो महिलाहरूको प्रजनन अङ्गको भित्री भागमा अवस्थित हुन्छ । यो माशंपेसीहरूबाट निर्मित हुन्छ । पाठेघर शिशु सुरक्षित राख्न पाठेघर महत्त्वपूर्ण हुन्छ ।

(ऐ) पाठेघरको मुख (**Cervix**): यो पाठेघरको तल्लो भाग हो । यो सिलिन्डर आकारको भएर रहेको हुन्छ ।

(ओ) स्तन (**Breast**): महिलाहरूको स्तन पनि उमेर बढ्दै जाँदा वृद्धि हुदै जान्छ । प्रजनन कार्यमा र बच्चा जन्मेपछि स्तनपान गराउन महत्त्वपूर्ण भूमिका खेल्छ ।

(ख) पुरुषको प्रमुख यौन तथा प्रजनन प्रणालीहरू र यसका कामहरू

पुरुष प्रजनन प्रणालीको प्रमुख कार्य भन्नु नै शुक्रकीट पैदा गरी महिलाको डिम्बसँग मिलन गराउनका लागि उचित ठाउँमा पुऱ्याउनु हो । पुरुष प्रजनन प्रणालीका अङ्गहरूको मुख्य कार्य महिलाको अण्डालाई निशेचन गर्नका लागि शुक्रकीट निमार्ण गर्नु हो । प्रजनन क्रियाका लागि पुरुषका प्रमुख यौन तथा प्रजनन अङ्गहरू र तिनका कार्यहरू चित्रसहित निम्नानुसार वर्णन गरिन्छ ।



(अ) अण्डकोष (**Testes**): पुरुषहरूको लिङ्गको तलपट्टि फेदमा रहेका अण्डा अकारका दुईओटा अङ्गहरूलाई अण्डकोष भनिन्छ । यसले पुरुषमा शुक्रकीट उत्पादन गर्ने काम गर्दछ । यसभित्र असङ्ख्य ससाना नलीहरू रहेका हुन्छन् ।

(आ) लिङ्ग (**Penis**): यो पुरुषहरूको प्रजनन अङ्ग हो । नरम र तन्किने माशंपेशीले बनेको हुनाले यसको प्रकृति उत्तेजित हुँदा तन्किने र ठाडो हुने गर्दछ ।

(इ) अण्डकोष थैली (**Scrotum**): पुरुषको अण्डकोषलाई छोपेर राख्ने पातलो छालाको खोल जस्तो भागलाई अण्डकोष थैली भनिन्छ । यसले अण्डकोषको सुरक्षा गर्ने काम गर्दछ । अण्डकोषको थैली अवस्था, मौसम, तापक्रम र वातावरणअनुसार विभिन्न अवस्थामा रहेको हुन्छ । यसका लागि आवश्यक मात्रामा तापक्रम मिलाउने काम अण्डकोष थैलीले गर्दछ ।

(ई) शुक्रकीट बाहिनी नली (**Vas difference**): पुरुषहरूको अण्डकोषमा उत्पन्न भएका शुक्रकीटहरू (Sperm) वीर्य थैलीबाट नलीसम्म पुऱ्याउने नलीलाई शुक्रकीट बाहिनी नली भनिन्छ । पुरुषका शरीरमा यस्ता नलीहरू दुईओटा रहेका हुन्छन् ।

(उ) प्रोस्टेट ग्रन्थि (**Prostate gland**): यो पुरुषको मूत्रनलीको वरिपरि मूत्राशयको मुनि अवस्थित हुन्छ । यसले क्षरीय पदार्थ उत्पादन गर्दछ जसले शुक्रकीटलाई मूत्र मार्गमा हुने अम्लबाट बचाउँछ । यदि अम्ल बढी भएमा शुक्रकीट मर्ने सम्भावन धेरै रहन्छ । मूत्रनलीलाई सफा गर्नुका साथै शुक्रकीटलाई गति प्रदान यसको महत्त्वपूर्ण भूमिका हुन्छ ।

(ऊ) वीर्यथैली (**Seminal vesicle**): खास गरेर वीर्यथैलीहरूले एक प्रकारको सेतो र बाक्लो वीर्यरस उत्पादन गर्दछन् । यसले शुक्रकीटहरूलाई आवश्यक खाना र अन्य पदार्थको परिपूर्ति गरी गति उत्पन्न गर्नसमेत सघाउ पुर्‍याउछ । यो दायाँ र बाँया दुई सङ्ख्यामा मूत्रनलीको पछाडि अवस्थित रहेको हुन्छ ।

(ए) मूत्रनली (**Urethra**): शरीरभित्र रहेको मूत्रथैलीदेखि लिङ्गको टुप्पोसम्म रहेको नली नै मूत्र नली हो । यसैको सहायताले पिसाब र वीर्य बाहिर निस्कने गर्दछ ।

५.९ यौवनावस्था (Puberty)

Puberty वा Pubertus शब्दको विकास ल्याटिन भाषाबाट भएको मानिन्छ । Pubertu को शाब्दिक अर्थ "परिपक्क मनुष्यत्वको उमेर" (Age of manhood) भनेर बुझिन्छ । औसतमा १० देखि १३ र १४ वर्षको उमेरलाई यौवनावस्था भनिन्छ । यौवनावस्थालाई ठाउँ, मौसम, वातावरणले पनि प्रभाव पार्ने गर्दछ । प्राय: गर्मी मौसम तथा ठन्डी मौसम भएका मुलुकहरूमा यस उमेरलाई फरक पार्ने गरेको पाइन्छ । केटीहरूमा यौवनावस्था छिटो सुरु हुने र केटाहरूमा ढिलो सुरु भएर ढिलो नै समाप्त हुने गर्दछ । हर्लक (Horlack) ले साधारणतया केटीहरूमा १० वर्षदेखि १४ वर्षको अवस्था र केटाहरूमा १२ वर्षदेखि १६ वर्षको अवस्थालाई यौवनास्था मानेका छन् ।

प्रत्येक मानिसले आफ्नो जीवनकालमा शारीरिक र मानसिक विकासका अवस्थाहरू क्रमबद्ध रूपले पार गरिरहेको हुन्छ । मानिसको उमेरसँगै मानसिक र शारीरिक परिवर्तन परिवर्तन हुन्छन् । अर्थात उमेरसँगै मानसिक र शारीरिक विकास तथा भावनाहरू पनि फरक फरक रहने गर्दछन्, जस्तै : बालक जन्मेदेखि ९ वर्षको उमेरसम्मको अवस्थालाई बाल्यवस्था भनिन्छ । उमेरसँगै शारीरिक र मानसिक विकास पनि विस्तारै हुदै गइरहेको हुन्छ । यस अवस्थाका बालबालिकाहरू धेरै कुराहरू जान्न जिज्ञासा राख्छन् । प्रजनन अङ्गहरूका बारेमा केही थाहा नपाए तापनि यस बारेमा कुरा गर्दा लाज मान्ने, नाङ्गै बस्न मन लाग्ने जस्तो प्रवृत्ति यो अवस्थामा देखिन्छ ।

यस अवस्थादेखि बाल्यकालका सबै गुणहरू विस्तारै हराउँदै जाने गर्दछन्, जसले गर्दा यौवनावस्थाका विभिन्न सङ्केत देख्न सकिन्छ । शारीरिक रूपमा वयस्क व्यक्तिसँग तुलना गरिन्छ । उसमा यौन क्षमताको विकासक्रम बढ्न थाल्छ । किशोर किशोरीहरूको प्रजनन अङ्गको विकासमा तीव्रता आँउछ । प्रजनन अङ्गको आकारमा परिवर्तन हुन्छ । यो अवस्थालाई उत्तर बाल्यावस्था र किशोरावस्थाको बिचको समय मानिन्छ ।

धेरै प्रकारका मानसिक तथा शारीरिक परिवर्तन यही समयमा हुने हुँदा यो समयलाइ सङ्क्रमणकालीन अवस्था पनि भनिन्छ । यसै गरी यो अवस्थालाई खप्टिएको अवस्था पनि भन्ने गरिन्छ । वास्तवमा यो अवस्था यौन हर्मोन (sexual horman) निस्कने र लिङ्ग उत्तेजित भई शुक्रकीट उत्पादन हुने समय हो जसले गर्दा यौवनास्थाबाट यौन उत्तेजना प्रारम्भ हुन थाल्छ । यही समयलाई नै यौनिकताको प्रारम्भ भई जस्तो कार्य गर्न पनि अग्रसर हुने अवस्था मानिन्छ । त्यसैले यो अवस्थामा संयमितताको आवश्यकता रहन्छ ।

यो अवस्था भनेको उत्सुक र कौतुहलता धेरै हुने अवस्था भएको हुनाले यस्ता विषयमा पारिवारिक छलफलमा सहभागी हुने, यौन शिक्षाका बारेमा खुलेर छलफल गर्ने, आफूलाई लागेका कुराहरू स्पष्ट छलफल गर्ने जस्ता कुरा गर्न आवश्यक हुन्छ । जसले गर्दा कौतुहलता र उत्सुकताको उपयुक्त निर्णय आउन सक्छ । यस अवस्थालाई यौनिकताका विषयमा उत्पन्न कौतुहलताको सरल र सहज शिक्षा पाउनुपर्ने अवस्था मानिन्छ । यस अवस्थाका चरणहरू निम्नानुसार छन् :

यौवनावस्थाका विशेषताहरू

१. यौवनावस्था एउटा छोटो अवस्था हो ।

२. यौवनावस्था एउटा खप्टिएको/दोहोरो अवस्था हो ।

३. यौवनावस्था तीव्र वृद्धि र परिवर्तनको समय हो ।

४. यौवनावस्था विभक्त अवस्था हो ।

५. यौवनावस्था विभिन्न उमेरमा देखा पर्दछ ।

(क) शारीरिक आकृति

यौवनावस्थामा शारीरिक आकृतिमा पनि परिवर्तन हुने गर्दछ । जसमा केटीहरूमा रजस्वला सुरु हुने, स्तन वृद्धि हुने, गुप्ताङ्गमा रौँ (Palvic hair) हरू पलाउने जस्ता आधारभूत परिवर्तनहरू देखिने गर्दछन् । त्यस्तै गरी केटाहरूमा पनि दारी जुँगा आउने, स्वरमा परिवर्तन आउने, विपरीत यौन प्रतिको आर्कषण बढ्ने जस्ता परिवर्तनहरू हुन्छन् । आफ्नो शरीरमा आएको परिवर्तन देखेर उनीहरूको मानसिक स्थितिमा पनि परिवर्तन हुने गर्दछ । उचित यौनिक शिक्षाको अभावमा यो उमेरमा मनमा नकारात्मक भावको सिर्जना पनि हुने हुदाँ उपयुक्त यौन शिक्षाको आवश्यकता रहन्छ । जसले यौवनास्थामा हुने शारीरिक परिवर्तनका लागि मानसिक रूपमा पनि तयार रहन सहज तुल्याउँछ ।

(ख) गोपनीयता तथा शरीरप्रतिको लगाव

मानवको शारीरिक वृद्धि तथा विकास र शरीर प्रतिको लगावबिच नजिकको सम्बन्ध रहेको हुन्छ । किशोर किशोरीहरूमा शरीरप्रति निकै चासो र चिन्ता हुने गर्दछ । यसरी भएको परिवर्तनका बारेमा कुराहरू गोप्य राख्न चाहने, शारीरिक परिवर्तनलाई समस्याका रूपमा लिने र यस्ता विषयमा खुलेर कुरा गर्न डराउने पनि

हुने गर्दछ । यौवनास्थामा कसरी राम्रो देखिने भन्ने चिन्ताले सताएको हुन्छ । आफ्नो शरीरलाई हेरेर आफैँ दङ्ग पर्ने गर्दछन् । आफ्ना कुराकानीहरू गोप्य राख्न चाहान्छन् । विपरीत यौनप्रतिको आर्कषण पनि बढ्छ तर यस्ता कुराहरू कसैले थाहा नपाउन भन्ने सधैँ सोचिरहेका हुन्छन् ।

किशोरावस्थामा हुने शारीरिक, भावनात्मक तथा मानसिक र यौनिक परिवर्तनहरूका कारणले किशोर किशोरीहरू विभिन्न चिन्तामा परेका हुन्छन् । कहिलेकाँही किशोर किशोरहरू अरूले थाहा पाउँदा अप्ठ्यारोमा परिने व्यवहारमा पनि संलग्न भएका हुन सक्छन् । यस अवस्थामा गोप्यता कायम गर्नुपर्ने हुन्छ ।

मानिसहरूलाई गोपनीयता धेरै महत्त्वपूर्ण हुन्छ । किशोर किशोरीमा आफ्नो शरीरप्रतिको लगाव बढी रहेको हुन्छ जसले गर्दा अग्लो भएँ, होचो भएँ, मोटो भएँ, दुब्लो भएँ आदि जस्ता विषयले उनीहरूलाई चिन्तित तुल्याइरहेको हुन्छ । स्तनको आकार, लिङ्गको आकारका जस्ता विषयहरूले पनि उनीहरूलाई लज्जित बनाउने देखिन्छ । जसको परिवर्तन प्राकृतिक विषय हो भनेर थाहा नपाउँदा यस्ता संवेदनशील विषयमा भ्रमपूर्ण विश्वासलाई उनीहरू छलफलको विषय बनाउँन चाहदैनन् र भ्रमको सिकार बन्ने गर्दछन् ।

(ग) यौनिक व्यवहार

व्यक्तिको उमेरको हरेक अवस्था उत्तिकै महत्त्वपूर्ण रहने गर्दछ तर पनि यौवनावस्थालाई झन विशेष अवस्था मानिन्छ । यस अवस्थामा मनोवृत्ति र स्वभावमा तत्काल खास परिवर्तन हुने हुदाँ विशेष मानिएको हो । किशोरावस्थामा शारीरिक, भावनात्मक तथा मानसिक परिवर्तनहरूका साथै यौनिक परिवर्तन पनि हुने गर्दछ । व्यक्ति बाल्यावस्थाबाट यौवनास्थामा प्रवेश गर्दा यौनिक व्यावहारहरू पनि परिवर्तन हुने गर्दछन् । यौनजन्य क्षमताको विकास यसै अवस्थाबाट सुरु हुने गर्दछ । केटाहरूमा शुक्रकीटको उत्पादन, वीर्य स्खलन यही अवस्थाबाट सुरु हुन्छ भने हस्तमैथुन गर्न पनि सामान्यतया यही उमेरबाट सुरु गर्ने गर्दछन् । यौनिकतासम्बन्धी विषयमा बढी चासो राख्ने पनि हुन्छ । त्यस्तै गरी महिलाहरूको डिम्ब निस्कासन हुने, महिनावारीको सुरुवात हुने, यौनिक व्यवहारमा चासो र रुचि बढ्ने र गर्भाधान गर्न सक्ने क्षमताको विकास पनि यही अवस्थामा हुने गर्दछ ।

५.१० यौन, यौनिकता र यौनिक जीवनचक्र (Sex, Sexuality and Sexual life Cycle)

यौन भनेको मानिसको जन्मसँग जोडिएको महिला, पुरुष तथा यौन अल्पसङ्ख्यक भनेर बुझाउने जैविक विशेषता हो । यो जन्मसिद्ध तथा प्राकृतिक हुन्छ । यौनको जीवनसँग जन्मसिद्ध परिचय जोडिएको हुन्छ । यौनिकता पनि मानव जीवनको महत्त्वपुर्ण पक्ष मानिएको छ । यौनिकता जीवनको केन्द्रीय पक्ष हो । यौनिकताले मानवीय जीवनका विविध पक्षहरू समावेश गर्दछ । मुख्यतया यौन, यौनिक चिनारी वा परिचय, लैङ्गिक भूमिका, यौनिक आर्कषण र प्रजननसँग सम्बन्धित विभिन्न विषयको समष्टिगत अध्ययन यौनिकताले समावेश गरेको हुन्छ । मानिसको यौनिकता विभिन्न ढङ्गले प्रस्तुत हुने गर्दछ । मानिसका व्यक्त गर्ने भावना,

इच्छा, विचार, अभिवृत्ति, मूल्यमान्यता, व्यवहार जिम्मेवारी सम्बन्ध जस्ता विषयहरूमा यौनिकताका आशय वा भावहरू रहेका हुन्छन् ।

(क) यौन तथा यौनिकता

मानव व्यवहारमा यौन शब्दले जैविक गुणलाई जनाउँछ जसमा जैविक संरचना, प्रक्रिया तथा अनुवंशिक गुणहरू रहेका हुन्छन् । जन्मका आधारमा महिला, पुरुष र यौन अल्पसङ्ख्यक भनेर छुट्याएको हुन्छ । यौन भनेको प्राकृतिक तथा वैज्ञानिक तथ्य हो । प्राकृतिक रूपले नै मानिसको जन्म हुदाँ प्राप्त हुने अपरिवर्तनीय लैङ्गिक परिचय नै यौन हो, जस्तैः महिला, पुरुष तथा यौन अल्पसङ्ख्यक भनेर छुट्याउने जैविक बनावट हो जसका कारण उनीहरू भित्र उत्पन्न हुने हर्मोनले महिलाहरूमा डिम्ब निस्कासन हुन्छ भने पुरुषहरूले शुक्रकीट उत्पादन गर्दछन् । यी सबै विषयहरू यौनभित्र पर्दछन् ।

यौनिकता पनि यौनिक सम्बन्धहरूका बारेमा मानवीय विचारहरू, यौनसम्बन्धी मूल्य मान्यता, यौनको बृहत्तर अर्थ तथा यसको प्रयोग र आवश्यकता जस्ता महत्त्वपूर्ण पक्षहरूको समग्रतालाई बुझाउँछ । यौनिकताले यौन र यौन व्यवहारहरूसँग सम्बन्धित सामाजिक, सांस्कृतिक मूल्यमान्यता, विचार, भावना, र व्यवहारहरूका बारेमा सबै पक्षहरूको व्याख्या गर्दछ । मानवहरूमा हुने यौन सम्बन्धहरूका बारेमा हाम्रा विचारहरू, यौनसम्बन्धी हाम्रा सामाजिक सांस्कृतिक मूल्यमान्यता तथा धारणाहरू, यौनका सम्बन्धमा हाम्रा दृष्टिकोणहरू, यौनको अर्थ, मानव जीवनमा यसको अभ्यास, यसलाई कसरी नियन्त्रण गर्ने वा सीमित राख्ने भन्ने कुराहरूको समष्टिगत स्वरूप नै यौनिकता हो भनेर परिभाषा गरिएको छ ।

यौनिकताको क्षेत्र निकै बृहत् रहेको हुन्छ । यसले यौन सम्पर्क जस्ता यौनिक क्रियाकलापको मात्र व्याख्या नगरी यसका अन्य विभिन्न पक्ष तथा दायराहरू फराकिलो छ भनी व्याख्या गर्दछ । यौनिकताभित्र मानवीय बनावट, यौन, लैङ्गिकता, लैङ्गिक पहिचान र यौनिक परिचय मात्र नभई यौन स्वास्थ्य, यौनअधिकार आदि कुराहरू पर्दछन् ।

यौनिकता भनेको व्यक्तिको व्यक्तिगत अभिव्यक्ति र अनुभूति हो । यौनिकता प्रतिको बुझाइ व्यक्तिपिच्छे फरक फरक रहेको हुन्छ । यसले व्यक्तिका जीवनको जैविक र भौतिक पक्षहरू (जस्तै : महिनावारी हुनु, यौनसपना देख्नु, वा सम्भोग गर्नु, भावनात्मक पक्षहरू जस्तै : अन्य व्यक्तिप्रति आर्कषित हुनु, अन्य व्यक्तिसँग यौनिक झुकाव राख्नु जस्ता विभिन्न खाले भावनात्मक पक्षहरू) लाई समाविष्ट गर्दछ । यौन र यौनिकता मानव अधिकारको पक्षका रूपमा लिइन्छ । तर यस्तो अधिकारको प्रयोग गर्दा यसले पार्ने सकारात्मक र नकारात्मक प्रभावको पनि ख्याल राख्न महत्त्वपूर्ण हुन्छ । जसका कारण मानवीय जीवनमा यौनको भूमिका, सामाजिक मूल्यमान्यता, धार्मिक सांस्कृतिक परम्परा जस्ता कुराहरूमा पनि सकारात्मक प्रभाव देखिन्छ । यसका साथै जीवनोपयोगी यौनका बारेमा संवेदनशील हुन उत्प्रेरित गर्दछ ।

युनेस्कोले सन् २०१८ मा बृहत् यौनिकता शिक्षाका तत्त्वहरूलाई निम्नानुसार प्रस्तुत गरेको छ :

१. सम्बन्ध (Relationship)

२. सांस्कृतिक मूल्य मान्यता, अधिकार र यौनिकता (Values, Rights, Culture and Sexuality)

३. लैङ्गिकतासम्बन्धी बुझाइ (Understanding Gender)

४. हिंसा र सुरक्षा (Violence and staying safe)

५. स्वास्थ्य र तन्दुरुस्तीका लागि सिप (Skills for health & well-being)

६. मानव शरीर र विकास (Human body & development)

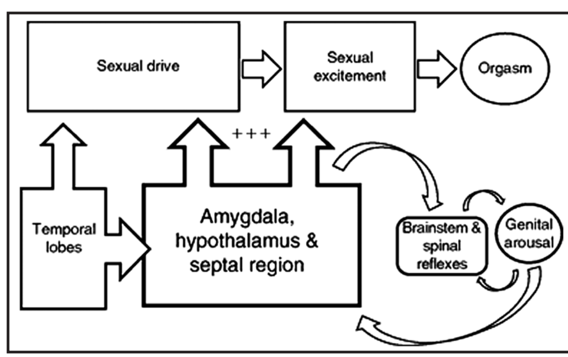
७. यौन व्यवहार र यौनिकता (Sexuality and sexual behavior)

८. यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य (Sexual and reproductive health)

(ख) यौनिक जीवन चक्र (Sexual Cycle)

शारीरिक तथा मनोवैज्ञानिक परिवर्तनको विकासक्रमले शरीरमा यौनव्यवहार र यौन क्रियाकलापप्रति तरङ्ग उत्पन्न हुने गर्दछ । जसलाई यौन प्रतिक्रिया भनिन्छ । यौन क्रियाकलापमा सहभागिता जनाउँदा शरीरमा उत्पन्न हुने शारीरिक, मानसिक परिवर्तनलाई जनाउने गर्दछ । यौन जीवन चक्रका चारओटा अवस्था रहेको कुरा किन्से (Kinsey) ले उल्लेख गरेका छन् । उक्त अध्ययनका अनुसार यौन उत्सुकतापछि यौनिक जीवन चक्रलाई चार भागमा विभाजन गरिएको छ । महिला र पुरुषमा यी चारओटा नै यौनिक प्रतिक्रिया चक्र हुने गर्दछन् । जसलाई चित्रसहित निम्नानुसार व्याख्या गरिन्छ :

१. उत्तेजना (Excitement)



यौन उत्तेजना यौनिक जीवन चक्रको पहिलो चरण मानिन्छ । यसमा कल्पना, दृष्य, आवाज, वासना, कुराकानी, स्पर्श, अश्लिल चित्र पुस्तक वा चलचित्र हेर्दा उत्पन्न हुने चाहना वा तरङ्ग पर्दछन । यौन आकर्षणबाट हुने आशक्तिपना प्रत्येक व्यक्तिमा फरक फरक हुने गर्दछ ।

उत्तेजना पहिला मानिसको मनबाट सुरु हुन्छ । मानिसका मनमा आउने कल्पना, दिवास्वप्न भावनाहरूले मानिसहरू आनन्द प्राप्त गर्ने गर्दछन् । यौनसम्बन्धी किताब पढ्दा, यौनसम्बन्धी चित्र हेर्दा र अरूले गरेको यौनिक व्यवहार देख्दा मानिसहरू उत्तेजित हुन्छन् । यस्ता प्रकारका सामग्रीहरू किशोरावस्थामा हेर्नु उचित मानिदैन । किशोरावस्थामा यस्ता यौन उत्तेजनाको व्यवस्थापन उचित तवरले गर्न आवश्यक हुन्छ । उत्तेजना महिला र पुरुषमा फरक फरक हुने गर्दछ ।

२. धारणको अवस्था (Plaeau)

धारणको अवस्थालाई यौन जीवन चक्रको दोस्रो अवस्था मानिन्छ । समयको हिसाबले यो लामो समय हो । यस अवस्थामा उत्तेजनामा निकै तीव्रता आउँछ । यो अवस्थामा यौन जोडीहरूलाई बाहिरी वातावरणको खासै चासो हुदैन । महिला र पुरुषमा धारणको अवस्था पनि फरक फरक हुन्छ ।

३. चरम आनन्द (Orgasm)

यौनिक जीवन चक्रको तेस्रो अवस्था हो । यौन जोडीमा यौन उत्तेजना चरम सीमामा पुगेपछि केही समयका लागि त्योभन्दा अघि बढ्न नसकेपछि एकैछिनमा यौन तनाव झनै चरम अवस्थामा आउँछ त्यसैलाई नै चरम आनन्द भनिन्छ । यसलाई यौन जीवन चक्रको महत्त्वपूर्ण अवस्थाका रूपमा लिइन्छ । यो समय ज्यादै छोटो हुन्छ र निकै आनन्दपूर्ण हुन्छ । यो अवस्थामा यौन जोडीहरूलाई बाहिरी वातावरणमा के भइरहेको छ भन्ने कुनै कुरा थाहा नै हुदैन । मांसपेसीहरू कस्सिएका हुन्छन् । यो अवस्था पनि महिला र पुरुषमा फरक फरक हुने गर्दछ ।

४. सम्पन्नताको चरण (Resolitions)

यो यौनिक जीवन चक्रको चौथो वा अन्तिम चरण हो । यौनिक क्रियाकलापको चरम आनन्दको अवस्थामा पुगिसकेपछि पुन: सामान्य अवस्थामा फर्किनुलाई विच्छेदन/ सम्पन्नता (Resolitions) को अवस्था भनिन्छ । सम्पन्नताको अवस्था महिला र पुरुषमा अलग अलग किसिमबाट हुने गर्दछ । सामान्यतया महिलामा बहुचरण आनन्द प्राप्त गर्ने गुण रहन्छ साथै तुरुन्त यौन उत्तेजनाको अवस्था हुन समय लाग्छ ।

५.११ यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य (Sexual and reproductive health)

यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यलाई प्रजनन प्रणालीसँग सम्बन्धित सम्पूर्ण पक्षहरूका रूपमा हेरेको पाइन्छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यलाई मानिस शारीरिक, मानसिक तथा सामाजिक रूपले स्वस्थ्य रहनु र कुनै प्रकारको सङ्क्रमण नहुने अवस्थालाई बुझाउँछ भनेको छ । त्यसैका आधारमा यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यले महिला तथा पुरुषहरूका प्रजनन अङ्ग र त्यसका कार्यहरूको विस्तृत अध्ययनमा जोड दिएको हुन्छ, जस्तै: गर्भधारण, शुक्रकीट निर्माण, रजस्वला चक्र, स्वप्नदोष, लिङ्ग परिवर्तन, लिङ्ग निर्धारण, प्रजनन अङ्गको सङ्क्रमण, यसको रोकथाम एवम् यौन तथा प्रजनन अधिकार जस्ता विषयहरू समेटिएका हुन्छन् ।

विद्यालयमा यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य शिक्षाको निकै महत्त्वपूर्ण भूमिका रहेको हुन्छ । किनभने किशोर किशोरीहरूको जीवनमा आइपर्ने यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी समस्याको जानकारी यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य शिक्षामा समेटिएको हुन्छ । जसले सफल र स्वास्थ्य जीवन निर्वाह गर्न मदत पुऱ्याउँछ । यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी ज्ञानले गर्दा नै किशोर किशोरीहरूले असुरक्षित यौन क्रियाकलाप रोकथाम गर्नपर्ने,

बालविवाहलाई निरुत्साही गर्नुपर्ने, कलिलैमा आमा बन्न नहुने जस्ता व्यावहारिक ज्ञान प्राप्त गर्दछन् । यौनजन्य सङ्क्रमणहरू तथा प्रजनन अङ्गको सङ्क्रमणहरूबाट सजिलै आफू बच्नुपर्छ भन्ने कुरा सजिलै बुझ्न सक्छन् ।

किशोरावस्थामा महिला तथा पुरुषहरू यौन तथा प्रजननका विषयमा परिपक्क बन्दै जान्छन् । यो अवस्थामा यौन उत्सुकता तीव्र हुने र यौन तथा अन्य कतिपय जोखिमपूर्ण क्रियाकलापमा अनुभव हासिल गर्न प्रयोग गर्ने भएकाले बारम्बार किशोर किशोरीहरूले आफूलाई खतरामा पार्न सक्ने हुँदा किशोर किशोरीलाई जीवनभरका लागि जोखिमपूर्ण अवस्था आइपर्न सक्छ । विद्यालयमा दिइने यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्य शिक्षाले उनीहरू यसका नकारात्मक पक्षहरूको पूर्ण जानकारी रहेको खण्डमा जोखिमको प्रभाव न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ । त्यसैले सबै मानिसलाई विशेष गरी किशोर किशोरीलाई यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यका बारेमा उपयुक्त र पर्याप्त जानकारी वा शिक्षा दिन आवश्यक रहेको छ । विद्यार्थी यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यको पूर्ण जानकारी राख्न आवश्यक छ ।

(क) यौनिक स्वास्थ्य (Sexual health)

यौनिक स्वास्थ्य भनेको शारीरिक, संवेगात्मक, मानसिक र सामाजिक जस्ता यौनिकताका सम्पूर्ण पक्षहरूको एकीकृत रूप हो जसका कारण व्यक्तित्व विकास, व्यक्तिहरू बिचको आपसी सम्बन्ध र प्रेमको प्रवर्धन तथा अभिवृद्धि गर्न सकारात्मक भूमिका खेल्छ । यौनिक स्वास्थ्य भनेको यौनिकताका सम्बन्धमा रोग तथा असक्षमता वा दुर्वलता नहुनु मात्रै नभई शारीरिक, भावनात्मक, मानसिक र सामाजिक तवरले स्वस्थ तथा तन्दुरुस्त हुनु हो । यौनिक स्वास्थ्यका लागि सकारात्मक र सम्मानित सम्बन्ध, आनन्दमय र सुरक्षित यौनिक व्यवहारको अनुभव गर्न सक्ने, यौन शोषण, भेदभाव र हिंसाबाट मुक्त हुन पाएको अवस्था हो ।

(ख) प्रजनन स्वास्थ्य (Reproductie health)

यौन मानव जीवनको नैसर्गिक अधिकार हो । प्रजनन स्वास्थ्य भन्नाले प्रजनन प्रणाली, प्रजनन अङ्गहरू र यिनका कार्यहरूका सम्बन्धमा शारीरिक, मानसिक र सामाजिक तवरले पूर्ण स्वास्थ्यको अवस्थालाई जनाउँछ । खाली रोगव्याधी तथा शारीरिक विकार नभएको अवस्था मात्र प्रजनन स्वास्थ्य होइन । यसमा प्रजनन प्रणाली र यसका कार्य प्रक्रियासँग सम्बन्धित सबै कुराहरू पर्दछन् । त्यसकारण प्रजनन स्वास्थ्यमा मानिसहरूको सन्तुष्टि र सुरक्षित यौन जीवनयापन गर्ने क्षमता, सन्तान उत्पादन गर्ने क्षमता र त्यसबारे निर्णय गर्ने स्वतन्त्रता समाहित भएका हुन्छन् । यौनिक स्वास्थ्य र प्रजनन स्वास्थ्य एक अर्कामा अन्तरनिहित भएकाले यसलाई यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्य भनिएको हो ।

ICPD १९९५ ले यौन तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी विश्वव्यापी सम्मेलन गरेको छ । सोही सम्मेलनअनुसार व्यक्तिमा गर्भाधान तथा सन्तान जन्माउने बारे निर्णय गर्ने स्वतन्त्रताअन्तर्गत सुरक्षित, प्रभावकारी, धान्न सकिने र स्वीकार्य परिवार नियोजनका साधनहरूको सुलभता हुनु र त्यसबारे जानकारी प्राप्त गर्नु मानिसको नैसर्गिक

अधिकार हो । माथि उल्लिखित विषयहरूले यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यसम्बन्धी मानव अधिकारलाई पनि समेटेको छ । ICPD ले समेटेका यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यका विषयलाई बुँदागत रूपमा निम्नानुसार उल्लेख गरिएको छ :

१. सुरक्षित यौन जीवनयापन गर्नु
२. सन्तान जन्माउन सक्षम हुनु र कहिले र कति जना छोराछोरी जन्माउने भन्ने कुराको आफैँले स्वतन्त्रतापूर्वक निर्णय गर्न पाउनु
३. महिलालाई प्रचलित कानुन विपरीत नहुने गरी आफ्नो मासिकचक्र अथवा प्रजननलाई नियमित गराउन सक्ने अधिकार प्राप्त हुनु
४. गर्भनिरोधका साधनहरूका बारेमा पूर्ण जानकारी प्राप्त गर्ने तथा आफ्नो खर्चले धान्न सक्ने र प्रभावकारी गर्भनिरोधका साधन स्वतन्त्र रूपले छनोट गर्ने अधिकार प्राप्त हुनु
५. महिलाका लागि सुरक्षित रूपमा प्रसूति हुने तथा स्वस्थ शिशु जन्माउन दम्पतीहरूका लागि उपयुक्त स्वास्थ्य सेवा सुविधा उपलब्ध हुनु ।

(ग) यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यका क्षेत्रहरू (Areas of Reproductive Health)

कुनै पनि विषयको अध्ययन मनन र विवेचना गर्नुभन्दा अगाडि विषयगत सीमा क्षेत्रहरू अध्ययन गर्नु परे झैँ प्रजनन स्वास्थ्यका पनि सीमा वा क्षेत्रहरू फरक फरक रहेका छन् भन्ने कुरामा विचार गर्नुपर्छ । प्रजनन स्वास्थ्यका केही प्रमुख क्षेत्रहरू निम्नानुसार छन् :

१. परिवार नियोजन/योजना
२. सुरक्षित मातृत्व
३. नवजात शिशु तथा बाल स्वास्थ्य हेरचाह
४. गर्भपतन र गर्भपतनका कारणबाट उत्पन्न समस्याको रोकथाम र उपचार
५. प्रजनन नलीमा हुने सङ्क्रमण वा रोगहरू, एचआइभी, एड्सको रोकथाम र उपचार
६. बाझोपनाको रोकथाम र व्यवस्थापन
७. किशोरावस्थाको प्रजनन स्वास्थ्य
८. प्रौढ महिलाका प्रजनन स्वास्थ्य समस्या
९. लैङ्गिकतामा आधारित हिंसा

यसका अतिरिक्त लैङ्गिक समानतामा सशक्तीकरण, पुरुषको सहभागिता, यौनिक तथा प्रजनन अधिकार तथा मावन जीवनचक्रका प्रत्येक अवस्थामा उपयुक्त स्वास्थ्य सेवा पाउने कुरा यौनिक तथा प्रजनन स्वास्थ्यअन्तर्गत पर्दछन ।

५.१२ गर्भ व्यवस्थापन (Pregnancy Management)

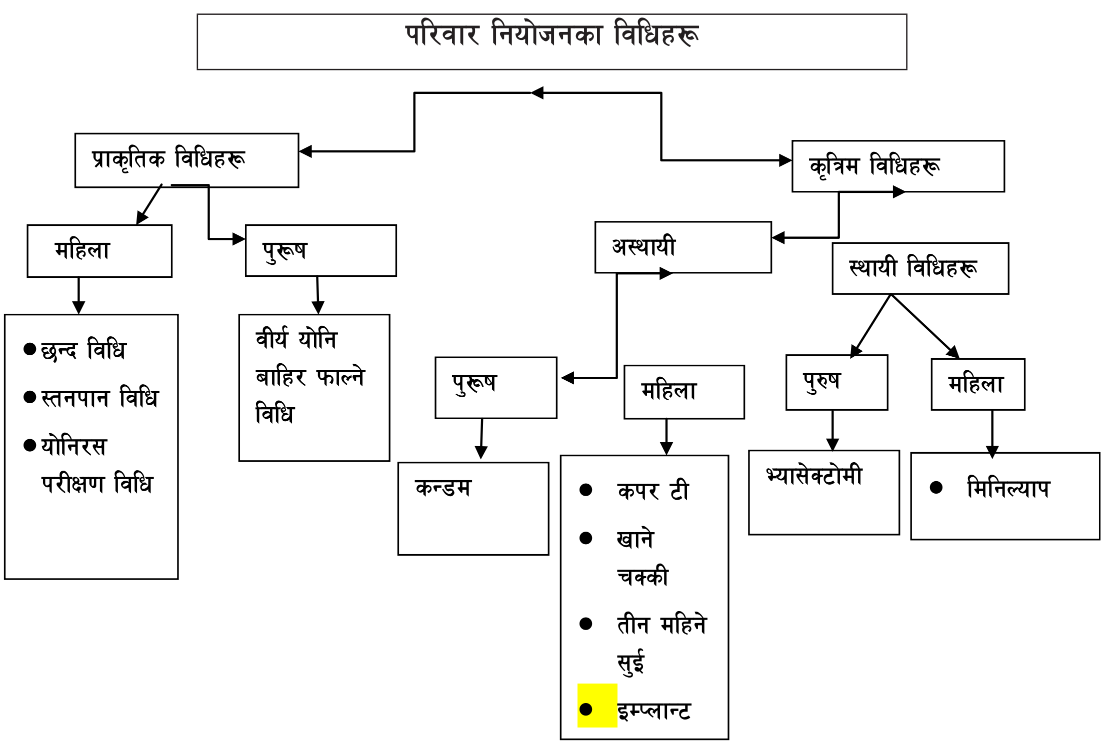
महिलाको पाठेघरभित्र भ्रूण अथवा शिशुको विकास भइरहेको अवस्थालाई गर्भावस्था (Pregancy) भनिन्छ । यौन जोडीबिच यौनसम्पर्क भएर वा वैज्ञानिक पद्धतिद्वारा गरिने प्रविधिबाट पनि गर्भधारण गराउन सकिन्छ र गर्भ रहन सक्छ । किशोरावस्थामा गर्भाधान गर्नु निकै जोखिमको कुरा हो । त्यसैले यस अवस्थामा संयमितता र जिम्मेवारीको खाँचो पर्दछ । किशोरावस्थामा यौन र यौनिकताप्रति निकै जिम्मेवार हुन आवश्यक हुन्छ ।

मानिसको यौन सम्पर्क राख्न पाउने नैसर्गिक अधिकार हो तर यौन सम्पर्कबाट कहिलेकाँही गर्भ नरहन पनि सक्दछ । यस्तो अवस्थामा गर्भ व्यवस्थापन निकै महत्त्वपूर्ण विषय हो । गर्भ दुई तरिकाबाट व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ, जुन निम्नानुसार छन् :

५.१२.१ गर्भ निरोधक साधनका प्रयोग गर्ने

गर्भ व्यवस्थापन गर्नु भनेको अनिच्छित गर्भलाई रोक्नु पनि हो । यौन अपरिहार्य रहेकाले यसबाट गर्भधान नहोस् भन्न गर्भ निरोधका विभिन्न उपायहरू अपनाउन सकिन्छ । यसलाई परिवार नियोजन पनि भनिन्छ । परिवार नियोजनअन्तर्गत दम्पती वा महिलाले आफ्नो इच्छा र योजनाअनुसार बच्चा जन्माउन वा गर्भलाई व्यवस्थापन गर्ने विभिन्न उपायहरू रहेका छन् । परिवार नियोजनका विधिहरूलाई मुख्यतया दुई किसिमबाट विभाजन गरी अध्ययन गर्न सकिन्छ । जसलाई तलको तालिकामा प्रस्तुत गरिएको छ ।

चित्र ५.१: परिवार नियोजनका विधिको चित्रात्मक प्रस्तुति

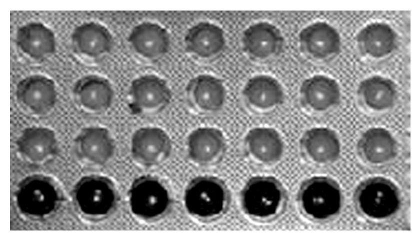


५.१२.२ गर्भ व्यवस्थापनका वा परिवार नियोजनका अस्थायी विधिहरू

१. कपर-टी (आइयुसिडी)

महिलाको पाठेघरभित्र राखिने गर्भनिरोधक साधन आइयुसिडी (Intrauterine Contraceptive Device) महिलाले प्रयोग गर्ने लामो अवधिको अस्थायी साधन हो । यसलाई कपर-टी पनि भनिन्छ । यसमा कुनै औषधी हुदैन । यसलाई तालिम प्राप्त स्वास्थ्यकर्मीले छोटो समयमा नै पाठेघरमा राखिदिन्छन् । एकपटक राखेको आइयुसिडीले १२ वर्षसम्म गर्भ रहन सक्दैन । यो अङ्ग्रेजी टी आकारको हुन्छ । बिचमा यसलाई झिक्नु पर्‍यो भने तालिम प्राप्त स्वास्थ्य कर्मीको सहायताले झिक्नुपर्ने हुन्छ ।

२. गर्भनिरोधक चक्की (खाने चक्की)

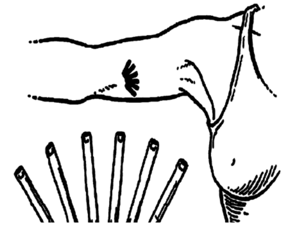


महिलाहरूको शरीरबाट प्राकृतिक रूपमा उत्पादन हुने हर्मोन खाने चक्की राखिएको हुन्छ । एउटा पत्तामा २१ ओटा सेता चक्की र ७ ओटा खैरो चक्की गरी २८ ओटा हर्मोन चक्की रहेका हुन्छन् । यसलाई पनि स्वास्थ्य कर्मीको सल्लाहअनुसार महिनावारी भएको चौथो दिनबाट सेता चक्की खान सुरु गर्नुपर्दछ र महिनावारी भएको २१ दिनबाट खैरो चक्की खाने गर्नुपर्दछ ।

३. डिपोप्रोभेरा (तीन महिने सुई)

परिवार नियोजनका साधनहरूमध्ये एक अस्थायी साधन डिपोप्रोभेरा अथवा तीन महिने सुई पनि एक हो । प्रचलित भाषामा तीन महिने सुई भनिने गर्भनिरोधको साधन सुईद्वारा लगाइन्छ । यो साधन स्वास्थ्य संस्थामा निशुल्क पाइन्छ । डिपो सुईमा प्रोजेस्ट्रोन हर्मोन हुन्छ । डिपो सुई स्तनपान गराउने महिलाले बच्चा जन्मेको ६ हप्तापछि नै प्रयोग गर्न सक्छन् ।

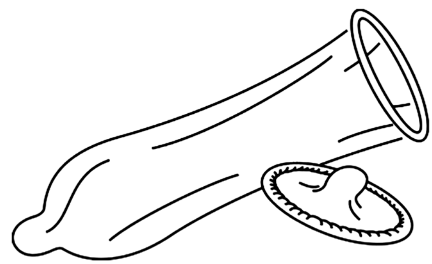
४. इम्प्लान्ट



लामो अवधिसम्म गर्भ रहन नदिन प्रयोग गर्ने परिवार नियोजनको अस्थायी साधन इम्प्लान्ट हो । यो साना साना सलाइका काँटी आकारको हुन्छ । यो मानवमैत्री रबरबाट बनेको हुन्छ । प्रत्येक रडभित्र लेभोनोरजेस्ट्रोलको धुलो

राखिएको हुन्छ । तालिम प्राप्त स्वास्थ्य कार्यकर्ताद्वारा सानो शल्यक्रिया गरी महिलाको पाखुराको छालामुनी राखिन्छ । यो इम्प्लान्ट एक पटक लगाएपछि ५ वर्षसम्म गर्भ रहन दिँदैन । राखेको समयले ५ वर्ष पूरा भएपछि यसले काम गर्दैन, त्यसैले यसलाई निकाल्नुपर्छ । तर बिचमा यसलाई निकाल्नुपर्ने अवस्था आएमा महिलाको चाहनाअनुसार यसलाई निकाल्न सकिन्छ । यसले महिलाको पाखुरामा लगाएको २४ घण्टापछि काम गर्न सुरु गर्छ भने इम्प्लान निकाल्ना साथ गर्भाधान हुन सक्ने सम्भावना रहन्छ ।

५. कन्डम (Condom)



नेपालमा पुरुषले प्रयोग गर्ने अस्थायी गर्भनिरोधको एकमात्र साधन कन्डम हो । यो अस्थायी साधन अरूभन्दा फरक छ किनभने यसको प्रयोगले HIV तथा AIDS जस्ता प्राण घातक रोगबाट पनि बचाउँछ । अन्य परिवार नियोजनका अस्थायी साधनहरूले गर्भ रहन नदिने मात्र काम गर्दछन् । यो सुरक्षित यौन सम्पर्कका लागि यौन सम्पर्कको बेला पुरुषहरूले प्रयोग गर्ने अस्थायी साधन हो । जसको सहयोगले अनिच्छत गर्भ रहन पाउदैन तथा यौन तथा एचआइभी र एड्स जस्ता सङ्क्रमणबाट पनि जोगिन मदत गर्दछ । यो एक पटक प्रयोग गरेपछि सुरक्षित रूपमा विर्सजन गर्नुपर्ने हुन्छ ।

६. फेमिडोम

यौन सम्पर्कका बेला महिलाहरूले प्रयोग गर्ने कन्डमलाई फेमिडोम भनिन्छ । यसलाई यौन सम्पर्क गर्नुभन्दा पहिला नै महिलाले आफ्नो योनिभित्र लगाउनुपर्दछ । पछिल्लो समय नेपालमा यसको प्रयोग बढ्न थालेको छ । तर पुरुषले प्रयोग गर्ने कन्डम जस्तो सस्तो भने छैन । यो एक पटक प्रयोग गरेपछि यसको सुरक्षित विसर्जन गर्नुपर्छ ।

५.१२.३ गर्भ व्यवस्थापनका वा गर्भ निरोधका प्राकृतिक विधिहरू

१. स्तनपान विधि

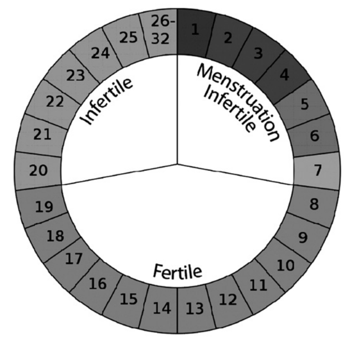
स्तनपान विधि गर्भ रोक्ने परिवार नियोजनको एक प्राकृतिक विधि हो । त्यसैले स्तनपानलाई अस्थायी परिवार नियोजनका साधनका रूपमा प्रयोग गर्न सकिन्छ । शिशुलाई बारम्बार स्तनपान गराउँदा डिम्ब निस्कान गराउने ल्युटिनाइजिङ हर्मोनको उत्पादन रोकिन्छ । यो हर्मोन नभएपछि डिम्ब निष्कासन हुन पाउँदैन र गर्भ पनि रहँदैन । महिनावारी

सुरु हुन थालेमा, बच्चालाई राति स्तनपान गराउन छाडेमा, बच्चाको आहारमा ठोस खानेकुरा दिन थालेमा अथवा स्तनपान कम पटक गराउन (दिनमा ४ घण्टाभन्दा बढीको फरकमा) सुरु गरेमा बच्चाको उमेर ६ महिना नपुगे पनि परिवारका अन्य विधि अपनाउनुपर्दछ ।

२. बाहिर स्खलन विधि (Withdral methods)

यो विधि पनि गर्भ व्यवस्थापनको एक महत्त्वपूर्ण प्राकृतिक विधि हो । यौन सम्पर्क गर्दा पुरुषको वीर्यलाई महिलाको डिम्बसँग मिल्न नदिई स्खलन हुने बेला लिङ्गलाई योनिबाट बाहिर निकाली स्खलन गर्ने विधिलाई नै बाहिर स्खलन विधि भनिन्छ । यो विधि पनि प्रचलित विधि हो । यस विधिको प्रयोग गर्दा सानो लापरबाहीले अनिच्छित गर्भ रहन सक्छ । यो विधि प्रयोग गर्दा समयको सही सदुपयोग गर्नुपर्ने भएकाले पुरुषको भूमिका निकै महत्त्वपुर्ण हुन्छ ।

३. छन्द विधि (calender method)

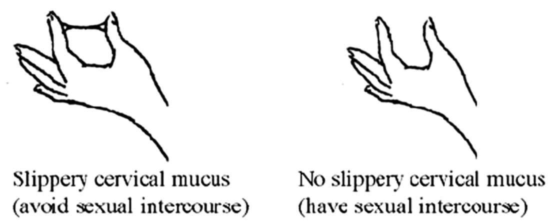


प्राकृतिक गर्भ निरोधका अन्य विधि जस्तै यो पनि एक हो । कुनै पनि महिला पूरा महिनाभर गर्भवती हुनसक्ने सामर्थ्य राख्दिनन् । महिनावारी भएको करिव ८ दिनपश्चात् डिम्बाशयबाट पूर्ण विकसित भएर निस्किएको डिम्ब प्राकृतिक रूपमा करिव ७२ घण्टा (३ दिन) सम्म मात्र जीवित वा प्रजनन योगय रहन्छ । यसै ३ दिनको अवधिलाई गर्भाधान हुनसक्ने हुनाले यस अवधिलाई असुरक्षित अवस्था मानिन्छ । यस विधिअन्तर्गत कुनै पनि महिलाको महिनावारी भएको दिनबाट समय गणना गरिन्छ । चित्रमा देखाए झैँ अघिल्लो ३/४ दिनसम्म निरन्तर मासिकश्राव हुने भएका कारण यो समयमा हुने यौनसम्पर्क अस्वस्थ मानिन्छ । त्यसपछि करिब ८ दिनसम्मको अवधि यौन सम्पर्कका लागि सुरक्षित अवस्था हो । ८ दिनदेखि १९ दिनभित्र कुनै पनि समयमा डिम्ब निस्कासन हुन सक्ने र यौनसम्पर्क भएमा गर्भ रहन सक्ने भएकाले यो अवधि असुरक्षित काल हो । २० दिनपछि अर्को मासिकश्राव नहुञ्जेलसम्मको अवधि यौनसम्पर्कका हिसाबले सुरक्षित अवधि हो । तसर्थ असुरक्षित समयको गणना गरी त्यस समयमा यौन सम्पर्क नगरी गर्भ रोक्ने विधि नै छन्द विधि हो ।

४. योनिरस परीक्षण (Cervical Mucus Testing Method):

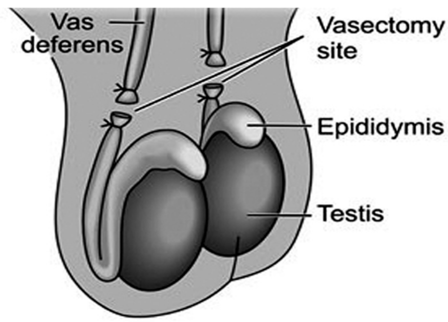
गर्भाधानका लागि असुरक्षित समय पत्ता लाउने अर्को उपाय योनिरस परीक्षण हो । कुनै पनि महिलाको डिम्ब निष्कासनको समयमा योनिबाट निस्कने योनिरस सामान्यभन्दा फरक प्रकृतिको हुन्छ । यस विधिअन्तर्गत महिलाको योनिबाट निस्किएको योनिरस परीक्षणका लागि निकालिन्छ । सो योनिरसलाई बुढी औँला र चोरी औँलाबिच राखेर तन्काउँदा यदि सो योनिरस तन्किएर डोरी जस्तो भई दुवै औँलामा तन्कियो भने

सो अवस्थामा डिम्ब निष्कासन भएको मानिन्छ भने डिम्ब निष्कासन हुने अवस्था यौन सम्पर्कका लागि असुरक्षित मानिन्छ । त्यस्तै सो योनिरस नतन्किई दुवै औँलाहरूमा टाँसिएर डल्ला जस्तो भएर रह्यो भने सो अवस्थालाई सुरक्षित काल मानिन्छ ।



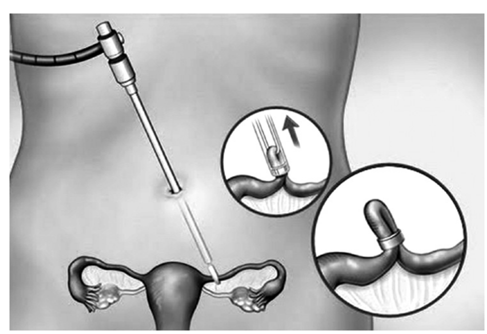
५.१२.४ गर्भ व्यवस्थापन वा परिवार नियोजनका स्थायी विधिहरू

(क) स्वेच्छिक पुरुष बन्ध्याकरण (भ्यासेक्टोमी)



भ्यासेक्टोमी पुरुषले गर्ने स्थायी बन्ध्याकरण हो । यो ज्यादै सुरक्षित र सामान्य शल्यक्रिया (अपरेसन) हो । सामान्तया यसका जटिलताहरू साधारण प्रकारका हुन्छन् । यो शल्यक्रिया गर्दा पुरुषको अण्डकोष थैलीमा एउटा सानो प्वाल पारी त्यहीँबाट दुवैतिरका शुक्रकीटबाहिनी नली (वीर्यनली) काटेर बाँधिन्छ र शुक्रकीट आउन पाउँदैनन् जसका कारणले यौनसम्पर्क हुँदा पुरुषबाट महिलाको योनिमा शुक्रकीटहरू आउन सक्दैनन् जसले गर्दा महिलाको डिम्ब र पुरुषको शुक्रकीटबिच मिलन हुदैन र गर्भ रहन पाउँदैन । भ्यासेक्टोमी गरेपछि पनि पुरुषको यौन चाहना र क्षमतामा कुनै असर गर्दैन ।

(ख) स्वेच्छिक महिला बन्ध्याकरण (मिनिल्याप)



मिनिल्याप सन्तानको रहर पुगेका महिलाले गर्ने स्थायी बन्ध्याकरण हो । मिनिल्याप ज्यादै सुरक्षित र सरल शल्यक्रिया (अपरेसन) हो । तालिम प्राप्त चिकित्सकले महिलाको तल्लो पेटमा सानो शल्यक्रिया गरी दुवैतिरका डिम्बबाहिनी नलीलाई बाँधेर काटिदिन्छन् । यो नली काटिए पनि महिनावारी भने साविकै रूपमा भइरहन्छ । डिम्बाशयबाट डिम्ब पाठेघरसम्म आउने बाटो बन्द भएपछि पुरुषको शुक्रकीट र महिलाको डिम्बको भेट हुन पाउँदैन र गर्भ रहँदैन ।

(ग) अनिच्छित गर्भलाई कानुनी रूपमा पतन गराउने

गर्भ व्यवस्थापनअन्र्तगत गर्भपतनका लागि नेपालमा कानुनले तीनओटा आधार तोकेको छ, जुन निम्नानुसार रहेका छन् :

- गर्भवती महिलाको मन्जुरीमा १२ हप्तासम्मको गर्भपतन गराउन पाउने
- जबरजस्ती, हाडनाता करणीमा रहेको १८ हप्तासम्मको गर्भलाई पतन गराउन पाउने
- महिलाको (आमाको) ज्यानमाथि खतरा पर्ने वा शारीरिक अथवा मानसिक रूपले स्वास्थ्यमा असर पर्ने भएमा वा विकलाङ्ग बच्चा जन्मन सक्ने अवस्था आएमा, योग्यता प्राप्त दक्ष चिकित्सकको रायले जुनसुकै अवधिको गर्भलाई पतन गराउन सकिन्छ । भ्रूणको यौन पहिचान गरी गर्भपतन गर्न कानुनी रूपमा अपराध मानिएको छ ।

५.१३ यौनजन्य सङ्क्रमण (Sexually Tramsmited Infections)

सामान्यतया यौन सम्पर्कको माध्यमद्वारा यौन सङ्क्रमित व्यक्तिबाट अर्को व्यक्तिमा सर्ने सङ्क्रमणलाई नै यौन सङ्क्रमण भनिन्छ । यस्ता यौन सङ्क्रमणहरू असुरक्षित यौन सम्पर्क गर्दा सङ्क्रमण भएको यौन व्यक्तिबाट सर्ने गर्दछ । धेरैजसो यौन सङ्क्रमणहरू समयमै उपचार गरेमा पूर्ण रूपमा निको हुन्छ । खास गरेर यौनसम्पर्कबाट सर्ने रोगहरूमा गुप्तरोगहरू भिरिङ्गी, कलामइडिया, गोनोरिया, स्याङ्क्रोबाइड, ट्राइकोमोनियासित, हर्पित जेनिटालितस, लिम्फोग्रानुलोमा र जनेन्द्रियमा हुने मुसा तथा एचआइभी सङ्क्रमण हुन् । यस्ता रोगहरूबाट किशोरकिशोरीहरू जोगिनुपर्ने हुन्छ ।

सुरक्षित यौन क्रियाकलापले मात्र यस्ता रोगहरूबाट मानिसहरूलाई सुरक्षित गर्न सकिन्छ । यस प्रकारका सङ्क्रमणहरूले गुप्त अङ्गमा प्रभाव, चोट तथा अघात पुग्न जान्छ महिलाहरूको प्रजनन अङ्गमा विभिन्न किसिमका सङ्क्रमणबाट पाठेघरमासमेत अघात पुऱ्याई सन्तान उत्पादन गर्ने प्रक्रियामा नोक्सान पुऱ्याउने हुन्छ । यसरी पटक पटक प्रजनन अङ्गमा सङ्क्रमण भइरहेमा यसको असरले बाँझोपन पनि निम्तिन सक्ने देखिन्छ ।

महिलाहरूको प्रजनन स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पुऱ्याउनेमा मूत्रनलीको सङ्क्रमण पनि एक हो । यसलाई अङ्ग्रेजीमा युरिन ट्र्याक इन्फेक्सन (Urine Tranct Infection = UTI) पनि भनिन्छ । यसले प्रजनन स्वास्थ्यमा प्रतिकूल असर पर्दछ । स्वस्थ्य यौनिक जीवनयापन गर्न महिला र पुरुष दुवै सचेत र सजग रहनुपर्ने हुन्छ । एकमात्र यौन साथी बनाउने, सुरक्षित यौनिक क्रियाकलाप अपनाउने, भरपर्दो साथीसँग मात्र यौन सम्पर्क राख्ने जस्ता सावधानी अपनाउनु पर्दछ । जसले यस्ता प्रकारका यौन सङ्क्रमणबाट बचाउँछ । यौनजन्य सङ्क्रमणहरू मध्ये एचआइभी र एड्सका बारेमा केही पक्ष तल उल्लेख गरिएको छ ।

५.१३.१ एचआइभी सङ्क्रमणको जोखिमको पहिचान

विषाणुहरू शरीरभित्र प्रवेश गरेपछि विभिन्न किसिमका अवस्थाहरू देखा पर्ने गर्दछन् । जसले एचआइभी (HIV) सङ्क्रमणको जोखिम पहिचान गर्न सहज हुने गर्दछ । एचआइभी (HIV) विषाणु शरीरभित्र प्रवेश गरेपछि तीन चरणमा पहिचान गर्न सकिन्छ वा एचआइभी (HIV) शरीरभित्र प्रवेश गरेपछि तीन चरणहरू रहने गर्दछन्, जुन निम्नानुसार छन् :

१. सुरुवाती अवस्था (Window period)

शरीरभित्र एचआइभी प्रवेश गरेपछि विभिन्न किसिमका लक्ष्यणहरू देखा पर्दछन् । कसैलाई रूगाखोकी जस्ता समान्य रोगको अवस्था देखिन्छ र सो अवस्था विस्तारै हराउँदै जान्छ । यस्तो अवस्थामा मानिसको शरीरभित्र एचआइभी (HIV) का जीवाणुहरू रहिरहने गर्दछन् । यस्ता जीवाणु शरीरभित्र प्रवेश गरेपछि सो व्यक्तिले अर्को व्यक्तिसँग यौन सम्पर्क गर्दा अर्को व्यक्तिमा सर्दछ । यो अवस्था सुरुको ६ देखि १२ हप्तासम्मको हुन्छ । कसैकसैमा यो अवस्था ६ महिनासम्म पनि हुन सक्छ । त्यसैले एचआइभी (HIV) सर्ने सम्भावना भएको खतरापूर्ण व्यवहार गरेमा ३ महिना पुगेपछि र ६ महिना पुगेपछि रगत जाँच गराउनु राम्रो हुन्छ ।

२. लक्ष्यणबिनाको बाहक अवस्था (Asymptomatic carrier stage)

यस अवस्थामा पनि रोगी स्वस्थ र हृष्टपुष्ट नै देखिन्छ । तर शारिरभित्र भने विषाणुको वृद्धि तथा विकास अविरल गतिमा भइनै रहेको हुन्छ । कुनै पनि व्यक्तिमा एचआइभी (HIV) सङ्क्रमण भइसकेको तर रोगका कुनै पनि लक्ष्यणहरू नदेखिएको अवस्थालाई लक्ष्यणबिना बाहक अवस्था (Asymptomatic carrier stage) भनिन्छ । यो अवस्था १२ हप्तापछि ५ देखि १० वर्षसम्मको हुन्छ । शिशुहरूका लागि भने १/२ वर्षसम्म मात्र रहन्छ । वास्तवमा यो अवस्थामा एचआइभी पोजेटिभ (HIV Positive) नै देखिन्छ । तर यो विभिन्न तत्त्वहरूमा भर पर्दछ, जस्तैः मानिसको रहनसहन, खानपिन आदिले हाल एचआइभी (HIV) सङ्क्रमणको अवस्था १५/१६ वर्षसम्म पनि एड्स अवस्थामा नपुगी लम्बिएको पाइएको छ ।

३. रोगको अवस्था (AIDS)

मानव शरीरमा एचआइभी (HIV) प्रवेश गरेको ६ महिनादेखि १० वर्षपछिसम्म पनि रोगका आधारभूत लक्ष्यणहरू देखा पर्दछन् । रोगी बाह्य रूपले स्वस्थ, सुन्दर देखिए तापनि भित्रभित्रै सखाप भइसकेको हुन्छ । रगत परीक्षणबाट प्रमाणित र लक्ष्यण देखा परेमा एड्स नै हो भन्ने पहिचान हुन सक्छ । शरीरमा प्रतिरक्षा शक्ति नाश भइसकेको हुन्छ । एड्स आफैँ सर्ने नभई स्वयम् मानिसले खोजेर सार्दछ भन्ने कुरा पनि विवेकपूर्ण रूपबाट हेरिनुपर्छ । वास्तवमा एड्स लागेको छ भन्ने अनुभूति भएमा ५० प्रतिशत दुई वर्षभित्र नै मृत्यु हुन सक्छ किनभने उसमा मनोवैज्ञानिक र सामाजिक असरको प्रभाव बढी हुन्छ ।

५.१३.२ एचआइभी र एड्स लक्ष्यण वा पहिचान

शरीरमा एचआइभी र एड्सका विषाणुहरू प्रवेश गरेपछि यसका लक्ष्यणहरूलाई दुई भागमा बाडेर हेर्न सकिन्छ

१. साधारण लक्ष्यणहरू

१. एक महिनाभन्दा बढी अवधिसम्म खोकी लाग्नु

२. ओठ वरिपरि र नाकको प्वालका छेउछाउमा खटिरा आउनु

३. जिउमा खटिराहरू दोहोरिएर आउनु

४. छालामा चिलाउने खटिरा देखिनु

५. मुख र घाँटीभित्र खटिरा देखापर्नु

६. शरीरको दुईभन्दा बढी भागमा गाँठागुँठीहरू ३ महिनाभन्दा बढी अवधिसम्म देखा परिरहनु

७. रोग चर्किए पछि पटक पटक क्रोनिया हुनु

८. जुन सरुवा रोगका जीवाणुले आक्रमण गर्छ उस्तै रोगका लक्ष्यण निरन्तर देखापर्नु

९. एक महिनाभन्दा बढी अवधिसम्म खोकी लाग्नु

१०. रगतमा एचआइभी (HIV) को सङ्क्रमण हुनासाथ यसले शरीरको प्रतिरक्षा प्रणालीलाई उत्तेजित गरी एन्टिबडीको (Antibodies) उत्पादन बढाउन मदत गर्छ ।

११. मुखको भिल्लीमा (Mucous membrane) जिब्रो तथा योनि मार्गमा सेतो तथा कडा टाटो देखिन्छ, जसलाई (Hairy Luekoplakia) भनिन्छ । जसलाई क्यान्सरको पूर्वावस्था हो भन्ने गरिएको छ ।

२. मुख्य लक्ष्यणहरू

१. आफ्नो शरीरको वजन एक महिनामा साबिकको भन्दा १०% ले घट्नु

२. एक महिनाभन्दा बढी अवधिसम्म ज्वरो आउनु

३. एक महिनाभन्दा बढी अवधिसम्म लगातार अथवा बिचबिचमा रोकिँदै झाडा भइरहनु

४. शरीरमा धेरै पसिना बगिरहनु

५. श्वासप्रश्वास क्रियामा असजिलोपन हुनु

६. बिना कुनै कारण थकाई लागेजस्तो अनुभूति हुनु ।

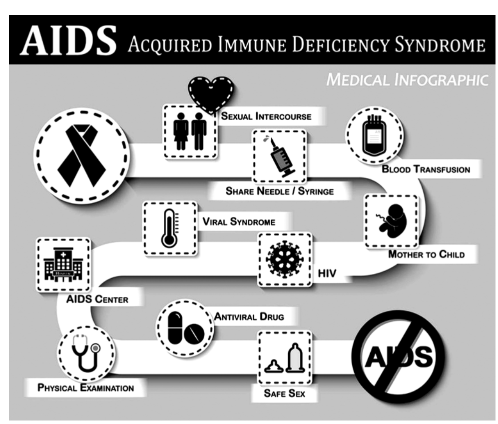
एचआइभी र एड्स सर्न सक्ने अवस्था

१. एचआइभी र एड्स सङ्क्रमित व्यक्तिसँग असुरक्षित यौनसम्पर्क राखेमा
२. धेरै जनासँग असुरक्षित यौनसम्पर्क राखेमा
३. एचआइभी र एड्स लागेका व्यक्तिको रगत स्वस्थ मानिसमा सञ्चारण गरेमा
४. एचआइभी र एड्स लागेका आमाबाट बच्चा जन्मेमा
५. एचआइभी र एड्स सङ्क्रमित व्यक्तिले प्रयोग गरेका सुई तथा अन्य औजार निर्मलीकरण नगरी प्रयोग गरेमा
६. कन्डम ठिकसँग प्रयोग नगरी परस्त्री गमन वा पुरुषसँग यौनसम्पर्क गरेमा
७. सङ्क्रमित व्यक्तिको रगत लिँदा वा दिँदा ।

एचआइभी र एड्स नसर्ने अवस्था

१. हात समाउँदा
२. सँगै बस्दा, हाँस्दा, खेल्दा
३. चुम्बन गर्दा
४. एउटै चर्पी तथा बाथरूम प्रयोग गर्दा
५. अँगालो हाल्दा
६. खानेकुरा बाँडेर खाँदा
७. खोक्दा, श्वास फेर्दा, हाच्छयुँ गर्दा
८. पौडी खेल्दा, पोशाक प्रयोग गर्दा
९. अङ्कमाल गर्दा ।

५.१३.३ एचआइभी र एड्स, लान्छना र पुर्नस्थापना



एचआइभी र एड्सलाई प्राणघातक यौन रोग मानिएको छ । सर्वप्रथम सन् १९८१ मा यो रोग अफ्रिकाको कालो बाँदरबाट देखा परेको हो भनिन्छ । नेपालमा पनि सन् १९८८ मा नेपालमा ४ जना व्यक्तिमा एचआइभी देखिएको थियो । एचआइभी र एड्सको सङ्क्रमणमध्ये धेरै जसो यौन सम्पर्कका माध्यमबाट सरेको पाइन्छ । एचआइभी भनेको अति सूक्ष्म विषाणु (Virus) हो । यो विषाणु

जीवाणु तथा किटाणुभन्दा धेरै सूक्ष्म हुन्छ । एचआइभी मानव शरीरमा मात्र जीवित रहन सक्ने जीवाणु हो । यो एउटा सङ्क्रमित मानिसबाट स्वस्थ्य मानिसमा सर्ने गर्दछ । यो विषाणुको सङ्क्रमण भएका व्यक्तिमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमताको कमी हुदै जान्छ । एचआइभी सङ्क्रमित व्यक्ति लामो समयसम्म पनि बाहिर स्वस्थ्य देखिन सक्छ । यसलाई अङ्ग्रेजीमा Human Immuneo Deficiency भन्ने गरिन्छ र छोटकरीमा HIV भनिन्छ ।

एड्स भनेको एचआइभी (HIV) मानिसको शरीरमा प्रवेश गरेपछि मानवको शरीरमा प्राकृतिक रूपमा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमतालाई कमजोर गर्दै जान्छ । जब कुनै एचआइभी (HIV) सङ्क्रमित व्यक्तिको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता धेरै नै कम हुन्छ र विभिन्न रोगका लक्ष्यणहरू देखा पर्दछन् त्यस अवस्थालाई एड्सको सङ्क्रमणको अवस्था भनिन्छ ।

एचआइभी (HIV) शरीरमा प्रवेश गरेपछि मानवको शरीरमा प्राकृतिक रूपमा भएको रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कमजोर भएपछि एड्स हुने गर्दछ । यस अवस्थामा मानिसलाई जुनसुकै रोग सजिलैसँग लाग्न सक्दछ । मानव शरीरमा (HIV) प्रवेश गरेको ६ महिनादेखि १० वर्षसम्म रोगका आधारभूत लक्ष्यणहरू देखापर्ने गर्दछन् । यस अवस्थालाई निम्नानुसार व्याख्या गरिएको छ :

ए (A)= आर्जित (Acquired) = एड्स आफैँ उत्पन्न हुदैन । अरूबाट एचआइभी आर्जित अवस्थामा मात्र हुन्छ र यो वंशाणुगत रूपमा एउटा पुस्ताबाट अर्को पुस्तााामा पनि सर्दैन ।

आइ (I) = प्रतिरोध क्षमता= (Immune(O): प्रतिरोध क्षमता शरीरमा प्राकृतिक रूपमा भएको रोगसँग लड्ने शक्ति हो ।

डी (D)= न्यून भएको (Deficiency): मानवको शरीरमा प्राकृतिक रूपमा भएको रोग प्रतिरोध क्षमता कम हुने । रोगप्रतिरोध क्षमता धेरै कम हुने । रोगप्रतिरोध क्षमता धेरै कम भइसकेपछि मानिसमा रोगविरूद्ध लड्ने शक्ति हुदैन ।

एस (S)= लक्ष्यणहरू (Syndrome): विभिन्न रोगहरूका लक्ष्यणहरू एकैसाथ देखिने अवस्था ।

हाम्रो समाजमा एचआइभी (HIV) भएका मानिसलाई हेर्ने दृष्टिकोण अझ सकारात्मक हुन सकेको छैन । एचआइभी (HIV) भएका मानिस पनि अन्य नागरिक सरह नै हुन् । त्यसैले उनीहरूलाई अन्य मानिसहरूलाई जस्तै व्यवहार गर्नुपर्ने हुन्छ । उनीहरूको पनि शिक्षा, स्वास्थ्य, औषधोपचार जस्ता आधारभूत कुराहरूमा समान हक लाग्छ ।

एचआइभी (HIV) भएका मानिसलाई गरिने विभेद सामाजिक अपराध हो । नेपाल स्वास्थ्य सर्वेक्षण वि.स. २०१६ को प्रतिवेदनअनुसार ४० प्रतिशत महिला र ३३ प्रतिशत पुरुषहरू अझ पनि विभेद तथा लान्छनाको सिकार बन्नु परेको देखिएको छ । समाजमा यस्ता प्रकारका विभेदले सङ्क्रमितको आत्मविश्वासमा गहिरो ठेस लाग्ने गर्दछ ।

एचआइभी सङ्क्रमितलाई पुर्नस्थापना गरी उनीहरूलाई पनि उचित शिक्षा, स्वास्थ्य वा अन्य नागरिक सरहको सुविधामा पहुँच पुऱ्याउनु पर्दछ । जसले गर्दा उनीहरू लामो समयसम्म बाँच्न सफल हुन सक्छन् । सामाजिक पुर्नस्थापना एचआइभी (HIV) सङ्क्रमितहरूका लागि निकै आवश्यक मानिन्छ ।

जोखिम न्यूनीकरण, रोकथाम तथा नियन्त्रण

१. अप्राकृतिक र असुरक्षित यौन सम्बन्ध नराख्ने

२. भरपर्दो एउटै साथीसँग (श्रीमान श्रीमतीबिच) मात्र यौन सम्बन्ध राख्ने

३. एचआइभी सङ्क्रमित आमाको दुधमा पनि केही मात्रामा एचआइभी विषाणु रहने हुनाले स्तनपान नगराउने

४. सही तरिकाले कन्डम प्रयोग गरेर मात्र यौन सम्पर्क राख्ने

५. यौन सम्पर्कबाहेक सुई तथा छाला छेड्ने औजारहरू निर्मलीकरण गरेर मात्र प्रयोग गर्ने

६. एचआइभी जाँच गरिएको रगत मात्र लिने र रगत दिँदा पनि एचआइभी परीक्षण गरेर दिने

७. एचआइभी सङ्क्रमित महिलाले सकभर गर्भाधान नगर्ने

८. एचआइभी सङ्क्रमित महिलाबाट जन्मिएको शिशुको जन्मनासाथ एचआइभी परीक्षण गराउने

९. यौनव्यावसायी, देहव्यापार गर्ने व्यक्तिहरूलाई एचआइभी र एड्सका बारेमा प्रयाप्त जानकारी प्रदान गर्ने र सुरक्षित यौन सम्पर्कका लागि सचेतता गराउने ।

५.१३.४ यौन सङ्क्रमण र एचआइभी सङ्क्रमणको हेरचाह र सहयोग

एचआइभी सङ्क्रमण तथा यौन रोग लाग्नु व्यक्तिका लागि अवश्य पनि राम्रो होइन । तर कारणवश लागि सकेपछि यसको उचित रोकथाम र नियन्त्रण गर्नुपर्दछ । हामी मानव सचेत प्राणी भएकाले हाम्रो समाजमा रहेका एचआइभी सङ्क्रमितहरूको सम्मानपूर्ण जीवन जीउन पाउने अधिकारलाई संरक्षित गर्न महत्त्वपूर्ण हुन्छ । समाजमा एचआइभी तथा एड्स सङ्क्रमितलाई हेला गर्ने, समाजमा तथा घरमा बस्न नदिने, बच्चामा एचआइभी देखिएमा स्कुलमा भर्ना नलिने, पढ्न नदिने जस्ता अमानवीय व्यवहार भइरहेका हुन्छन् । यस्ता व्यवहारहरू दण्डनीय हुन् । एचआइभी र एड्स सङ्क्रमित व्यक्तिले पनि समाजमा सम्मानजनक व्यावहार पाउनुपर्ने, उपचार गर्ने वातावरण पाउनुपर्ने, लाउन, खान, सुरक्षित आवास पाउनुपर्ने हुन्छ । समाजमा उनीहरूको हेरचाह गर्ने जिम्मा अर्को सचेत नागरिकको रहेको हुन्छ ।

एचआइभी र एड्स सङ्क्रमितका परिवारहरूको मनोसामाजिक अवस्था कमजोर भएको हुनसक्छ । घरका सदस्यलाई यस्तो रोग लाग्दा अन्य सदस्यहरू प्रभावित हुनु स्वभाविक हो भनी उनीहरूलाई अवश्य सरसल्लाह र सहयोग गर्नु पनि मानवीय धर्म हो । समाजमा कुनै पनि विभेदको स्थितिलाई रहन दिनुहुदैन । एचआइभी

र एड्स सङ्क्रमितलाई विभिन्न प्रकारका लान्छना लगाउने गर्दछन् । यस्ता प्रकारका कुनै विभेद हुन नदिन विद्यार्थीको पनि सामाजिक दायित्व हुन आउँछ ।

एचआइभी र एड्स सङ्क्रमित व्यक्तिहरूलाई समाजबाट प्राप्त हुने सकारात्मक सहयोगका कारण उनीहरूमा जीवनप्रति सकारात्मक सोचमा वृद्धि हुदै जान्छ । जसले गर्दा उनीहरूको स्वास्थ्य स्थितिमा सुधार आउन सक्छ । समाजमा केही गरौ भन्ने भावको विकास हुन सक्छ । उनीहरूको आत्मबल बढ्दै जान्छ । उनीहरूमा आएको सकारात्मक सोचका कारणले स्वस्थ्य व्यक्ति सरह सरल र साधारण जीवन जीउने अवसर प्राप्त हुन्छ । यही कारणले पनि अरू एचआइभी तथा एड्स सङ्क्रमितहरूमा हामी पनि केही गर्न सक्दछौं भन्ने भावको विकास हुन्छ ।

क्रियाकलाप

नेपालमा HIV र AIDS सङ्क्रमणको अवस्था चित्रण गर्दै यसबारेमा विद्यार्थीमा यसको ज्ञान र यस प्रतिको धारणा पत्ता लगाउन शिक्षकहरूको सहायताले एउटा लघु अनुसन्धान गर्नुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर दिनुहोस :

(क) सन् १९९९ मा भएको विश्व यौनिकतासम्बन्धी सम्मेलनले यौन अधिकारका क्षेत्र कतिओटा तोकेको छ ?

(ख) जनसङ्ख्या तथा विकास सम्मेलन (ICPD) कहिले भएको थियो ?

(ग) यौवावस्थालाई स्पष्ट अवस्था हो भनेर कसले भनेको थिए ?

(घ) HIV को पूरा रूप के हो ?

(ङ) UTI को पूरा रूप के हो, लेख्नुहोस ?

(च) गर्भ निरोधका उपाय कति प्रकारका छन् ?

(छ) एचआइभी कहिलेबाट पहिचानमा आएको हो ?

(ज) महिला र पुरुष दुवैमा हुने यौनिक प्रतिक्रिया चक्र कतिओटा रहेका छन् ?

२. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) लैङ्गिकतामा आधारित हिसां भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ख) यौवनावस्थाको परिचय दिई यौवनावस्थाका विशेषताहरू लेख्नुहोस् ।

(ग) यौनिक जीवन चत्रका बारेमा उल्लेख गर्नुहोस् ।

(घ) यौन र प्रजनन स्वास्थ्यका बारेमा प्रकाश पार्न'होस ।

(ङ) यौनिकता भनेको के हो ?

(च) यौन सङ्क्रमणका लक्ष्यणहरू कस्ता कस्ता हुन्छन्, उल्लेख गर्नुहोस् ।

(छ) यौनिकता र आम सञ्चारको सकारात्मक र नकारात्मक भूमिकाका बारेमा व्याख्या गर्नुहोस् ।

(ज) गर्भ व्यवस्थापन भनेको के हो ? प्रकाश पार्नुहोस् ।

३. तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर दिनुहोस् :

(क) संयुक्त राष्ट्रसङ्घको यौन तथा प्रजननसम्बन्धी बडापत्र (सन् २०००) मा भएका यौन तथा प्रजनन अधिकारबारे उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ख) यौनिकताका सम्बन्धमा आम सञ्चारको भूमिका कस्तो हुनुपछ ? व्याख्या गर्नुहोस् ।

(ग) मानव अधिकार र यौनिक तथा प्रजनन अधिकारका सम्बन्धका बारेमा उल्लेख गर्नुहोस् ।

(घ) गर्भ व्यवस्थापनका लागि अपनाइने कृत्रिम र प्राकृतिक विधिबारे लेख्नुहोस् ।

(ङ) यौन सङ्क्रमणका बारेमा प्रकाश पार्दै यसका लक्ष्यणहरू व्याख्या गर्नुहोस् ।

(च) HIV र AIDS को बारेमा विस्तुत विश्लेषण गर्दै यसका लक्ष्यणहरू के के हुन् व्याख्या गर्नुहोस् ।

एकाइ
६

पारिवारिक जीवन शिक्षा
(Family Life Education)

पारिवारिक जीवन शिक्षाको पठनपाठनबाट विद्यार्थीलाई व्यक्ति व्यक्ति मिलेर परिवार बन्छ र परिवार परिवार मिलेर समाज बन्छ भन्ने कुराको व्यावहारिक जानकारी दिनु हो । कुनै पनि व्यक्ति (महिला र पुरुष) जन्मेर आफ्नो विवाह नहुँदासम्म आमाबुबाको परिवारको सदस्य हुन्छ भने विवाहपछि आफ्नो अलगै पारिवारिक जीवन सुरु गर्छ । आफ्ना आमाबुबा वा परिवारबाट नवजात अवस्थादेखि वयस्क हुने बेलासम्म प्रत्येक व्यक्तिले उमेरअनुसार गर्नुपर्ने परिवारका चाल चलन, काम, कर्तव्य, व्यवहार र जिम्मेवारीका बारेमा व्यावहारिक ज्ञान र सिप सिक्छन् । सोही अवधिमा पारिवारिक चालचलनका बारेमा जानकारी लिनुका साथै परिवार र समाजका विभिन्न उमेरका सदस्य जस्तो सानालाई माया, आफू सरहकासँग मित्रता र आफूभन्दा पाको उमेरकालाई सम्मान र आदरभावका व्यवहार गर्न परिवारबाटै सिक्छन् । कस्तो बोली वचनले पारिवारिक र समाजिक मान सम्मान र इज्जत हुन्छ, कस्तो बोलचालले लाज लाग्दो बनाउँछ भन्ने पनि व्यक्तिले परिवारबाटै सिक्छ । परिवार र समाजका सदस्यका बिच एकआपसमा के कस्ता अन्तरसम्बन्ध हुन्छन् र आपसमा कसरी सहयोग गरिरहेका हुन्छन् भन्ने पनि सिक्छन् । तसर्थ परिवारलाई जीवनको पहिलो र व्यवहारिक विद्यालय भनिन्छ ।

परिवार, जीवन र शिक्षा (Family, Life and Education) भनेको के हो ?

परिवार (Family): जन्म र वैवाहिक सम्बन्धका आधारमा एकआपसमा नाता सम्बन्ध कायम भएका, सँगै बस्ने, खाने, एक आपसमा सरसहयोग गर्ने, मिलेर काम गर्ने, अनि काम गर्नेले कमाएको एकै ठाउमा राख्ने र त्यहीबाट खर्च गर्ने व्यक्तिहरूको समूहलाई परिवार भनिन्छ । दुई तरिकाले नाता सम्बन्ध गासिएका मानिसबाट परिवार बन्छ । पहिलो जन्म वा प्राकृतिक सम्बन्ध हो भने दोस्रो वैवाहिक वा सामाजिक र सांस्कृतिक सम्बन्ध हो । तसर्थ परिवारमा एकै पटक आमाबुबा, छोराछोरी, हजुरबा हजुआमा (बाजेरबजै) र नाति नातिना संयुक्त बसोबास गरेका हुन्छन् वा आमाबुबा र छोराछारी मात्र पनि हुन सक्छन् ।

जीवन (Life): जीवन भनेको मानिसको जन्म र मृत्युका बिचको समय अवधि हो । जुन समय शैशव अवस्था (एक वर्षभित्र) बाल्यकाल (एक देखि पाँच वर्षभित्र), किशोरावस्था, बयस्क र बृद्धा अवस्था हुदै मृत्युमा गएर सकिन्छ । यी हरेक अवस्थामा मानिसले आमाबुबा, परिवारका अन्य सदस्य र समाजका विभिन्न पक्षबाट केही न केही सिकीरहेको हुन्छ । यस्तो सिकाइमा कसरी परिवार र समाजको जिम्मेवार सदस्य बन्ने, आफ्नो कर्तव्य कसरी पूरा गर्ने जस्ता व्यवहार पर्दछन् ।

शिक्षा (Education): शिक्षा भनेको विभिन्न माध्यम वा तरिकाले नियमित सिक्ने र सिकाउने प्रक्रिया हो । परिवारबाट पाउने शिक्षा वा सिकाइ सबैभन्दा महत्त्वपूर्ण, दिगो र जीवनोपयोगी हुन्छ ।

यो पाठमा पारिवारिक जीवनमा विवाहको महत्त्व, यसका प्रकार र यसका विविध पक्षका बारेमा छलफल गर्नुका साथै वैवाहिक जीवनमा प्रजनन र बाल बच्चाको महत्त्वका बारेमा प्रस्तुत गरिएको छ । जहाँ कतिपय दम्पतीको विवाहपश्चात् लामो समयसम्म बालबच्चा नहुनु र निसन्तान (बाँझोपन) का लक्ष्यण देखिनाका कारणबारेमा पनि छलफल गरिएको छ । आजको युगमा जनसङ्ख्याको उमेरगत बनोटमा बढ्दो ज्येष्ठ नागरिकको सङ्ख्या र त्यसले पारिवारिक संरचनामा ल्याउन थालेको प्रभाव आदिका बारेमा छलफल गर्दै ज्येष्ठ नागरिकका सवाललाई कसरी परिवार, समाज र राज्यले सम्बोधन गर्नुपर्छ, संयुक्त राष्ट्र सङ्घलगायत अन्तर्राष्ट्रिय निकाय र राज्यले के कस्ता नीति नियमका आधारमा ज्येष्ठ नागरिकको सम्मानित जीवनयापनको व्यावस्था गर्ने प्रयास गरेको छ भन्ने बारेमा पनि छलफल गरिएको छ ।

क्रियाकलाप

१. आफ्नो छर छिमेकमा ५ ओटा परिवारकहाँ गई परिवार, संयुक्त परिवार र वृहत् परिवार कति कतिओटा भेटिए पत्ता लगाई सूची तयार गर्नुहोस् ।

२. माथि सङ्कलन गरिएका तथ्याङ्कका आधारमा एकल, संयुक्त र बृहत् परिवारमा कुन कुन नाताका सदस्यको बसोबास पाउनु भयो परिवारका किसिमका आधारमा लेख्नुहोस् ।

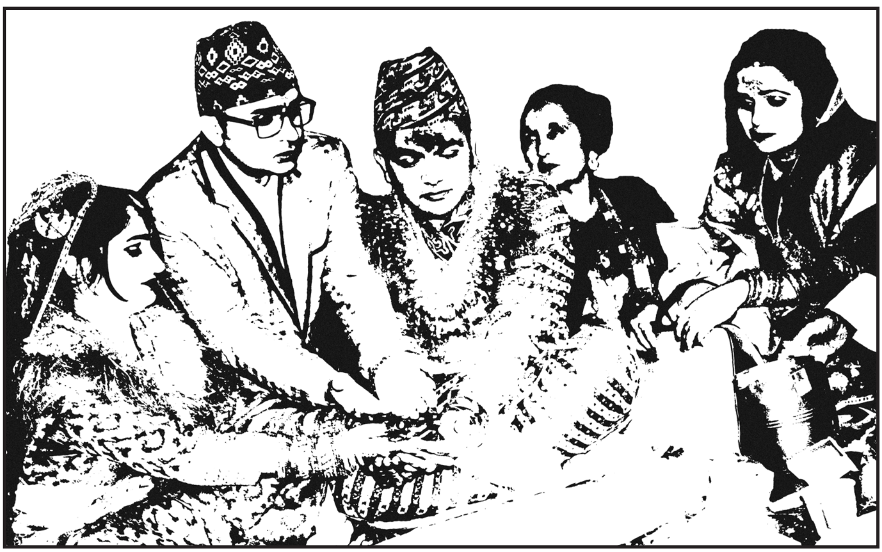
६.१ विवाह : पारिवारिक जीवनको आधार

यस खण्डमा विवाहसँग जोडिएका अवधारणा, विवाहका किसिम र चलनचल्तीमा भएका प्रकारहरू, विवाहको उपयुक्त उमेर र कानुनी प्रावधान, विवाहसँग जोडिएका जनसाङ्ख्यिक सबाल र सामाजिक दृष्टिकोणका बारेमा छलफल गरी प्रस्ट्याउन खोजिएको छ ।

६.१.१ विवाहको अवधारणा

विवाहलाई परिभाषित गर्ने सम्बन्धमा हालसम्म एकरूपता नपाइए तापनि विवाह भनेको कुनै दुई व्यक्ति (महिला र पुरुष) का बिच धार्मिक र सांस्कृतिक, सामाजिक अथवा कानुनी तवरले मान्य हुने गरी व्यक्तिगत वा निजी सम्बन्ध (सहबास, यौन सम्बन्ध र सन्तानोत्पादन गर्ने) कायम गर्न गरिने मानव सभ्यताको सम्भवत सबैभन्दा पुरानो संस्थागत चलन हो । जनसङ्ख्या तथा वातावरण मन्त्रालयले २०६१ सालमा प्रकाशन गरेको जनसङ्ख्याका पारिभाषिक शब्दावलीमा दुई विपरीत लिङ्गीहरू (महिला र पुरुष) लाई पारिवारिक जीवनमा प्रवेश गराउने सामाजिक, धार्मिक अथवा कानुनी स्वीकृति नै विवाह हो । विवाहपछि पुरुष र महिलाका बिचमा पति र पत्नीको सम्बन्ध स्थापित हुन्छ भनेर प्रस्ट्याइएको छ । नेपाल मुलुकी ऐन, २०७४ को पारिवारिक कानुन परिच्छेद १ को विवाहसम्बन्धी व्यवस्थामा कुनै पुरुष र महिलाले उत्सव, समारोह, औपचारिक वा अन्य कुनै तरिकाले एक अर्कालाई पति पत्नीका रूपमा स्वीकार गरेमा विवाह भएको मानिने छ र विवाह महिला र पुरुषबिच दाम्पत्य तथा पारिवारिक जीवन सुरु गर्न कायम भएको एक स्थायी,

अनतिक्रम्य तथा स्वतन्त्र सहमतिमा आधारित एक पवित्र सामाजिक तथा कानुनी बन्धन हुने छ भनेको छ । विवाह पछाडिका मान्यतामा पारिवारिक र सामाजिक आचरण र मर्यादालाई कायम गर्नु, सन्तानोत्पादनका माध्यमले परिवारको परम्परालाई निरन्तरता दिनु, सामाजिक स्थायित्व कायम गर्नु, धार्मिक, सामाजिक र कानुनी रूपले मान्य दिगो वा लामो समयसम्मको सहबास कायम गर्नु हो । जनसाङ्ख्यिक प्रभावका हिसाबले कुनै पनि व्यक्तिको विवाहलाई जन्मपछिको जीवनको पुरुषका लागि दोस्रो र महिलाका लागि तेस्रो (महिलाका लागि रजस्वलालाई दोस्रो घटना मानिन्छ) घटनाका रूपमा लिइन्छ । कारण उसको जन्मले मानवको सङ्ख्या थपिन्छ, आमा अथवा बुबा कसैलाई प्रतिस्थापन (Replace) गर्छ भने विवाहले ऊ आफूलाई प्रतिस्थापन गर्न सन्तान उत्पादनका लागि यौन तथा प्रजनन गतिविधिमा लाग्न धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक र कानुनी मान्यता दिन्छ ।



तसर्थ धार्मिक, सांस्कृतिक, सामाजिक र न्यायिक तीनै पक्षका आधारमा विवाहको अलग अलग तर अन्तर सम्बन्धित महत्त्व छ । वैवाहिक सम्बन्धमा भएका पुरुष र महिलाको (श्रीमान्/श्रीमती) सहबासबाट जन्मेका सन्तानको परिवारको परम्परागत धर्म संस्कारअनुसार मान्यता हुन्छ, समाजले उचित सम्मान दिन्छ भने स्वतह: कानुनी अधिकार प्राप्त हुन्छ ।

६.१.२ विवाहका प्रथा र किसिम

विवाहका प्रथाअन्तर्गत एकल वा बहुविवाहका बारेमा जानकारी दिइने छ । विवाहका किसिममा भने कुन तरिका वा विधि अपनाएर विवाह गर्ने चालचलन छन् । कुन प्रथा र किसिमको विवाहले कानुनी मान्यता पाएका छन् र के कस्ता विवाहलाई दण्डनीय मानेको छ भन्ने सन्दर्भमा यहाँ अध्ययन गरिने छ ।

विवाहका प्रथा, किसिम र पक्षलाई निम्न चित्रअनुसार प्रस्ट पार्न खोजिएको छ ।

विवाहका प्रथा (System of Marriage)	१. एकल पतिपत्नी विवाह (Monogamy) २. बहु पत्नी विवाह (Polygamy) ३. बहु पति विवाह (Polyandry)
विवाहका किसिम (Types of Marriage)	१. सुपारी वा गछ्ने विवाह (Pre-fixed marriage) २. मागी विवाह (Arranged Marriage) ३. प्रेम विवाह (Love Marriage) ४. दर्ता वा अदालती विवाह (Court Marriage) ५. भागी वा चोरी विवाह (Elopment) ६. जारी विवाह (Compensation Marriage) ७. भाउजू ब्यहोर्ने विवाह (Marriage with widow of elder brother) ८. जुहारी (गन्दर्भ) विवाह (Marriage from duet competation) ९. फुपू चेला/मामा चेली विवाह (Nephew Marrisge) १०. गौना (Gauna) ११. सहमतीय सहबास (Concensual Union) १२. समयौनिक विवाह (Homo-Sexual Marriage)
विवाहका पितृ वा मातृ पक्ष (Patri/Matri Liniality of Marriage)	१. पितृपक्षीय विवाह (Patrilineal Marriage) २. मातृपक्षीय विवाह (Matrilineal Marriage)

(क) विवाहका प्रथा (System of Marriage)

हाम्रो नेपाली समाजमा आजभोलि एकल पतिपत्नी (Monogamy) विवाहको प्रथा बढी चलनमा छ । यो बाहेक अन्य खाले वैवाहिक चाल चलनलाई प्रायस : कानुनी बन्देज लगाइएको छ र दण्डनीय कामका रूपमा लिइएको छ । ऐतिहासिक कला खण्डदेखि केही वर्ष अघिसम्म समाजमा बहुपत्नी (Polygamy) र बहुपति (Polyyandry) जस्ता विवाहका चलन/प्रथा पनि विद्यमान थिए । बढी मात्रमा पितृ सत्तात्मक समाजमा बहुपत्नी प्रथा घर परिवारको सान सौकात र पुरुषार्थ देखाउने आधार मानिन्थ्यो । बहुपति प्रथा भने देशका हुम्ला र दार्चुला जस्ता हिमाली जिल्लामा बसोबास गर्ने केही जाति वा जनजाति (जस्तै: ब्यासी, सौका, भोटिया आदि) समाजमा चलनमा थियो भने हाल आएर बिस्तारै हराउदै गएको छ । यी तीन विवाह प्रथालाई निम्नअनुसार परिभाषित गरिएको छ ।

१. एकल पति पत्नी विवाह ***(Monogamy)***: एक जना पुरुष वा महिलाले एक जना मात्र विपरीत लिङ्गी सहयात्रीसँग विवाह गरी जीवन पर्यन्त बस्छ र वैवाहिक सम्बन्धको अन्त्य कुनै एकको मृत्यु वा सम्बन्ध विच्छेदका कारणले हुन्छ भने सो विवाहलाई एकल (Monogamy) विवाह मानिएको छ । यसखाले वैवाहिक जीवनमा कुनै पनि पुरुष वा महिलाका एकै समयमा एकभन्दा बढी पत्नी वा पति हुदैनन् । कुनै एक साथीको मृत्यु वा सम्बन्ध विच्छेदपछि फेरि विवाह गरेर एक जना मात्र पत्नी वा पतिसँग बसेको भए पनि सो विवाहलाई एकल विवाह नै मानिन्छ ।

२. बहु पत्नी विवाह ***(Polygamy):*** कुनै एक पुरुषले एकै समयमा एकभन्दा बढी महिलासँग विवाह गरी एकभन्दा बढी महिलाको पतिको हैसियत वा चिनारी राख्छ भने त्यस्तो विवाहलाई बहु पत्नी विवाह भनिन्छ । नेपालमा सन् २०१६ को नेपाल जनसाङ्ख्यिक स्वास्थ्य सर्वेक्षणले प्रजनन उमेरका चार प्रतिशत विवाहित महिलाका पतिका एकभन्दा बढी पत्नी छन् भनेर देखाएको छ । पहिले पहिले घर परिवारले आफ्नो सान औकात देखाउन, पहिलो विवाह गरेकी बुहारीको सिल स्वाभाव र आनिबानी मन नपरेमा वा घरमा काम गर्ने जनको कमी भएको ठानेमा वा आफ्नो पुरुषार्थ देखाउन बहुपत्नी विवाह गर्ने चलन थियो । साथै विवाह भएको केही वर्षसम्म विवाहित महिलाबाट जायजन्म (सन्तान) नभएमा पनि सोको दोष महिलालाई थोपर्दै अर्को विवाह गर्ने चलन थियो । पछिल्लो समयमा मुलुकी देवानी संहिता २०७४ ले कुनै पनि कारण देखाएर कुनै पनि पुरुषले श्रीमतीको सहमति बिना अर्को विवाह गर्नुलाई गैरकानुनी र दण्डनीय मानेको छ ।

३. बहु पति विवाह ***(Polyandry):*** परिवारका दाजु भाइमध्ये कुनै एकले विवाह गरेर ल्याएकी महिला उनका अरू सबै दाजु भाइकी पनि श्रीमती हुने चलनलाई बहु पति विवाह प्रथा (Polyandry) भनिन्छ । झट्ट हेर्दा बहु पति प्रथामा महिलाले एकै समयमा एकभन्दा बढी पुरुषसँग विवाह गरेको जस्तो देखिए तापनि यो प्रथामा परिवारको एक जना पुरुषले विवाह गरेर ल्याएकी महिलालाई सो पुरुषका अरू दाजु

भाइले पनि पत्नीका रूपमा लिनु हो । यो प्रथामा पत्नी घर सम्हालेर बस्छिन् भने पतिहरू समय तोकेर पालैपालो छ महिना, वर्ष दिनसम्म एक जना उनीसँग बस्न घरमा आउछन् भने अरू दाजुभाइ घर बाहिर बस्छन् । यो प्रथालाई पाण्डव विवाह पनि भनिन्छ किनकि महाभारत कथामा द्रौपदी पाँच पाण्डव दाजुभाइकी साझा पत्नी थिइन् । विवाहको यो प्रथा चलनमा आउनुको पछाडिको मुख्य कारणमा हिमाली भेगका बासिन्दासँग भएको धन सम्पत्ती र जग्गा जमिन भागबन्डा र टुक्रा हुनबाट जोगाउनु हो भनेर समाजशास्त्री र मानवशास्त्रीले तर्क राख्ने गरेका छन् । तर आज आएर यो प्रथालाई पनि कानुनले बन्देज गरेको छ र दण्डनीय मानेको छ ।

(ख) विवाहका किसिम **(Types of Marriage)**

कुनै व्यक्तिले विवाह गर्दा ऊ आफूले वा उसको परिवारले कुन तरिका वा विधि अपनायो र विवाहपछि केटाले केटीलाई घरमा ल्यायो वा केटीले केटालाई लगिन् जस्ता कुराका आधारमा विवाहको किसिमलाई परिभाषित गरिन्छ । विवाहका किसिम मानिसको बसोबासको ठाउँ जात/जाति वा जनजाति, पारिवारिक संस्कार वा चलनअनुसारले फरक फरक हुन्छन् । विवाह गरेका तरिका वा विधिका हिसाले विवाहका किसिम निम्नअनुसार रहेका छन् :

१. सुपारी वा गछ्ने विवाह (Pre-fixed Marriage): केटा पक्षकाले आफ्ना छोराका लागि मन परेको परिवारकी केटीको भोलिका दिनमा अन्त कतै विवाह हुन नदिन सुपारी दिएर तपाँईको छोरी अब हाम्रो बुहारी भइन् भनी गछ्नु वा कुरो छिन्नुलाई सुपारी विवाह भनिन्छ । यस्तो विवाहको चलनलाई हाल आएर कानुनले बन्देज गरेको छ र केटी वा केटा कुनै एकको असहमतिमा स्वत : बदर हुनेमा राखिएको छ ।

२. मागी विवाह **(Arranged Marriage):** मागी विवाहमा प्राय : केटा पक्षकाले उपयुक्त परिवारकी मनपरेकी केटीलाई अभभिावकसँग कुराकानी गरेर मागेर साइत जुराएर विवाह गर्ने चलन छ । कहिले काहीँ उपयुक्त ठानेमा केटी पक्षकाले केटा पक्षमा कुरा पुऱ्याएर पनि मागी विवाह गरिन्छ । मुलुकी देवानी संहिता २०७४ ले २० वर्ष पूरा नभएका केटी वा केटा दुवैको मागी विवाह पनि गर्न नपाइने र कुनै एक जनाको मन्जुरीमा मात्र पनि विवाह हुन नसक्ने भनेर किटानी गरेको छ ।

३. प्रेम विवाह **(Love Marriage)**: केटा र केटी एकआपसमा माया प्रेममा परेर आफ्ना आमा-बुबा अथवा अभिभावकको मञ्जुरी बिनानै विवाह गरेको खण्डमा प्रेम विवाह मानिन्छ । मागी विवाहको ठिक विपरीत यो विवाह प्रेम जोडी वा दम्पतीले आफ्नो एकल निर्णयमा विवाह गरेमा पनि प्रेम विवाह मानिएको छ ।

४. दर्ता वा अदालती विवाह **(Court Marriage)**: मुलुकी देवानी संहिता २०७४ को विवाहसम्बन्धी व्यवस्थामा उमेर पुगेका (२० वर्ष कटेका) एक आपसमा नाता सम्बन्ध नपर्ने महिला र पुरुषले दुई

जना साक्षीको रोहबरमा आफू बसेको जिल्ला अदालतमा वा विदेशमा बसोबास भएका नेपाली नागरिक भए सम्बन्धित देशमा भएको नेपाली राजदुताबासमा गएर विवाह दर्ताका लागि आफू वालिग नेपाली नागरिक भएको प्रमाणसहित निवेदन गर्न सक्ने छन् । सो निवेदनउपर छानबिन गरी सामान्यतया सात दिनभित्र सम्बन्धित अधिकरीले विवाह हुने वा नहुने निर्णय दिनुपर्ने व्यवस्था छ । विवाह हुने ठहर भएमा विवाहको सहमति पत्र तयार गरी आफ्नो रोहबरमा विवाह गर्ने केटा/केटी र साक्षीहरूको सहीछाप गराई आफूले पनि सहीछाप गरी विवाह दर्ता किताबमा दर्ता गरी तोकिएबमोजिमको ढाँचामा विवाह दर्ताको प्रमाणपत्र जारी गरेपछि दर्ता वा अदालती विवाहको प्रक्रिया पूरा हुन्छ । प्रेममा परेका जोडी परिवारले सामाजिक संस्कारअनुसार विवाह गर्न नमानेको अवस्थामा, देखावटी ढर्रा नगरी विवाहमा लाग्ने खर्च बचाएर सामाजिक काममा लगाउन चाहने जोडी अथवा विदेश जानलाई कानुनी कागज पत्र बनाउनुपर्ने जोडीहरूमा यस्तो विवाह गर्ने चलन बढी पाइन्छ ।

५. भागी वा चोरी विवाह **(Elopment):** यस्तो चलनमा प्राय: केटा पक्षकाले मन परेकी केटीलाई उनका आमाबुबाको सल्लाहबिना वा बेमञ्जुरीमा मौका छोपेर (उनको मञ्जुरी वा बेमञ्जुरीमा) भगाएर वा चोरेर लैजाने गरिन्छ । केटीका आमाबुबालाई सो भगाएर लैजाने केटा र उसको परिवार ठिकै लागेको खण्डमा खासै चासो नराखी सोधखोज नगरी बस्छन् । यदि मन परेको छैन भने छोरी फर्काउन प्रयास गर्छन् । यस्तो चलन हाम्रो देशका हिमाली र पहाडी भेगमा बसोबास गर्ने आदिवासी जनजाति समुदाय जस्तो राई, लिम्बु, मगर आदिमा भएको पाइन्छ । आज आएर यस्तो खालको विवाहको चलनलाई पनि कानुनले अमान्य गरेको छ ।

६. जारी विवाह **(Compentation Marriage)** : अर्काकी श्रीमती भगाएर लगेबापत निज महिलाको पहिलो श्रीमान्लाई क्षतिपूर्ति तथा दण्ड जरिवानास्वरूप समाज वा कानुनले तोकेको रकम वा सजाय तिरेर सो महिलालाई लैजाने पुरुषले श्रीमती बनाउने चलनलाई जारी विवाह भनिन्छ । यो चलनलाई मुलुकी देवानी संहिता २०७४ ले पूर्णत: बन्देज लगाउनुका साथै दण्डनीय कार्य मानेको छ । तथापि यस्तो चलन देशका कतिपय जातजाति वा जनजाति समुदायमा अझै हराउन सकेको छैन ।

७. भाउजू व्यहोर्ने विवाह **(Marriage with widow of elder brother)**: नेपालका कतिपय समुदाय, जाति वा जनजातिमा दाजुको उमेरमै मृत्यु भएको खण्डमा विधवा भएकी भाउजूलाई मृतकका भाइले राख्ने चलनलाई भाउजू व्यहोर्ने विवाहका रूपमा मान्यता दिएको पाइन्छ । जस्तो पहिले पहिले जिरेल, भुजेल जातिमा यस्तो चलन थियो भने आजकाल बिस्तारै हराउदै गएको पाइन्छ । यो विवाहको सामाजिक र आर्थिक मान्यता के भने भाउजूले भोलिका दिनमा अरू कसैसँग विवाह गरेर सो घरको पैत्रिक सम्पत्ति अन्त नलैजाउन् र देवरले पनि दाजुतर्फ र आफूतर्फबाट जन्मेका सन्तानको समान रेखदेख गरुन् भन्ने हो ।

८. जुहारी (गन्दर्भ) विवाह (**Marriage from duet competation**): यो पनि भागी वा चोरी विवाहकै एक रूप हो । मन मिलेका केटा केटी हाट बजार, मेला पर्व जाँदा आआफ्नो समूह बनाएर दोहोरी गीत गाउँछन् । यदि सोही पटक केटाले केटी भगाउनु छ भने केटीको पनि सहमति भएमा केटी पक्षले दोहोरी खेल्दा हार्छन् र केटा पक्षले आफूले मन पराएको केटीलाई तानेर घर लैजान्छन् । केटीका आमाबुबालाई छोरी त्यसरी गएको केटा र उसको घर परिवारको चित्त बुझ्केको छ भने उनीहरूको सन्तान होउन्जेल पर्खेर बस्छन् र सन्तान भएपछि उपयुक्त दिन मिलाएर बोलाएर रीतिरिवाजअनुसार संस्कार पूरा गरेर विवाह गरी पठाउँछन् । यदि चित्त बुझ्केको छैन भने छोरी फर्काउन प्रयास गर्छन् । यस्तो चलन हाम्रो देशका हिमाली र पहाडी भेगमा बसोबास गर्ने आदिवासी जनजाति समुदाय जस्तै : राई, लिम्बू, मगर आदिमा पाइए पनि आज आएर यो खाले विवाहको चलनलाई पनि कानुनले अमान्य गरेको छ ।

९. फुपू चेला/मामा चेली विवाह (**Nephew Marrisge**): यस्तो विवाहको चलन प्राय : ठकुरी, थकाली र तामाङ समुदायमा भएको पाइन्थ्यो जहाँ उमेर मिल्ने मामाकी छोरीमा फुपूका छोराको हक लग्छ भनिन्थ्यो । यो प्रथाका पछाडि फुपूका घरतर्फको पैत्रिक सम्पत्ति सधै मावली पट्टिका छोरी चेलीका सन्तानमा हस्तान्तरण होस् भन्ने मान्यताले काम गरेको हुन्छ भन्ने समाज शास्त्रीको तर्क छ । झट्ट हेर्दा हाडनाता भित्रको विवाह भए तापनि यो ती जातजातिका समुदाय र परिवारको परम्परादेखि चलिआएको चलन भएकाले मुलुकी देवानी संहिता २०७४ ले पनि मान्य भनेको छ ।

१०. गौना (**Gauna**): नेपालको तराई मधेशका विभिन्न जातजातिमा केटा केटीको पारिवारिक संस्कारअनुसार सानै उमेरमा विवाह गरिन्छ र केटीलाई किशोरावस्थाको (१५ वर्ष वा बढी) होउन्जेलसम्म उनको माइती घरमानै बस्न दिने चलन हुन्छ । ती विवाहित केटी किशोरावस्थामा प्रवेश गरेपछि विवाह गरेको श्रीमान्को घर पठाउन गरिने रीतलाई गौना भनिन्छ ।

११. सहमतीय सहबास (**Concensual Union**): यो एकआपसमा मन परापर भएका बालिग केटा र केटी सहमती गरेर सँगै बस्ने चलन हो । यस्तो चलन युरोप र दक्षिण अमेरीकाका कतिपय मुलुकमा छ भनिन्छ भने हाम्रो समाजमा पनि भागी/चोरी र जुहारी वा गन्दर्भ विवाह भएको अवस्थामा यदि केटा र केटी राजीखुशी सँगै बसेका छन् भने सहमतीय सहबास मान्न सकिन्छ ।

१२. समयौनिक विवाह (Homo-Sexual Marriage): नेपालमा सर्वोच्च अदालतले २०६५ साल मङ्सिर (सन् नोभेम्बर २००८) मा लेज्बियन (केटी केटीका बिच सहबास गर्ने), गे (केटा केटाका बिच सहबास गर्ने), यौनिक अल्पसङ्ख्यक छोटकरीमा एलजिबिटी (Lesbian, gay, bisexual and transgender -LGBT) लाई "प्राकृतिक व्यक्तिको" हैसियतमा अन्य सामान्य व्यक्ति सरह सम्मान गर्नुपर्ने भन्दै यौनिक अल्पसङ्ख्यकको मान्यता दिन र उनीहरूका बिच हुने विवाहलाई मान्यता दिन नियम कानुन बनाउन सरकारलाई आदेश जारी गरेको छ । यही आदेशअनुसार यौनिक अल्पसङ्ख्यकका बिच भएको विवाहलाई दर्ता गर्ने र कानुनी मान्यता दिन थालिएको छ ।

(ग) पितृ वा मातृपक्षीय विवाह (Patri or Matri Linial Marriage)

विवाहपछि केटा पक्षको घरमा केटी लैजाने वा केटी पक्षको घरमा केटा लैजाने चलनअनुसार विवाहका निम्न दुई पक्ष हुन्छन् :

१. पितृपक्षीय विवाह (**Patrilineal Marriage**): विवाहपछि केटा पक्षले केटीलाई आफ्नो घरमा लैजाने, विवाह गरेर गएको केटाको घरनै उनको पनि घर हुने, उनको नामपछि जोडिन आउने थर र गोत्र पनि केटाकै थर गोत्रतिर सर्ने चलन भएको विवाहलाई पितृपक्षीय विवाह भनिन्छ । नेपालका प्राय: सबै जात/जातिमा यही खाले विवाहको चलन छ ।

२. मातृपक्षीय विवाह (**Matrilineal Marriage**): विवाहपछि केटी पक्षले केटालाई आफ्नो घरमा लैजाने, विवाह गरेर गएको केटीको घरनै केटाको पनि घर हुने, उनको तर्फबाट जन्मेका सन्तानको नाम थर र गोत्र केटीकै थर गोत्रमा जाने चलन भएको विवाहलाई मातृपक्षीय विवाह भनिन्छ । नेपालमा यसखाले विवाहको चलन भएका समुदाय भेटिएका छैनन् तर कतिपयले सन्तानको नाममा भने आमाबाबु दुवैको जात/थर जोड्ने गरेको पाइन्छ । भारतको केरला राज्यका नैहर भन्ने समुदायमा भने यो चलन छ । सो समुदायमा घरको सम्पती छोरीका बिचमात्र अंशबन्डा हुन्छ र बेहुलीले विवाह गरेर बेहुला घर ल्याउछिन् ।

क्रियाकलाप

१. आफू बसोवास गरेको गाउँठाउँमा कुन कुन किसिमका विवाह बढी चलन चल्तीमा छन् । प्रत्येक विद्यार्थीले आफ्नो नाता र गाउँ समाजमा भएका विवाहका आधारमा छलफल गरी टिपोट गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

६.१.३ विवाहको उपयुक्त उमेर (Appropriate age at Marriage)

नेपाल मुलुकी देवानी संहिता २०७४ को धारा ७० 'विवाह हुन सक्ने' महलको बुँदा 'घ' मा २० वर्ष उमेर पूरा भएका महिला वा पुरुषको विवाह हुन सक्ने छ भनेर तोकेको छ । योभन्दा पहिले सन् २०६८ आश्विनमा जारी भएको नेपाल वैवाहिक कानुनले विवाहका लागि केटीको उमेर १८ र केटाको उमेर २० वर्ष पुगेको हुनुपर्ने र सोभन्दा सानो उमेरमा गरेको विवाहलाई बाल विवाह मानेको थियो । सोभन्दा अगाडिका कानुनी व्यवस्थाअनुसार आमा-बुबा वा अभिभावकको सहमतिमा केटीको विवाह गर्ने उमेर १६ र केटाको १८ र आमाबुबा वा अभिभावकको सहमतिबिना आफ्नो निर्णयमा विवाह गर्नलाई केटीको उमेर १८ र केटाको उमेर २० वर्ष पूरा भएको हुनुपर्ने भनेको थियो । यसरी हेर्दा नेपालमा वि.स. २०२० सालको मुलुकी ऐन र सोभन्दा पछिका सबै कानुनी व्यवस्थाले केटीको विवाह गर्ने उपयुक्त उमेर कम्तीमा १६ वर्ष कटेपछि र केटाको १८ वर्ष कटेपछि भनेर मानेको थियो भने २०७४ साल भाद्रमा जारी भई कार्यान्वयनमा आएको देशको मुलुकी आचार संहिताको पारिवारिक कानुनअन्तर्गत

विवाहको प्रावधानले केटी र केटा दुवैको विवाहको उपयुक्त उमेर २० वर्ष वा सोभन्दा बढी भनेर तोकेको छ । यसले 'बिहाबारी बिस वर्ष पारी' भन्ने भनाइ अगाडि ल्याएको छ ।

विवाहको उपयुक्त उमेरका बारेमा कुरा गर्दा मुलुकले अनुमोदन गरेका संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय बाल अधिकारसम्बन्धी महासन्धि सन् १९८९ ले १८ वर्षमुनिका कुनै पनि व्यक्तिलाई बालबालिका भनेर परिभाषित गरेको छ । सोभन्दा सानो उमेरमा गरिने विवाहलाई बाल विवाह भनेको छ । बाल विवाहले विशेषत : छोरी बच्चाको यौन र श्रम शोषणको जोखिममा पर्ने सम्भावना बढ्ने र व्यक्तिगत विकास र स्वतन्त्रतामा बाधा पुग्ने भएकाले विवाहको उमेरलाई १८ वर्षभन्दा माथि बनाउन सदस्य मुलुकलाई निर्देश गरेको छ । त्यसैगरी जनसङ्ख्या र विकाससम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन सन् १९९४ (इजिप्टको कायरो) र विश्व महिला सम्मेलन सन् १९९५ (चाइनाको बेइजिङ), ले पनि हस्ताक्षर कर्ता सदस्य राष्ट्रलाई आआफ्ना मुलुकका विवाहको उमेरसम्बन्धी कानुनमा पुनर्विचार र आवश्यक परेमा परिवर्तन गरी विशेषत : केटीको विवाहको उमेर बाल अधिकार महासन्धिले बालबालिका भनेर तोकेको उमेर (१८ वर्ष) भन्दा माथि बढाउन निर्देशन दिएका छन् ।

माथिको छलफलबाट के प्रस्ट हुन्छ भने २० वर्ष कटेपछि केटा र केटी दुवैको विवाहको उपयुक्त उमेर हो भने, कुन कुन उमेरमा गरिएका विवाह अनुपयुक्त हुन् र तिनका कारण के हुन् केलाउनुपर्ने हुन्छ । निम्नानुसारका विवाहलाई उमेरअनुसार अनुपयुक्त मानिन्छ :

१. बाल विवाह (Child Marriage)

अन्तर्राष्ट्रिय कानुनअनुसार १८ वर्षभन्दा कम उमेरमा गरिएको विवाहलाई बाल विवाह भनिए तापनि नेपालको वर्तमान कानुनअनुसार किशोरावस्था वा २० वर्षमुनिको उमेरमा गरेको विवाहलाई बालविवाह मानेको छ । बाल्यावस्थामानै विवाह गर्ने चलन केटामा भन्दा केटीमा बढी पाइन्छ ।

बाल विवाहका कारणहरू

निम्न कारणहरूलाई बाल विवाह हट्न नसक्नुका मुख्य कारणका रूपमा लिने गरिएको छ ।

(क) परम्परादेखि चलिआएको प्रक्रिया हट्न नसक्नु : देशका कतिपय जात जातिमा छोरीको विवाह रजस्वला हुनु अगाडिनै गरेको खण्डमा महादान हुने, बुबाआमाले ठुलो पुण्य कमाउने जस्ता अन्धविश्वासले गर्दा छोरीको विवाह सानै उमेरमा गरिदिने चलन थियो । त्यसै गरी कतिपय जनजाति र समुदायमा मनपरेकी केटी भगाएर, चोरेर वा जुहारी गाएर लैजाने चलन प्रथाकै रूपमा थियो । ती समुदायमा आजका दिनमा आमाबुबाले छोराछारीलाई पढाइतिर ध्यान दिन कर गर्दा पनि केटाकेटी आफैँ मन परापर भएर पढाइ छाडेर हिँड्ने चलन बढेको छ ।

(ख) छोरीप्रति गरिने लैङ्गिक विभेद कायम रहनु : छोराको भन्दा छोरीको विवाह चाडै गरीदिने चलनका पछि परिवारले छोरा र छोरीको हैसियत एकै हो भनेर मान्न नसक्नु हो । छोरीलाई अर्काको नासो, अर्काको घर गरी खानुपर्ने जात जस्ता विश्वासले यसमा काम गरेको पाइन्छ ।

(ग) गरिबी : गरिब परिवारमा छोराछोरीको विवाह अलिक सम्पन्न परिवारमा भन्दा सानो उमेरमा गर्ने गरेको पाइन्छ । गरिबी भनेको धन सम्पत्तिको कमीले खान लाउन नपुग्नु मात्र नभएर अज्ञानता, अशिक्षा र चेतनाको कमी पनि हो । अशिक्षित आमाबाबामा चेतनाको कमी हुनु, नियम कानुनमा आएको सुधारका बारेमा जानकारी नहुनाले बाल विवाहलाई समान्य ठानिरहेका हुन्छन् ।

(घ) कानुनले तोकेको विवाहको उमेर कडाइका साथ लागु हुन नसक्नु : आफ्ना छोरा छोरीको विवाह गर्दा समाजमा कसैले पनि कानुनले तोकेको उमेर मिल्छ मिल्दैन भनेर ख्याल गरेको पाइँदैन । कानुन पालना गराउने निकायले (जस्तै : स्थानीय सरकार, पुलिस आदि) पनि उजुरी आएको खण्डमा मात्र कारबाहीमा ध्यान दिने नत्र भने सामाजिक व्यवहार हो भनी कम चासो राख्ने गरेको पाइन्छ ।

(ङ) दाइजो वा दहेज र तिलक प्रथा : तराई मधेशका अधिकांश समुदायमा छोरीको विवाह गर्दा केटा पक्षलाई तिलक वा दहेज दिनुपर्ने कुप्रथा चलनमा छ । छोरीको पढाइ जति बढी भयो स्वत : उनको विवाह गर्ने उमेर पनि बढी हुन्छ र पढाइको स्तर मिल्ने केटा खोज्नुपर्ने हुन्छ । विवाह गर्ने केटीको पढाइ र उनको क्षमताभन्दा केटीको उमेर र केटाको पढाइका आधारमा दहेजरतिलकको भाउ बढ्छ । तसर्थ छोरीका आमाबाबा छोरी पढाउँदा आइपर्ने दोहोरो खर्चको भार कम गर्न (एकातिर छोरी पढाउँदा लाग्ने खर्च अनि अर्कोतर्फ केटापट्टिलाई दिनुपर्ने बढ्दो दहेजको रकम) छोरीको विवाह सानै उमेरमा गरिदिन हतार गर्छन् ।

(च) साथी सङ्गतीको प्रभाव : साथी सङ्गतीले आफूखुशी मन परेर विवाह गर्ने होडवाजी गर्ने गरेका अवस्थामा विवाह नगरी बस्नेलाई म आफैँमा केही कमजारी भएको हुनाले आफैँ विवाह गर्न सकिन भन्ने भाव बढ्छ र सोही लहैलहैमा लाग्छन् र सानो उमेरमा नै विवाह गर्दछन् ।

(छ) आफ्ना आफन्त र समाजको प्रभाव र दबाब : कतिपय आफ्ना नरनाता वा समाजका मानिस विशेषत : केटीको उमेर १५-१६ वर्ष पुगेपछि फलाना ठाउँको फलानाको छोराको विवाहको कुरा आएको छ, पछि तेती राम्रो कुलघरान भएको केटा पाइँदैन भन्ने जस्ता प्रलोभन देखाएर प्रभाव पार्ने र दबाब दिने कामले पनि बाल विवाह कायम भएको मानिन्छ ।

(ज) विवाहपूर्वको यौन सम्बन्धबाट बच्न : केटीका आमाबाबा छोरीको उमेर बढ्दै जाँदा कतै उनले विवाह पूर्व कसैसँगको लसपसमा यौन सम्बन्ध राखेर परिवारको जात इज्जतमा दाग लगाउने होकि भनेर चिन्ताले ग्रसित हुन्छन् र सो चिन्ताबाट बँच्न पनि चाँडो विवाह गरिदिन हतार गर्छन् ।

(झ) सन्तान माथि अभिभावकको स्वामित्व र दायित्व कायम राख्न : परिवारको मञ्जुरी र व्यवस्थापनमा भएको सन्तानको विवाहमा आमाबाबुले सन्तोष मान्ने र राम्रो नराम्रो दुवैमा साथ दिने हुन्छन् भने केटा केटीको स्वखुशीमा गरेको विवाहमा पछि नराम्रो भएको खण्डमा परिवारले साथ सहयोग दिन चासो राख्दैनन् ।

(ञ) अन्तर्जातीय सम्बन्धबाट जोगिन : मुलुकी ऐनले विवाह गर्ने उमेर पुगेका केटाकेटी राजीखुशीले एकआपसमा वैवाहिक सम्बन्धमा गासिन चाहेमा कानुनी रूपले मान्य हुने भनेको छ । त्यसैगरी राज्यले गैरदलित र दलितका बिच विवाह गरेमा पुरस्करको पनि व्यवस्था गरेको भए तापनि समाजले सजातीय परिवारमा मात्र वैवाहिक सम्बन्ध कायम गर्न चाहान्छ । अलिक उमेर बढेका र सचेत छोरा छोरीले कानुनी व्यवस्थाअनुसार विवाह गर्न चाहने भएकाले पनि बालविवाह मेटिन सकेको छैन ।

(ट) मोबाइल र सामाजिक सञ्जालको दुरुपयोग : आजको युगमा मोबाइल फोन, इन्टरनेट र फेसबुक जस्ता सामाजिक सञ्जालका कारणले पनि केटाकेटी एकआपसमा मन परापर गरी अभिभावकको जानकारीबिना नै विवाह गर्ने चलन बढेको छ ।

बाल विवाहका बेफाइदा

बाल विवाहका कारण जे जस्ता भए पनि त्यसले बाल्यावस्थामा विवाह गरेका केटा वा केटीको जीवनभर पार्ने नकारात्मक प्रभाव भने समान हुन्छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनले १० देखि १९ वर्ष उमेरलाई किशोरावस्था (Adolescence) भनी परिभाषित गरेको छ भने १० देखि २४ वर्षको उमेर समूहलाई युवा (Young People) भनेको छ । यहाँ किशोरावस्थालाई बाल्यवस्थाभन्दा फरक नपर्ने देखिन्छ । बाल्यावस्था वा किशोरावस्थामा गरेको विवाहका निम्नअनुसारका बेफाइदा हुन्छन् :

(क) मुलुकको विकासको नकारात्मक सूचक : बाल विवाहको दर बढी भएका मुलुकलाई सामाजिक र आर्थिक विकासका हिसाबले गरिब र पछिडिएका जाति र जनजातिको बसोबास भएको मुलुकको सूचीमा राख्ने गरिन्छ । यसको पछाडिको तर्क के छ भने बाल्यावस्थामानै विवाह भएपछि विवाहित केटा केटीले पढाइ छाड्नुपर्छ जसले गर्दा शिक्षा र साक्षरता दरमा राज्यले गरेको प्रयासअनुसारको प्रगति हुदैन । बालश्रम दर उच्च हुन्छ, कारण सानै उमेरबाट परिवारिक जिम्मेवारी पूरा गर्न केटाले बाहिर काम गरेर कमाइ गर्नुपर्छ भने केटीले घरको काम गर्नुपर्छ अनि गरिबीको चक्र पुस्तौपुस्ता चलिरहन्छ ।

(ख) शिक्षा र व्यक्तिगत विकासमा बाधा : बाल्यकाल भनेको विद्यालयको पढाइ (१२ कक्षा) पूरा गरुन्जेलको उमेर हो र सो तहको शिक्षा पाउनु बालबालिकाको नैसर्गिक अधिकार हो । बाल्यावस्थामा विवाह हुँदा केटा केटी दुवैको पढाइ अपवादबाहेक रोकिन्छ । नपढेकाको राम्रो काममा जाने र व्यक्तित्व विकास गर्ने अवसर पनि रोकिन्छ ।

(ग) बाल श्रम र शोषण : नव विवाहित केटीले विवाह गरेर गएको घरमा उनको उमेरले भ्याउनेभन्दा बढी घरधन्दा सम्हाल्नुपर्ने हुन्छ । परिवारका सबैको सेवा गर्नुपर्ने हुन्छ । त्यसमाथि प्रायः ढङ्गले काम गर्न नजानेको भनेर गाली खाइरहनुपर्छ । बालपन हरण हुन्छ । केटाले परिवारमा कमाइ गरेर ल्याउन घरबाहिरको काममा जानुपर्ने हुन्छ । ऊ पनि बालश्रम र शोषणमा पर्छ ।

(घ) किशोरीहरू यौन शोषणमा पर्ने जोखिम : बाल विवाहको जोखिममा केटाभन्दा बढी केटी हुन्छन् । प्रायः उमेर पुगेका केटाको कलिलो उमेरकी केटीसँग विवाह गर्ने चलन छ । यस्तो अवस्थामा केटीको यौन क्षमता केटाको चाहनाबमोजिम विकास नहुने भएकाले उनको इच्छा विपरीत यौन शोषणमा पर्ने हुन्छ ।

(ङ) किशोरावस्थाको गर्भ र प्रजनन (Adolescence Pregnancy and Fertility) : बाल विवाहले उमेर परिपक्व नहुँदै गर्भधारण हुने र बच्चा जन्माउनुपर्ने बाध्यता ल्याउँछ । यस्तो उमेरमा रहेको गर्भ अधिक मात्रमा तुहिने वा खेर जाने हुन्छ र पछि उमेर पुगेपछि गर्भ नबस्ने जस्ता समस्या आउने सम्भावना बढ्छ ।

(च) बच्चाले बच्चा पाउनु र हुर्काउनुपर्ने : बाल वा किशोरावस्था भनेको आफैँ बालपनमा भएको बेला हो । यो बेलामा विवाह हुनु भनेको विशेषत : केटी बच्चाले बच्चा पाउनु र उसको लालन पालनको जिम्मा लिनु हो ।

(छ) शिशु मृत्यु दरमा वृद्धि : अध्ययनहरूले देखाएअनुसार किशोरी आमाबाट जन्मेका बच्चाको जन्मेको एक वर्षभित्र मर्ने दर वयस्क अवस्थामा भएका आमाबाट जन्मेका बच्चाको भन्दा बढी हुन्छ । यसले के देखाउँछ भने किशारी अवस्थामा हुने जन्मदरलाई पूर्णत : हटाउन सकेको खण्डमा शिशु मृत्यु दरमा निकै कमी ल्याउन सकिन्छ ।

(ज) आङ खस्ने र फिस्टुलाको समस्यामा वृद्धि : सानै उमेरमा गर्भवती हुने र बच्चा जन्माउनाले अधिकांश महिलामा वयस्क अवस्थादेखि नै आङ खस्ने (Uterus prolapses) र पिसाबमा नियन्त्रण नहुने (Fistula) जस्ता समस्या आउछन् । जुन नेपालका सबै भेगका विवाहित र एक पटक बच्चा जन्माइसकेका महिलाको साझा समस्याका रूपमा रहेको छ ।

(झ) मातृ मृत्यु दरमा वृद्धि : संसारमा भएका उच्च मातृ मृत्यमा किशोरावस्थाको गर्भको जटिलता, सुत्केरी हुँदाको जटिलता र उनीहरूले सही समयमा गर्भ र सुत्केरी सेवा नपाएका कारणले हो भन्ने छ । त्यसर्थ बाल/किशोरावस्थाको प्रजनन गतिविधिलाई रोक्न सकेको खण्डमा मातृ मृत्युदरमा उल्लेख्य कमी आउने छ ।

(ञ) लैङ्गिक हिंसामा वृद्धि : गरिबी, अशिक्षा र चेतनाको कमी भएका परिवारमा बालविवाह बढी हुन्छ भने महिलामाथि हुने हिंसा पनि बढी हुन्छ । बालबच्चाको जिम्मा सबै महिलाले लिनुपर्ने हुन्छ, पुरुष गैरजिम्मेवार भएर निस्कन्छन् ।

बाल विवाह समाज र परिवारमा व्याप्त नकारात्मक सोच र संस्कारमा परिवर्तन, बालबालिकामा शिक्षा र व्यक्तिगत विकासका गतिविधिमा लाग्न प्रोत्साहन र राज्यले अङ्गिकार गरेका कानुनी व्यवस्थाको उचित कार्यान्वयन गरेर कम गर्न र यसबाट हुने सामाजिक र व्यक्तिगत नकारात्मक असर कम गर्न सकिन्छ ।

२. अनमेल विवाह (Marriage with Excessive Age Difference)

मुलुकी ऐन, २०७४ ले अनमेल विवाहका बारेमा खासै उल्लेख नगरेको भए तापनि नेपाल विवाह ऐन २०६८ अनुसार विवाहका बेलामा केटा र केटीको उमेरमा सात वर्षभन्दा बढी फरक भएमा अनमेल विवाह भनेको छ । यस्तो विवाहलाई कानुनले बदर गर्न सक्ने भनेको छ । विवाह गराउने अभिभावक, लमी र पुरोहित सबैलाई दण्ड सजायको भागिदार ठहऱ्याएको थियो । विवाह गराउन भूमिका खेल्ने पक्षलाई तीन महिनादेखि दुई वर्षसम्मको जेल सजाय हुन सक्ने र पुरोहितलाई दुईदेखि पाँच सयसम्मको जरिवाना गर्न सकिने भनेको छ ।

यस प्रकारको चलनमा प्राय: उमेर पाको भइसकेका केटालाई भर्खरकी केटी खोजेर विवाह गरिदिने चलन हुन्छ । यही प्रथाका कारणले पहिला पहिलाको समयमा बाल विधवाको सङ्ख्या बढी हुने गर्थ्यो । पाको उमेरको श्रीमान्को चाडै मृत्यु हुने भएकाले बालबालिकाको सबै लालनपालनको जिम्मेवारी सानो उमेरकी महिलामा पर्न जाने र गरिबीको महिलाकरण (Feminisation of Poverty) बढ्न जान्छ । बृद्ध पुरुषमा प्रजनन दुर्बलता बढ्न थाल्ने हुनाले उनबाट जन्मेका बच्चा जन्मदै साङ्ग नहुने, वातावरणजन्य रोगसँग लड्ने प्रतिरक्षात्मक क्षमता कम भएका र कतिपयको अनुवांसिकी रोगबाट प्रभावित हुन सक्ने सम्भावना बढी हुन्छ ।

३. ढिलो विवाह (Delay Marriage)

नेपाल मुलुकी देवानी संहिता २०७४ मा उल्लेख नगरिए तापनि विवाह ऐन २०६८ ले महिलाको ४५ वर्ष र पुरुषको ५५ वर्ष भित्रै विवाह हुनुपर्ने र सोभन्दा ढिलो उमेरमा विवाह गर्न बन्देज गरेको छ । त्यसैगरी सोही ऐनले छोराछोरी नभएका विधवा महिलाको ३५ वर्षभित्र र विधुर पुरुषको ४५ वर्षभित्रमा पुनर्विवाह हुन सक्ने भनेको छ ।

विवाहको सम्बन्ध प्रजनन र सन्तानोत्पादनसँग हुने भएकाले ढिलो विवाहको अर्थ ती गतिविधिमा ढिलो गरी लाग्नु र पाको उमेरमा गर्भधारण गर्नु र सन्तान पाउनु हो । पैंतिस वर्षको उमेरपछि पहिलो पटक गर्भवती भएकी महिलाको गर्भ तुहिने वा खेर जाने सम्भावना बढी हुन्छ भनेर अध्ययनले देखाएको छ । त्यसैगरी ४० वर्षपछिको उमेरकी महिलाबाट जन्मेका बच्चाको शिशु मृत्यु दर पनि २५ देखि ३५ वर्षका महिलाबाट जन्मेकाको भन्दा निकै बढी पाइन्छ । मातृ मृत्युको सम्भावना पनि ढिलो उमेरमा गर्भवती हुँदा र बच्चा जन्माउँदा बढी हुने तथ्य अध्ययनहरूले देखाएका छन् ।

क्रियाकलाप

१. विगत एक वर्षभित्र आफ्नो गाउँ समाजमा के कतिको बिस वर्ष नपुगी विवाह भएको थियो कक्षामा छलफल गरी सङ्ख्या पत्ता लगाउनुहोस् र विवाह हुने केटा वा केटी र उनका आमाबुबाका बारेमा तलका विवरण पत्ता लगाउनुहोस् ।

- आमाबुबाका तर्फबाट मागी विवाह भएका र केटा केटी मन पराएर हिडेका
- आमाबाबाको शिक्षा
- विवाह पछाडि पढाइमा परेको असर
- विवाह भएका केटा केटी कहाँ के गर्छन् ?

२. समाजमा बाल विवाह र अनमेल विवाहलाई रोक्न नसक्नुका कारण के के हुन सक्छन् ? कक्षामा छलफल चलाउनुहोस् ।

३. कति वर्षपछिको उमेरलाई विवाहको उपयुक्त उमेर मान्ने भन्ने बारेमा आफ्ना छरछिमेकका १०/१० जना विवाह भइसकेका अग्रजसँग छलफल गरेर टिपोट तयार पार्नुहोस् ।

६.१.४ विवाहसँग गाँसिएका जनसाङ्ख्यिक सबाल र प्रभाव

विवाह सामाजिक चालचलनअनुसार परिवार गठन गर्ने संस्थागत चलन भए पनि यसले जनसङ्ख्याको वृद्धि, परिवर्तन र उमेरगत बनोटमा ठुलो भूमिका खेलेको हुन्छ । जनसङ्ख्याको वृद्धिलाई मुख्यत : यसको प्राकृतिक वृद्धिले र बसाइँसराइको चलनले निर्धारण गर्छ । प्राकृतिक वृद्धि भनेको कुनै तोकिएको समयभित्र देशभरि जन्मेका कुल बच्चाको सङ्ख्या र सबै उमेरका मरेर गएकाको सङ्ख्याका बिचको फरक हो । बच्चाको सङ्ख्यालाई विवाह गर्ने उमेर, वैवाहिक अवस्था र विवाहसम्बन्धी व्यवहार र चालचलनले प्रभाव पार्दछ । अझ सानो उमेरमा विशेषत : केटीको विवाह भएमा प्रजनन दर प्राकृतिक रूपमा उच्च हुन्छ भने ढिलो उमेरमा विवाह गर्ने चलनले प्रजनन दरलाई घटाउँछ ।

विवाहको औसत उमेर कम भएको खण्डमा पति पत्नीको प्रजनन उमेरभरि सहबासको समय लामो हुन्छ । गर्भ रोक्ने कुनै कृतिम उपाय नअपनाएको अवस्थामा प्रजनन दर लगभग जैविक प्रजनन क्षमता बराबर हुन पुग्छ र जनसङ्ख्याको प्राकृतिक वृद्धि दर उच्च हुन्छ । यसको उल्टो विवाहको उमेर बढ्दै गएको अवस्थामा प्रजनन दरमा कमी आउन थाल्छ र जनसङ्ख्याको प्राकृतिक वृद्धि दर घट्छ । विवाहको उमेर र चलनसँग जोडिएर आउने जनसाङ्ख्यिक प्रभाव वा सबाललाई सारांशमा निम्नअनुसार छलफल गर्न सकिन्छ ।

(क) निश्चित उमेरमाथिको जनसङ्ख्यामा विवाहितको अनुपात बढी : समाजमा बढीभन्दा बढी विवाह बाल्य वा किशोरावस्थामा गर्ने चलन भएका ठाउँमा विवाहित जनसङ्ख्याको अनुपात अविवाहितको भन्दा

निकै बढी हुन्छ भने विवाहको उमेर बढ्दै जाँदा अविवाहितको अनुपात बढ्दै गएर विवाहितको अनुपात घट्न थाल्छ ।

(ख) जनसङ्ख्या वृद्धि दरमा प्रभाव पर्ने : बाल वा किशोरावस्थामा विवाह हुने चलन भएको समाजमा प्रजनन दर उच्च हुने हुनाले जनसङ्ख्याको दुवै प्राकृतिक वृद्धि दर र खुद वृद्धि दर उच्च हुन्छ । छोटो समयमा जनसङ्ख्या दोब्बर हुन्छ । विवाहको उमेर बढ्दै जादा प्राकृतिक वृद्धि दरमा कमी आउन थाल्छ र खुद वृद्धि दर पनि घट्छ ।

(ग) बाल बहुल जनसङ्ख्या हुने : प्रजनन दर उच्च हुँदा जनसङ्ख्यामा बालबालिकाको अनुपात बढी हुने भएकाले सो जनसङ्ख्याको उमेरगत बनोट बाल बहुल हुन्छ ।

घ. शिशु र बाल मृत्यु दर बढी हुने : किशोरावस्थामा गर्भधारण गर्ने र बच्चा पाउने, जन्मान्तर फराकिलो पार्न अपनाउने परिवार योजनाका साधनको अभावमा पहिलो र पछिल्लो बच्चाको जन्मान्तर छोटो हुने, चाडो चाडो गर्भधारण गर्ने र बच्चा पाउने जस्ता कारणले शिशु र बाल मृत्यु दर बढी हुने हुन्छ ।

(ङ) बालबच्चामा कुपोषण बढ्ने : बाल वा किशोरावस्थाका आमामा मातृत्व गुणको पूर्ण विकास भइसकेको हुदैन । उनको शरीरबाट उत्पादन हुने दुधमा बच्चालाई चाहिने आवश्यक मात्रामा पौष्टिक तत्त्वको कमी हुनुका साथै हुनुपर्ने पौष्टिक तत्त्व जस्तै : चिल्लो पदार्थ, खनिज, सूक्ष्म पौष्टिक तत्त्व र भिटामिन सबैको चाहिने मात्राको समिश्रणमा कमी हुने हुँदा बच्चालाई पौष्टिक तत्त्वको कमी हुन्छ र कुपोषणको दर बढी हुन्छ ।

(च) प्रजनन स्वास्थ्य समस्या : बाल वा किशोरावस्थामा विवाह भएका महिलामा अन्य महिलाको तुलनामा सानै उमेरबाट विभिन्न खाले प्रजनन स्वास्थ्य समस्या जस्तै : आङ् खस्ने, फिस्टुला, यौन दुर्बलता, यौन रोग आदिको सम्भावना बढी हुन्छ ।

(छ) लैङ्गिक असमानता र लैङ्गिक हिंसा : उच्च बाल वा किशोरावस्थाको विवाहको चलनले लैङ्गिक असमानताको स्तर बढी भएको र लैङ्गिक हिंसाको सम्भावना पनि बढी भएको अवस्थालाई जनाउँछ ।

६.१.५ विवाहका कानुनी आधार र मान्यता

मुलुकी देवानी संहिता २०७४ को विवाहसम्बन्धी व्यवस्थाले कुनै पुरुष र महिलाले कुनै उत्सव, समारोह, औपचारिक वा अन्य कुनै कार्यबाट एक अर्कालाई पति पत्नीका रूपमा स्वीकार गरेमा विवाह भएको मानिने भनेको छ । यसैगरी विवाहलाई अनतिक्रम्य सामाजिक बन्धन हुने र विवाहित पुरुष र महिलाबिच दाम्पत्य तथा पारिवारिक जीवन सुरु गर्नका लागि कायम भएको एक स्थायी, अनतिक्रम्य तथा स्वतन्त्र सहमतिमा आधारित एक पारिवारिक, सामाजिक र कानुनी बन्धन हुने भनेर उल्लेख गरेको छ । सो व्यवस्थाअनुसार कानुनको अधीनमा रही विवाह गर्ने, परिवार कायम गर्ने तथा पारिवारिक जीवन यापन गर्ने स्वतन्त्रता

प्रत्येक व्यक्तिलाई हुने छ र विवाह जुनसुकै किसिमबाट भएको भए तापनि त्यस्तो विवाह सार्वजनिक गर्नु वा गराउनुपर्ने छ । सो कानुनी व्यवस्थाले हुन सक्ने, नसक्ने र बदर हुने विवाह भनी निम्न अवस्थामा गरिएका विवाहलाई छुट्याएको छ :

१. विवाह हुन सक्ने अवस्था

(क) विवाह हुने महिला र पुरुष दुवैको उमेर बिस वर्ष पूरा भएको भएमा

(ख) कुनै पनि महिला र पुरुषले एकअर्कालाई पत्नी र पतिका रूपमा स्वीकार गर्न मञ्जुर गरेमा

(ग) कानुनबमोजिम विवाह हुने महिला र पुरुष हाड नाता भित्रका नपरेमा

(घ) विवाह हुने महिला र पुरुष दुवै अविवाहित वा एकल अवस्थाको भएमा ।

हाड नाता केलाई मान्ने

- विवाह हुने केटी वा केटाका बुबाको घरपट्टिको थर र गोत्रभित्रका मानिस
- विवाह हुने केटी वा केटाका मावलीपट्टिका सात पुस्ताभित्रका मानिस
- विवाह हुने केटी वा केटाका बुबाको मावलीपट्टिका नाताभित्रका मानिस
- विवाह हुने केटी वा केटाका आमाको मावलीपट्टिका नाताभित्रका मानिस
- विवाह हुने केटी वा केटाका दिदी बहिनी वा फुपूतर्फका सन्तान
- विवाह हुने केटी वा केटाका बुबापट्टिका फूपूतर्फका सन्तान
- विवाह हुने केटी वा केटाका आमापट्टिका फूपूतर्फका सन्तान तर कतिपय समाजमा परम्परादेखि चलिआएको फुपूचेला मामा चेलीबिच विवाह हुने प्रथालाई भने असर नपर्ने भनेको छ ।

२. विवाह हुन नसक्ने अवस्था

(क) विवाह हुने महिला र पुरुष दुईमध्ये कुनै एक वा दुवैको उमेर बिस वर्ष पूरा नभएमा

(ख) विवाह हुने केटा वा केटीमध्ये कुनैको शरीरमा मानव रोग प्रतिरोधक क्षमता नष्ट गर्ने विषाणु (एच.आई.भी), हेपाटाइटिस बी भएको वा यस्तै प्रकृतिको निको नहुने कडा रोग लागेको भएमा

(ग) विवाह हुने केटा वा केटीमध्ये कुनैको यौनाङ्ग नभएको, नपुङ्सक भएको वा सन्तान उत्पादन गर्ने क्षमता नभएको भनी प्रमाणित भएको व्यक्ति भएमा

(घ) पूर्ण रूपमा बोल्न वा सुन्न नसक्ने, पूर्ण दृष्टि बिहिन वा कुष्ठरोगी भएको व्यक्ति भएमा

(ङ) होस ठेगानमा नभएको व्यक्ति भएमा

(च) विवाह भई पति वा पत्नीका रूपमा बसिरहेको व्यक्ति भएमा

(छ) गर्भवती महिला भएमा

(ज) नैतिक पतन देखिने फौजदारी अभियोगमा कसुरदार ठहरी अदालतबाट सजाय तोकिएको व्यक्ति भएमा

३. बदर हुने विवाह

(क) विवाह हुने महिला र पुरुषमध्ये दुवै वा कुनै एकको मञ्जुरीबिना भएको विवाह

(ख) हाडनाताका व्यक्तिका बिच भएको विवाह

(ग) झुक्याई गराएको विवाह

(घ) बदर हुने विवाह भए तापनि सो विवाह वा करणिका कारणले महिला गर्भवती भएमा वा निजबाट शिशु जन्मेमा निजको मञ्जरी भएमा मात्र विवाह बदर हुन सक्ने छ ।

४. विवाह भएको मानिने वा नमानिने

(क) स्वत : विवाह भएको मानिने : कुनै पुरुषसँगको शारीरिक सम्पर्कबाट महिलामा गर्भ रहेको वा उनीबाट शिशु जन्मेको प्रमाणित भएमा त्यस्ता महिला र पुरुषबिच स्वत : विवाह भएको मानिने छ ।

(ख) स्वत : विवाह भएको नमानिने : देहायको अवस्थामा पुरुषसँगको सम्पर्कबाट गर्भ रहेको वा शिशु जन्मेको भए तापनि सोहीकारणले पुरुष र महिलाबिच स्वत : विवाह भएको मानिने छैन

१. जवरजस्ती करणीका कारणले महिलाले गर्भधारण गरी शिशु जन्माएमा

२. हाडनाता करणीमा सजाय हुने नाताका पुरुषसँगको शारीरिक सम्पर्कबाट महिलाले गर्भधारण गरी शिशु जन्माएमा ।

५. विवाह दर्ता गर्नुपर्ने

विवाहित पति पत्नीले नेपाल सरकारले तोकेको स्थानीय निकायका अधिकारीसमक्ष निवेदन दिई आफ्नो कानुनी अधिकार कायम गर्न अनिवार्य विवाह दर्ता गर्नुपर्ने छ भनेर २०७४ को मुलुकी देवानी संहिताले व्यवस्था गरेको छ । विवाह दर्तासम्बन्धी निम्नअनुसारको व्यवस्था गरिएको छ :

(क) विवाह दर्ताका लागि पति पत्नी दुवैले वा कुनै एक जनाले निवेदन गर्न र दर्ता गराउन सक्ने छन् ।

(ख) नेपाल बाहिर बसोबास गरेका पति तथा पत्नीले आफू बसोबास गरेका मुलुकमा रहेको नेपाली राजदूतावास वा महावाणिज्य दूतावासमा विवाह दर्ताका लागि निवेदन दिन सक्ने र दर्ता गर्न सक्ने छन् ।

(ग) विवाह दर्ताको निवेदन परेको १५ (पन्ध्र) दिनभित्र आफ्नो कार्यालयमा रहेको विवाहसम्बन्धी अभिलेखमा विवाह दर्ता गरी नेपाल सरकारले तोकेको ढाँचामा निवेदकलाई विवाह दर्ता प्रमाणपत्र दिनुपर्ने छ ।

(घ) निवेदनअनुसारको विवाह दर्ता गर्न नमिल्ने भएमा सम्बन्धित अधिकारीले त्यसको कारण खुलाई निवेदन परेको सात दिनभित्र निवेदकलाई जानकारी दिनुपर्ने छ ।

(ङ) विवाह दर्ताका लागि निवेदन दिनेमध्ये कुनै एक पक्ष उपस्थित नभएमा सम्बन्धित अधिकारीले अनुपस्थित पक्षसँग बुझी विवाह दर्ता गर्नुपर्ने छ । यसरी बुझ्दा उपस्थित नभएको पक्षले विवाह दर्ता गर्न सहमति नजनाएमा सम्बन्धित अधिकारीले सो विवाह दर्ता नगरी अदालतबाट निर्णय भएबमोजिम हुने जानकारी निवेदकलाई दिनुपर्ने छ ।

६. विवाहित महिलाको थरसम्बन्धी व्यवस्था

महिलाले विवाहपछि बाबु वा आमाले प्रयोग गरेको थर वा निजको पतिको थर दुवै प्रयोग गर्न सक्ने छिन् । यस सम्बन्धमा कुनै प्रश्न उठेमा अन्यथा प्रमाणित भएकामा बाहेक निजले आफ्नो पतिको थर प्रयोग गरेको मानिने व्यवस्था छ । पतिको थर प्रयोग गरेकी महिलाको सम्बन्ध विच्छेद भएमा निजले चाहेमा निजका बाबु वा आमाले प्रयोग गरेको थर प्रयोग गर्न सक्ने व्यवस्था गरिएको छ ।

७. वैवाहिक सम्बन्ध अन्त्य हुने व्यवस्था

देहायबमोजिमका कुनै अवस्थामा पति वा पत्नीबिचको वैवाहिक सम्बन्ध अन्त्य भएको मानिने छ :

(क) बदर हुने खालको विवाह भएका कारण विवाह बदर भएको खण्डमा

(ख) पति पत्नीबिच सम्बन्ध विच्छेद भएमा

(ग) पत्नीले कानुनबमोजिम सम्बन्ध विच्छेद नहुँदै अर्को विवाह गरेमा ।

८. पुन : विवाहको व्यवस्था

नेपालको प्रचलित कानुनबमोजिम देहायका कुनै अवस्थामा पुरुष वा महिलाले पुन : विवाह गर्न सक्ने छन् :

(क) पति पत्नीबिच सम्बन्ध विच्छेद वा अरू कुनै कारणले सम्बन्ध अन्त्य भएमा

(ख) पति वा पत्नीको मृत्यु भएमा

(ग) पति वा पत्नीले कानुनबमोजिम अंशबन्डा गरी भिन्न भएर बसेमा

क्रियाकलाप

१. नेपालमा विवाहका कानुनी आधार र व्यवस्थाका बारेमा २५० देखि ३०० शब्दसम्मको निबन्ध तयार गर्नुहोस् र कक्षामा छलफल चलाउनुहोस् ।

६.२ निसन्तान र बाँझोपन (Infertility) : अवधारणा, कारण, प्रभाव र व्यवस्थापन

विवाह भएर एक वर्ष वा सोभन्दा बढी समय पति पत्नी गर्भ रोक्ने कुनै उपाय नगरी नियमित सहबासमा हुँदा पनि गर्भ रहन वा सन्तान जन्माउन सकेका छैनन् भने त्यस्ता दम्पतीलाई निसन्तान वा बाँझोपनको लक्ष्यण भएको मानिन्छ । यो एकाइको यो खण्डमा निसन्तानताको अवधारणा वा परिभाषा, यसका कारण, यसबाट प्रभावित दम्पतीमा पर्ने असर वा प्रभाव र यसलाई कसरी व्यवस्थापन गर्न सकिन्छ भन्ने विषयमा छलफल गरिएको छ ।

६.२.१ अवधारणा तथा परिभाषा

निसन्तानतालाई नेपाललगायत विश्व भरनै महिला र पुरुष दुवैको प्रजनन स्वास्थ्य समस्याका रूपमा लिने गरिएको छ । इजिप्टको कायरोमा भएको जनसङ्ख्या तथा विकाससम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलन (१९९४) ले निसन्तानतालाई एक प्रजनन स्वास्थ्य समस्याका रूपमा हेर्नुपर्ने उल्लेख गरेको थियो । विकासोन्मुख मुलुकमा औसतमा सातदेखि नौ प्रतिशतसम्म प्रजनन उमेरका विवाहित जोडीहरूमा निसन्तानताका लक्ष्यण देखिएको र यसको दर बढ्दै गएको अनुमान गरिन्छ । नेपालमा पनि वास्तविक रूपमा यतिनै प्रतिशत जोडीमा निसन्तानताको प्रभाव छ भनेर थाहा नभए तापनि यसको बढ्दो दरको आँकलन भने गर्न थालिएको छ । एक वर्षभन्दा बढी समयसम्म पति पत्नीसँगै बसेर गर्भ रोक्न कुनै पनि साधन नअपनाई लगातार सहवासमा हुँदा पनि पत्नी गर्भवती हुन सक्दिनन् वा रहेको गर्भ पनि परिपक्व नहुदै खेर जान्छ भने निसन्तानताको लक्ष्यण मानिन्छ । निसन्तानताको समस्याले संसारभरका थुप्रै महिला र पुरुषलाई चिन्ता र मानसिक तनावमा पारेको छ । यतिमात्र नभई तिनले समाजमा विभिन्न विभेद खेप्नु परेको छ ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको प्रजनन स्वास्थ्य कोष (२००९) का अनुसार 'निसन्तानता भनेको प्रजनन प्रणालीमा देखिएको रोग हो जसका कारणले पति पत्नी लगातार एक वर्षभन्दा बढी बिना नियन्त्रण यौन सम्पर्कमा हुँदा पनि पत्नी गर्भधारण गर्न असमर्थ हुन्छिन्' । यसको अर्थ निसन्तानता भनेको परिवार नियोजनका कुनै पनि साधन प्रयोग नगरी एक वर्षभन्दा बढी समयसम्म सक्रिय यौन सम्पर्कमा हुँदा पनि पत्नीले गर्भधारण गर्न नसक्नु हो ।

जनसाङ्ख्यिक परिभाषाअनुसार प्रजनन उमेरकी (१५-४९ वर्ष) महिला विवाह भएर पति पत्नीका रूपमा लगातार पाँच वर्षसम्म सँगै बसेर परिवार नियोजनका कुनै साधन नअपनाई यौन सम्पर्कमा हुँदा पनि गर्भवती नहुनु वा गर्भ नटिक्नु निसन्तानता हो । यो परिभाषाअनुसार परिवार नियोजनका कुनै पनि साधन नअपनाई गर्भधारण गर्न र सन्तान जन्माउन इच्छा भएकी यौन गतिविधिमा सक्रिय महिलाले विवाह भएको पाँच वर्षसम्म पनि गर्भधारण गर्न वा जीवित सन्तान जन्माउन नसक्नु हो ।

विश्व स्वास्थ्य सङ्गठनको प्रजनन स्वास्थ्य सूचक (सन् २००९) ले गरेको महामारीगत सङ्क्रमण (Epidomiological) को परिभाषाअनुसार जुनसुकै बेला गर्भवती हुने सम्भावना भएकी (यौन गतिविधिमा सक्रिय, परिवार नियोजनका साधन नअपनाएका र बच्चालाई दुध नखुवाउने) प्रजनन उमेरकी (१५-४९ वर्ष)

महिलाले दुई वर्ष वा सोभन्दा बढी समयको प्रयासमा पनि गर्भवती हुन नसकेको भनेर जानकारी दिएको खण्डमा उनीमा निसन्तानताका लक्ष्यण भएको बुझ्नुपर्छ भनेको छ ।

प्रजनन क्षमताको कमी वा अपाङ्गता (Impairment of function) सम्बन्धी भनाइअनुसार निसन्तानताले प्रजनन असक्षमता बढाउछ । त्यसर्थ उनीहरूको स्वास्थ्य सेवामा पँहुच अपाङ्गता भएका व्यक्तिको अधिकारसम्बन्धी महासन्धि (२००६) अन्तर्गत पर्ने कुरामा ध्यान दिनुपर्ने भनेको छ । विकासोन्मुख मुलुकका करिव तीन करोड चालिस लाख बराबर महिलामा मातृ सङ्क्रमणका (जस्तै : असुरक्षित गर्भपतन) कारणले निसन्तानताको दर बढ्ने गरेको तथ्यहरू बाहिर आएका छ । साठी वर्षमुनिका महिलामा देखिएको निसन्तानतालाई विश्वमा पाँचौँ तहको अपाङ्गताको समस्याका रूपमा हेर्ने गरिएको छ ।

निसन्तानताको वर्गीकरण : अवस्थाका हिसाबले निसन्तानतालाई प्राथमिक (Primary) र द्वितीय (Secondary) गरी दुई चरणमा वर्गीकरण गरिएको छ ।

प्राथमिक निसन्तानता (Primary Infertility): यसअन्तर्गत एउटा पनि जीवित सन्तान जन्माउन नसकेका दम्पती पर्दछन् । यदि प्रजनन उमेरका पति पत्नी लामो समयसम्म सँगै बसेर सक्रिय यौन गतिविधि गरिरहँदा पनि पत्नी गर्भवती हुन सक्दिनन् वा रहेको गर्भ पनि जीवित जन्म नभई बिचैमा खेर गएका कारण सन्तान विहिन छन् भने यस्तो अवस्था प्राथमिक निसन्तानताको अवस्था हो । यसअन्तर्गत महिलाले बारम्बार गर्भवती हुँदाहुदै पनि जीवित शिशु जन्माउन नसक्नु वा गर्भनै नरहेका कारणले बाल बच्चा विहिन हुनुपर्दछ ।

दोस्रोस्तरको निसन्तानता (Secondary Infertility): कुनै महिलाले एक पटकको गर्भबाट जीवित शिशु जन्माए तापनि त्यसपछि अर्को पटक गर्भवती हुन र बच्चा जन्माउन जति प्रयास गर्दा पनि सफल हुन सकेकी छैनन् भने उनीमा दोस्रो तहको निसन्तानता भएको मानिन्छ । त्यसर्थ एउटी महिलाले एउटा बच्चा जन्माएपछि अर्को गर्भ धारण गर्न सक्दिनन् वा रहेको गर्भ पनि समय नपुग्दै खेर जाने, तुहिने आदि कारणले अर्को जीवित बच्चा जन्माउन असमर्थ छिन् भने यो वर्गको निसन्तानता यसअन्तर्गत पर्दछ ।

६.२.२ निसन्तानताका कारण

हाम्रो समाजमा बालबच्चा जन्माउन नसक्नुमा प्राय: महिलालाई दोष दिने गरिन्छ । यो चलन आजका दिनमा आएर केही पढेलेखेका र चेतनास्तर उच्च भएको समुदायमा विस्तारै कम हुँदै गए पनि शिक्षाको पहुँच नपुगेका र चेतनाको कमी भएका समाजमा अझै टड्कारो देखिन्छ । जायजन्म हुन नसक्नुको कारण श्रीमतीलाई देखाउँदै श्रीमान्ले तीन चारओटी पत्नी विवाह गरेर ल्याएको र ती सबैबाट सन्तान हुन नसकेका उदाहरण गाउँ घरमा देख्न र सुन्न पाइन्छ । कतिपय अवस्थामा पहिलो श्रीमतीबाट सन्तान नभएपछि दोस्रो विवाह गरेकी श्रीमतीबाट सन्तान जन्मेका उदाहरण पनि पाइन्छन् । तसर्थ हामी के भन्न सक्छौं भने निसन्तान हुनुमा महिला मात्र कारण नभएर पुरुषको पनि भूमिका उत्तिकै हुन सक्छ । गर्भनै नरहनुमा महिला पुरुष दुवैको बराबर दोष हुन सक्छ भने रहेको गर्भ पूरा समय नअडिनु र जीवित बच्चा जन्मन नसक्नुमा भने बढी

मात्रमा महिलाकै र केही मात्रामा पुरुषको शुक्रकीटको गुणमा भर पर्छ । यसरी हेर्दा निसन्तानताका कारणलाई महिला र पुरुषसँग सम्बन्धित गरी अलग अलग हेर्नुपर्ने हुन्छ ।

१. महिलासँग सम्बन्धित कारण

महिलासँग जोडिएर आउने निसन्तानताका कारण निम्नअनुसार हुन सक्छन् :

(क) महिनावारी र डिम्ब निष्कासनमा अनियमितता (Ovulation Disorder) : महिनावारीमा हुने अनियमितताले महिलाको मासिक रूपमा अण्डासयबाट अण्ड निस्कने क्रमलाई बिथोल्छ र गर्भ रहन सक्दैन ।

(ख) आमाको उमेर (Maternal Age): महिलाको गर्भधारण गर्न चाहेको बेलाको उमेर पनि निसन्तानताका लागि कारक बन्न सक्छ । महिलाको उमेर बढ्दै जादा (३५ वर्षपछि पहिलो पटक गर्भवती हुन खोजेको अवस्थामा) अण्डासयले उत्पादन गर्ने डिम्बको सङ्ख्या, उत्पादित डिम्बको गुण (Quality) मा उल्लेख्य मात्रमा कमी आउँछ । डिम्ब र शुक्राणुका बिच सही तालमेल हुन नसकेर गर्भ बस्दैन वा बसे पनि अडिन मुस्किल पर्छ । अध्ययनअनुसार करिव ७० प्रतिशत गर्भ शुक्राणु र डिम्बका बिच असामान्य व्यवहारका कारण खेर जाने गर्छ ।

(ग) पाठेघरको मुखमा समस्या वा अनियमितता (Uterine or cervical abnormalities): पाठेघरको मुख सानो हुनु, पाठेघरमा फोका (पोलिप्स) हुनु अथवा पाठेघरको आकार असामान्य भएमा गर्भ रहनलाई बाधा पर्छ । किनकि यस्ता समस्याले फालोपाइन नलीलाई बन्द गरिदिने र महिलाको डिम्बासयबाट निस्केको डिम्ब र पुरुसको शुक्रकीटबिच संसर्गनै हुन दिँदैन वा संसर्ग भएर निसेचित डिम्बलाई पाठेघरमा सही स्थानमा गएर बस्न दिँदैन ।

(घ) फालोपाइन नली बिग्रनु वा बन्द हुनु (Fallopian tube damage or blockage): पाठेघर वा यौनाङ्ग फुल्ने वा सुन्निने र यौनजन्य सङ्क्रमण आदिका कारणले फालोपाइन नली (ट्युब) सुन्निने हुन्छ र गर्भ रहन बाधा पुग्ने गर्छ ।

(ङ) पाठेघरको बाहिर ऐजेरु पलाउनु (Endometriosis): पाठेघरको बाहिरी भागमा पलाएका ऐजेरु वा टिस्युले अण्डाशय, पाठेघर र फालोपाइन ट्युबका नियमित गतिविधिलाई बिथोल्छन् र गर्भ रहन बाधा पुऱ्याउने गर्छन् ।

(च) महिनावारी चाडै रोकिनु (Primary ovarian insufficiency): ४० वर्ष पुग्नु अगावै अण्डाशयले काम गर्न छोडेर महिनावारी बन्द हुन सक्छ । यस्तो हुँदा ढिलो विवाह गरेका दम्पतीले सन्तान जन्माउन सक्दैनन् ।

(छ) क्यान्सर र यसको उपचार (Cancer and its treatment): विशेष गरी महिलाको प्रजनन प्रणाली वा अङ्गमा लागेको क्यान्सरले उपचारपछि पनि महिलाको प्रजनन क्षमतामा नराम्रो असर पार्छ । दुवै केमो थेरापी र रेडियो थेरापीले प्रजनन क्षमता करिव करिव नस्ट पार्छन् ।

(ज) मध्यपान र धुम्रपान : सानै उमेरबाट बढी मात्रामा जाँड रक्सी, चुरोट बिडी खाने लत बसेका महिलामा गर्भ नरहने वा रहेको गर्भ नअडिने सम्भावना बढी हुन्छ भन्ने कुरा विभिन्न्न अध्ययनले देखाएका छन् ।

(झ) अधिक मोटोपन : मोटोपना बढी भएका महिलामा पनि गर्भ नरहने वा रहेको गर्भ पनि नअडिने सम्भावना बढी हुन्छ भन्ने कुरा अध्ययनले देखाएको छ ।

(ञ) अन्य कारणमा महिनावारी ढिलो सुरु हुनु, मधुमेह र अन्य स्वत: निको हुनुपर्ने खालका रोग (auto immune diseases) नियन्त्रणमा आउन नसक्नु, र वंशाणुगत समस्याले पनि महिलामा निसन्तानताको अवस्था आउन सक्छ ।

२. पुरुषसँग सम्बन्धित कारण

अध्ययनले देखाएअनुसार पाँच निसन्तान जोडीमा एक जोडी पुरुषका कारणले निसन्तानता हने हुन्छ । बिसमा एक पुरुषमा कुनै न कुनै खाले प्रजनन समस्या हुन्छ (जस्तै : स्खलित वीर्यको मात्रा कम हुने) । आजको औषधी विज्ञानले निम्न कारणका आधारमा पुरुष पनि निसन्तानताका लागि बराबर जिम्मेवार पक्ष हो भनेर पुष्टि गरेको छ :

(क) वीर्य बन्ने र यसले गर्ने काममा अनियमितता (Abnormal sperm production or function) : अण्डकोषको खराबी, वंशाणुगत समस्या, मधुमेह, गनोरिया, भिरिङ्गी र एचआइभी जस्ता स्वास्थ्य समस्या आदिका कारणले पुरुषमा चाहिने मात्रा र गुणको वीर्य बन्न नसक्ने हुन्छ र महिलामा गर्भधारण हुन सक्दैन ।

(ख) पाठेघरको मुखसम्म वीर्य पुऱ्याउने समस्या (Prolbems with the delivery of sperm): यौन क्रियाका बेलामा देखिने समस्या जस्तै : शीघ्र वीर्य स्खलन, यौनाङ्गमा समस्या जस्तै : शुक्रकीट बाहिनी नलीमा समस्या अथवा पुरुषको प्रजनन अङ्गमा चोटपटक लागेर काम नगर्ने हुनाले पुरुषको लिङ्गले महिलाको योनि मार्ग हुदै वीर्य पाठेघरको मुखसम्म पुऱ्याउन सक्दैन र पुरुषका तर्फबाट निसन्तानता बढ्छ ।

(ग) हानिकारक वातावरणको प्रभाव (Overexposure to harmful environmental factors): यसमा किटनाशक विषादी र अन्य रसायनिक र रेडियोधर्मी तत्त्व पर्दछन्, जस्तै : चुरोट, रक्सीजन्य मादक पदार्थ, अन्य निश्चित खालका औषधी जस्तै : एन्टिबायोटिक्स प्रेसरको औषधी र स्टोराइड आदिले पुरुषको प्रजनन क्षमता घटाउँछ ।

(घ) मध्यपान र धुम्रपान : सानै उमेरबाट बढी मात्रामा जाँड रक्सी, चुरोट बिडी पिउने लत बसेका पुरुषको शुक्राणुको महिलाको डिम्बसँग निसेचन गर्न सक्ने गुणमा कमी आउने भएकाले गर्भ नरहने वा रहेको गर्भ नअडिने सम्भावना बढी हुन्छ भन्ने कुरा विभिन्न अध्ययनले देखाएका छन् ।

(ङ) अधिक मोटोपन : मोटोपना बढी भएका पुरुषको पनि शुक्राणुको गुणमा ह्रास आउने भएकाले गर्भ नरहने वा रहेको गर्भ नअडिने सम्भावना बढी हुने कुरा अध्ययनले देखाएका छन् ।

(च) क्यान्सर र यसको उपचारले गरेको खराबी (Damage related to cancer and its treatment): क्यान्सरको उपचारमा अपनाएको केमो अथवा रेडियो थेरापीले पुरुषको वीर्य उत्पादन गर्ने क्षमतालाई कमजोर पार्छ र निसन्तानता बढाउँछ ।

६.२.३ निसन्तानताका असर वा प्रभाव

निसन्तानताको असर वा प्रभाव कुनै एक पक्षमा मात्र सीमित नभएर बहुपक्षीय हुन्छ । यसका असरहरू पत्नी वा पति (जोडी) मा र उनीहरूको वैवाहिक जीवनमा, परिवारमा, सम्बन्धित महिला र पुरुषको मानसिक स्वास्थ्यमा, अरूसँगको सम्बन्धमा, समाजमा, प्रजनन स्वास्थ्य सेवाको पहुँच र क्षेत्र बिस्तारमा समग्रमा भन्दा राष्ट्रमासमेत पर्ने देखिन्छ । यी प्रभावलाई सङ्क्षेपमा तल प्रस्तुत गरिएको छ :

(क) पति पत्नीको सम्बन्धमा पर्ने असर : हाम्रो जस्तो पितृसत्तात्मक समाजमा प्राय: पुरुषले पत्नीलाई नै सन्तान जन्माउन नसकेकी भनेर दोष लगाउने चलन हुन्छ । यसबाट पत्नीले आफूमाथि सौता आउने डरमा बस्नुपर्छ । यदि एकआपसमा राम्रो समझदारी नभएको खण्डमा पति पत्नीबिच आपसी कलह हुने, एकले अर्कालाई दोषी ठान्ने हुन्छ ।

(ख) परिवारमा पर्ने असर : यसमा केटा पक्षका परिवारका नाता सम्बन्धका र केटी पक्षका परिवारका नाता सम्बन्धका मानिसमा पर्ने सामाजिक र मनोसामाजिक असर पर्छन्, जस्तै: केटीका आमाबुबालाई फलानी छोरीका कति सन्तान के कस्ता छन् भनी अरू नातागोता र समाजका अन्य सदस्यले खोजीतिनीले पार्ने असर, कतै छोरीको तर्फबाट सन्तान नहुँदा ज्वाइँले हेला पो गर्ने हुन् कि, ज्वाइँका घरतिर छोरीको स्थान सन्तान नभएका कारणले तल पर्ने हो कि जस्ता चिन्ता हुने हुन्छ भने केटापट्टिको परिवारमा वंश लोप हुने भयो भन्ने जस्ता चिन्ता बढ्छ ।

(ग) महिला हिंसामा वृद्धि हुने : पुरुष प्रधान समाजमा जुनसुकै समस्याको दोष महिला माथि थोपर्ने चलनले सन्तान जन्माउन नसक्नु महिलाको मात्रै गल्ती हुन्छ । छोरी मात्र पाएर छोरा नपाएको निहुँमा त महिलाले पुरुषको यातना भोग्नुपर्छ भने सन्ताननै नजन्मदा त यसको मात्रा झन बढ्छ ।

(घ) मनोसामाजिक स्वास्थ्यमा पर्ने असर : मनोसामाजिक स्वास्थ्यमा व्यक्तिले एक्लो पन महसुस गर्ने, आफूलाई दोषी ठान्ने जस्ता समस्या देखिन सक्छन् ।

(ङ) सामाजिक सम्बन्धमा पर्ने असर : निसन्तान जोडी प्राय: सामाजिक सम्बन्ध र घुलमिलबाट टाढै रहन खोज्छन् ।

(च) स्वास्थ्य सेवामा निसन्तानताको उपचारलाई विशेष स्थान दिनुपर्ने : देशमा प्रजनन दर उच्च हुँदा त्यसको नियन्त्रण र व्यवस्थापनका लागि मातृ शिशु कार्यक्रममा मात्र राज्यले बढी ध्यान दिएको थियो । निसन्तानताको समस्यालाई व्यक्तिगत रूपमा छोडेको थियो । अब प्रजनन दर निकै तल झरेको छ । शिक्षित र चेतनशील दम्पती प्राय: एउटा बच्चामा चित्त बुझाउन थालेका छन् । यस्तो अवस्थामा विवाहको उमेर पनि बढ्दैछ । तिस वर्षपछि सन्तान जन्माउन थाल्ने महिलाको सङ्ख्या उल्लेख्य मात्रामा बढ्ने देखिन्छ । सो उमेरमा गर्भधारण गर्ने महिलाले चाहने बित्तिकै गर्भ नरहन सक्छ भने रहेको गर्भ पनि जोगाएर जीवित बच्चा जन्मउन हम्मे पर्न सक्छ । त्यसर्थ अबका दिनमा राज्यले निसन्तानताको व्यवस्थापनका लागि यथेष्ठ ध्यान दिनुपर्ने हुन्छ ।

६.२.४ निसन्तानको समाधान वा व्यवस्थापन

निसन्तानपनको समाधान वा व्यवस्थापन पति पत्नीले गर्ने उपाय र औषधी उपचार गरी दुई तरिकाले गर्न सकिन्छ ।

१. पति पत्नीले गर्ने उपाय : धेरै जसो निसन्तानताका लक्ष्यणको उपचार नहुने भए तापनि दम्पतीले निम्न उपाय अपनाएको खण्डमा गर्भ रहने र सन्तान जन्माउने सम्भावना बढ्न सक्ने कुरा औँल्याइएको छ ।

पुरुषले गर्ने उपाय	महिलाले गर्ने उपाय
• बढी मात्रामा लागु औषधी, चुरोट/बिडी, सुर्ती र जाँड रक्सी जस्ता मादक पदार्थ सेवन नगर्ने • उच्च तापक्रम भएका ठाउँमा धेरै समयसम्म नबस्ने, त्यस्ता ठाउँमा लामो समयसम्म काम नगर्ने • उद्योग कल कारखानाबाट निस्कने हानिकारक प्रदुषणबाट टाढै रहने • प्रजनन क्षमतामा कमी ल्याउने खालका औषधीको सेवन सकेसम्म कम गर्ने • हल्का र मध्यम खालका व्यायाम नियमित गर्ने ।	• निसन्तानताका केही लक्ष्यण देखिएका महिलाले धुम्रपान गर्दै नगर्ने • जाँड, रक्सी, गाँजा जस्ता मध्यपान र लागु औषधीबाट टाढै रहने । यी वस्तुको सेवनले महिलामा गर्भ नबस्ने र बसेको गर्भ सकुसल जन्माउने क्षमतामा कमी ल्याउँछ । • हल्का र मध्यम खालका व्यायाम नियमित गर्ने • आफ्नो तौल बढी हुन नदिने • नियमित योग र प्राणायम गर्ने : कपाल भाती प्राणायम नियम पुऱ्याएर नियमित गर्नाले पुरुष महिला दुवैमा भएको निसन्तानताका लक्ष्यण निवारण हुन्छ भन्ने विश्वास छ ।

दम्पतीले निम्नअनुसारका जोखिमजन्य पक्षको व्यवस्थापनमा ध्यान दिएमा निसन्तानका लक्ष्यण न्यूनीकरण गर्न सकिन्छ ।

- प्रजननको उपयुक्त उमेरमा नै गर्भधारण गर्ने : महिलाको उमेर ३५ वर्ष कटेपछि गर्भ रहने र रहेको गर्भ जीवित जन्मने सम्भावना बिस्तारै घट्दै जान्छ ।
- महिला पुरुष दुवैले धुम्रपान र सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन नगर्ने : धुम्रपान गर्ने महिलाको रहेको गर्भ तुहिने सम्भावना एकदम बढी हुने भएकाले धुम्रपान र सुर्तीजन्य पदार्थको सेवन गर्नु हुँदैन ।
- मध्यपान नगर्ने : मध्यपानले महिलाको गर्भ रहन र रहेको गर्भलाई सुरक्षित जन्म हुन दिनलाई बाधा गर्छ ।
- मोटोपन नियन्त्रण गर्ने : मोटोकदका महिलामा गर्भवती हुने सम्भावना निकै कम हुन्छ भने मोटा पुरुषमा वीर्य उत्पादनको मात्रा कम हुन्छ भनेर विभिन्न अध्ययनले देखाएका छन् ।
- अति दुब्लो र पातलो नहुने : आजभोलि महिलामा आफू छरिती र फुर्तिली देखिन कम खाने होड चलेको छ, जुन प्रजनन प्रक्रियाका लागि हानिकारक हुन्छ । दुब्ला पातला महिलामा गर्भ नरहने वा रहेको गर्भ पनि समय अगावै खेर जाने सम्भावना निकै बडी हुन्छ ।
- नियमित व्यायाम गर्ने : शारीरिक कसरत कम भएको खण्डमा तौल बढ्छ र निसन्तानताका लक्ष्यण देखिने सम्भावना बढ्छ ।

२. डाक्टर वा चिकित्सकको सल्लाहमा गर्ने उपाय

पति पत्नी एक वर्षभन्दा बढी समयसम्म नियमित सहवासमा रहेर गर्भधारण गर्न र सन्तान जन्माउन प्रयासरत रहँदा पनि सफल नभएको खण्डमा निम्न अवस्थामा डाक्टरको सल्लाह लिन र उपचार गराउन जानु लाभदायी हुन्छ ।

महिलाका लागि	पुरुषका लागि
• उमेर ३५ वर्ष वा बढी भइसकेको छ र लगातार छ महिनाभन्दा बढीको सहवासमा पनि गर्भ रहन सकेन भने • महिनावारी अनियमित छ वा समय अगाडिनै रोकियो भने • महिनावारीको समयमा रक्तश्राव अति हुने गरेको भएमा • आफूमा प्रजननसम्बन्धी कुनै समस्या भएमा • योनि मुख, पाठेघर आदि सुन्निने समस्या भएमा • धेरै पटक गर्भ खेर गएमा • क्यान्सर जस्ता घातक र दीर्घ रोगको उपचार गरेको अवस्थामा ।	• वीर्यको मात्रा कम भएको महसुस भएमा वा वीर्यसँग सम्बन्धित कुनै समस्या भएमा • लिङ्गसँग सम्बन्धित कुनै समस्या भएमा जस्तै: प्रोस्टेट, वा यौन क्रियामा समस्या, लिङ्गको आकार सानो आदि • क्यान्सर जस्ता घातक र दीर्घ रोगको उपचार गरेको अवस्थामा • परिवारमा आफूभन्दा अगिल्लो पुस्ताका कसैमा निसन्तानताको समस्या भएमा ।

६.३ ज्येष्ठ नागरिक : परिचय, परिभाषा र अध्ययन गर्नुपर्ने कारण

यो पाठको यस खण्डमा ज्येष्ठ नागरिकको परिचय र परिभाषा, विश्वका विकसित, विकासोन्मुख, सार्कमुलुक र नेपालको ज्येष्ठ नागरिकको हालको अवस्था र भविश्यको बढ्दो आकार आदिका बारेमा छलफल गरिएको छ । साथै ज्येष्ठ नागरिकको पक्षमा विश्व समुदाय र नेपालले गरेका नीति नियम र कानुनी व्यवस्थाका बारेमा पनि प्रकाश पारिएको छ ।

६.३.१ परिचय

आज विश्वभरिनै ६० वर्षमाथिका ज्येष्ठ नागरिकको सङ्ख्या युवा उमेरकाको भन्दा निकै चाडो दरमा बढी रहेको छ । यसले आउँदा दिनमा दुवै विकासोन्मुख र विकसित मुलुकको जनसङ्ख्यामा ज्येष्ठ नागरिकको बाहुल्यता हुने देखिन्छ । ज्येष्ठ नागरिक कसलाई मान्ने भन्ने कुरामा एकरूपता छैन । नेपाललगायतका विकासोन्मुख मुलुकले ६० वर्षमाथि उमेर भएकालाई ज्येष्ठ नागरिक मानेको छ भने विकसित मुलुकले ६५ वर्ष माथिका उमेर समूहलाई ज्येष्ठ नागरिक मानेका छन् । संयुक्त राष्ट्र सङ्घले भने ६० वर्षभन्दा माथिको उमेरकालाई ज्येष्ठ नागरिक मान्ने भनेर निर्णय दिएको छ । बिसौँ सताब्दीको पछिल्लो अवधि (सन् १९५० पछि) बाट विकसित मुलुकमा जन्म दरमा आएको उल्लेख्य कमीले गर्दा १५ वर्षमुनिको जनसङ्ख्याको अनुपात क्रमशः घट्दै गएर बृद्ध/बृद्धाको अनुपात बढ्दै गएको थियो भने यो क्रम नेपाल जस्ता विकासोन्मुख मुलुकमा एक्काइसौँ शताब्दीको सुरुबाट (सन् २००० पछि) देखिन थालेको छ । आजका दिनमा संसारका हरेक विकसित, विकासोन्मुख र अल्प विकसित मुलुकमा ६० वर्ष माथिको जनसङ्ख्याको अनुपात सोभन्दा तल्लो उमेरकाको भन्दा तीव्र गतिले बढ्दै गएको छ । कुनै पनि देश वा समुदायको जनसङ्ख्याको उमेरगत बनोट बिस्तारै बुढ्यौलीतिर घचेडिदै जानुलाई “जनसङ्ख्या बुढ्यौली बयको हुनु वा उमेरिनु" भनिन्छ । यसले हिजोका दिनमा परिवार, समाज र मुलुकले बालबच्चाको हेरचाहमा गरेको लगानी विस्तारै ज्येष्ठ नागरिकको हेरचाह र स्याहार सुसारतिर सर्दै जाने तथ्यलाई देखाउँछ । त्यसर्थ कुनै मुलुक वा समुदायको जनसङ्ख्याको उमेरगत बनोट ज्येष्ठ नागरिक बहुल हुदै जाँदा आर्थिक, सामाजिक, सांस्कृतिक र जनसाङ्ख्यिक सबै पक्षमा अवसर र चुनौती देखिन थाल्छन् ।

१. ज्येष्ठ नागरिक

कस्तो जनसङ्ख्यालाई ज्येष्ठ नागरिक बहुल मान्ने भन्ने विषयमा मतैक्यता नभए तापनि जनसङ्ख्याको उमेरगत बनोट निम्नअनुसारको भएमा ज्येष्ठ नागरिक बहुल मान्ने गरिएको छ ।

- कुल जनसङ्ख्यामा ६५ वर्ष माथिको जनसङ्ख्याको अनुपात १० प्रतिशत वा बढी हुनु अथवा प्रति १०० जनसङ्ख्यामा १० जनाभन्दा बढी ६५ वर्षमाथिका हुनु
- जन्मदाको औसत आयु क्रमश : बढेदै जानु

- जनसङ्ख्याको मध्यम उमेर (Median Age) ३० वर्ष वा सोभन्दा बढी हुनु
- बाल आश्रित अनुपात (०-१४ वर्षको जनसङ्ख्या) र १५-५९ वर्षको जनसङ्ख्या वर्षैपिच्छे उल्लेख्य मात्रामा घट्दै जानु
- बृद्ध आश्रित अनुपात (१५ देखि ५९ वर्षका जनसङ्ख्या र ६० वर्षमाथिकाको अनुपात जस्तैः ६० वर्षमाथिको जनसङ्ख्या/१५-५९ वर्षको जनसङ्ख्या) वर्षैपिच्छे उल्लेख्य मात्रमा बढ्दै जानु
- शिशु र बाल मृत्यु दरमा उल्लेख्य कमी आउनु
- जन्म दरमा कमी आउनु

नेपालको जनसङ्ख्या क्रमशः बुढ्यौलीतिर जाँदैछ भन्ने तथ्य तालिका ६.१ ले देखाउन खोजेको छ ।

तालिका ६.१: कुल प्रजनन दर र शिशु मृत्यु दरमा आएको कमीले जनसङ्ख्याको औसत आयु र ६० वर्षमाथिको उमेर समूहको अनुपातमा आएको बढोत्तरी साथै कुल जनसङ्ख्या र ६० वर्षमाथिको जनसङ्ख्याको वार्षिक वृद्धि दरमा देखिएको फरक

जनगणना वर्ष	कुल प्रजनन दर	शिशु मृत्यु दर	जन्मदाको औसत आयु	६० वर्ष माथिको जनसङ्ख्या प्रतिशत	औसत जनसङ्ख्या वृद्धि दर	६० वर्ष माथिको जनसङ्ख्या वृद्धि दर
२००९/११		२५५.०	२७.८	५.०	२.२७	
२०१८	५.७	१९३.०	३६.३	५.३	१.६४	१.९६
२०२८	५.८	१७२.०	३८.४	५.६	२.०५	२.५६
२०३८	६.४	११७.०	४९.५	५.७	२.६२	२.७९
२०४८	५.६	९७.०	५४.३	५.८	२.०८	२.२५
२०५८	४.१	६४.०	६०.४	६.५	२.२५	३.१९
२०६८	२.६	४०.५	६६.६	८.१	१.३५	३.७७
२०७४	२.३*	३२.०*	७०.६**	-	-	-

स्रोत : के.त.वि. १९८७, १९९५, २००३, र २०१३, * स्वास्थ्य मन्त्रालय, न्यु एरा र आइसिएफ इन्टरनेसनल, २०१७; **संयुक्त राष्ट्र सङ्घ विकास कार्यक्रम, २०१८

व्याख्या : कुल प्रजनन दर भन्नाले गणना गरिएको वर्षमा भएको प्रजननको अवस्थाअनुसार एउटी महिलाले आफ्नो १५ देखि ४९ वर्षको प्रजनन उमेर भरिमा औसतमा जीवित जन्माउने बच्चाको सङ्ख्या भन्ने बुझिन्छ । शिशु मृत्यु दर भन्नाले गणना गरिएको वर्ष जन्मेका प्रति १००० शिशुमा सोही वर्षभित्र मर्नेको सङ्ख्या भन्ने बुझिन्छ । जन्मदाको औसत आयु भन्नाले गणना गरिएको वर्ष, जन्मेका शिशुले सरदरमा बाच्न सक्ने वर्ष

जसमा कोही जन्मेको वर्षभित्रै मर्छन् भने कोही ८० वा १०० वर्षसम्म बाच्छन् । त्यसैगरी वृद्धि दर भन्नाले प्रति १०० जनामा प्रति वर्ष थपिने सङ्ख्या भन्ने बुझिन्छ ।

तालिका ६.१ को अध्ययनबाट हामी के अनुमान गर्न सक्छौँ भने कुल प्रजनन दर र शिशु मृत्यु दरमा कमी आउँदा जन्मदाको औसत आयु, कुल जनसङ्ख्यामा ६० वर्षमाथिका ज्येष्ठ नागरिकको अनुपात र ६० वर्षमाथिका जनसङ्ख्याको वार्षिक वृद्धि दर उल्लेख्य रूपले बढ्दै जान्छ ।

६.३.२ ज्येष्ठ नागरिकका जनसाङ्ख्यिक कारकहरू

जनसङ्ख्याको आकार, उमेरगत बनोट, वृद्धि, र वितरणलाई तीन जनसाङ्ख्यिक प्रक्रिया - जन्म, मृत्यु र बसाईंसराइले निर्धारण गर्छन् । जनसङ्ख्यालाई बुढ्यौलीपनतिर डोऱ्याउने मुख्य आन्तरिक तत्त्वमा सो समुदायमा विद्यमान जन्म र मृत्युको अवस्था पर्दछन् भने बाह्य तत्त्वमा जनस्वास्थ्य र सामाजिक आर्थिक विकासका नीति र तिनको सफल कार्यान्वयनलाई लिने गरिन्छ । जनस्वास्थ्यमा सुधार अनि सामाजिक र आर्थिक विकासका प्रयासले सर्वप्रथम महिला वा आमाको जीवनस्तरमा सुधार आउँछ । नवजात शिशु र बालबालिकाको मृत्यु दर घट्छ र जन्मेका प्राय: बच्चाको लामो उमेरसम्म बाच्ने सम्भावना बढाउँछ वा समग्र जनसङ्ख्याको जन्मदाको औसत आयु बढेर जान्छ ।

जन्मेका प्राय: बालबच्चाको बाच्ने सम्भावना बढेपछि र सामाजिक आर्थिक उन्नतिका कारण महिलाले पहिलाको जस्तो धेरै बालबच्चा जन्माउने क्रम छोड्दै जान्छन् र जन्मदर क्रमश : घट्न थाल्छ । जन्मदर घट्न थालेपछि बाल आश्रितको अनुपात (१४ वर्षमुनिको) घट्न थाल्छ । सक्रिय उमेर (१५ देखि ५९ वर्ष) र बुढ्यौली उमेरको अनुपात बढ्न थाल्छ । यसरी हेर्दा जनसङ्ख्याको जन्म र मृत्युको अवस्था र तिनमा आउने परिवर्तनले जनसङ्ख्याको उमेरगत संरचनालाई बिस्तारै बुढ्यौली जीवनतिर लैजाने भएकाले यी दुई (जन्म र मृत्यु दर) तत्त्वलाई "जनसाङ्ख्यिक सुचालक वा ड्राईभर" भनिन्छ । किनकि यिनै दुई तत्त्वले कुनै पनि जनसङ्ख्याको उमेरगत संरचनालाई बाल वा युवा बहुल अवस्थमानै राखिरहने वा आर्थिक रूपले सक्रिय बयस्कको बहुलताको अवस्थामा पुऱ्याउने वा बुढेसकालतिर धकेल्ने भन्ने निर्धारण गर्दछन् ।

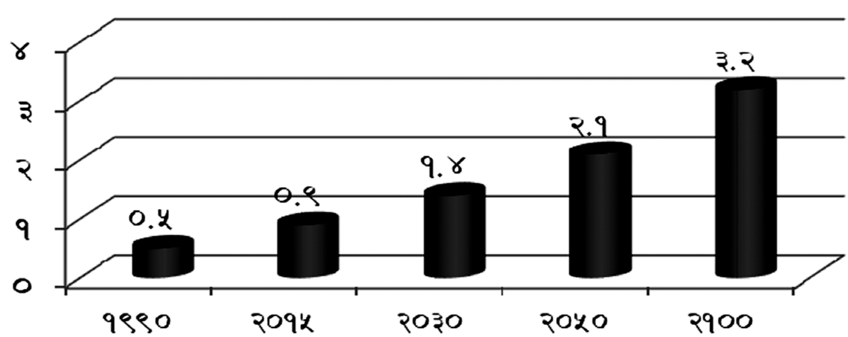
बृद्धावस्थालाई तीन भागमा बाडेर हेर्ने गरिएको छ ती हुन्, ६०-६९ वर्ष उमेरका युवा ज्येष्ठ नागरिक (Young aged), ७०-७९ वर्षका ज्येष्ठ नागरिक (Old Old) र ८० वर्ष र सोभन्दा माथिका (Oldest old) । समाजमा युवा ज्येष्ठ नागरिकको बहुलता होउन्जेल उनीहरू सक्रिय र उत्पादनशील हुन्छन् । ज्येष्ठ ज्येष्ठको र बृद्ध ज्येष्ठको बहुलता हुन थालेपछि भने उनीहरूको चासो सम्बोधन गर्दा राज्यले आर्थिक र राजनीतिक दबाब भोग्न थाल्नुपर्छ ।

६.३.३ ज्येष्ठ नागरिकको अवस्था

आज विश्वका विकासोन्मुख र विकसित सबै मुलुकमा ज्येष्ठ नागरिकको सङ्ख्या बढ्दै गएको र आउँदा दिनमा झन तीव्र रूपले बढ्दै जाने आँकलन गरिएको छ । विश्वमा प्रति १०० ज्येष्ठ नागरिकमा प्रति वर्ष सरदर

तीन जनाभन्दा बढीले बढ्ने गरेको देखिन्छ । कुल जनसङ्ख्याको वृद्धिदर प्रति वर्ष १.२ को हाराहारीमा छ । नेपालमा २०६८ सालको जनगणनाअनुसार ६० वर्षमाथिको जनसङ्ख्याको वृद्धि दर प्रति १०० मा ३.७७ देखाएको छ । कुल जनसङ्ख्याको वार्षिक वृद्धिदर १.३५ छ । यसको मतलव हरेक वर्ष १०० जना ६० वर्षमाथिको जनसङ्ख्यामा करिव चार जना थपिन्छन् भने कुल जनसङ्ख्यामा प्रति सयमा एक जानाभन्दा केही बढी मात्र थपिन्छन् । संयुक्त राष्ट्र सङ्घको सन् २०१७ को अध्ययनअनुसार विश्वमा करिव ९६.२ करोड जनसङ्ख्या ६० वर्ष माथिको छ । यो सङ्ख्या कुल विश्व जनसङ्ख्याको १३ प्रतिशत हो । विश्वमा ज्येष्ठ नागरिकको सङ्ख्या आउँदा दिनमा तीव्र गतिले बढ्ने देखिन्छ । जसका कारण सन् २०३० मा विश्वमा ज्येष्ठ नागरिकको सङ्ख्या बढेर एक अरब चार करोड र सन् २०५० मा दुई अरब एक करोड तथा सन् २१०० मा तीन अरबभन्दा माथि हुने अनुमान गरिएको छ (चित्र ६.१) ।

चित्र ६.१ : जेष्ठ नागरिकको सङ्ख्या (अरबमा) सन् १९९० देखि २१०० सम्ममा ६० वर्ष माथिको जनसङ्ख्याको आकार



स्रोत : संयुक्त राष्ट्र सङ्घ, विश्व जनसङ्ख्या प्रोस्पेक्ट, २०१७

त्यसै गरी ८० वर्षभन्दा माथिको जनसङ्ख्याको आकार सन् २०१७ को १३७ मिलियनबाट तीन गुणाले बढेर सन् २०५० मा ४२५ मिलियन हुने र सन् २१०० मा करिब सात गुणाले बढेर ९०९ मिलियन हुने आकलन गरिएको छ ।

सन् २०१७ मा ६० वर्षमाथिको जनसङ्ख्या विश्वका विभिन्न क्षेत्र, सार्क मुलुक र नेपालमा कुल जनसङ्ख्यामा प्रतिशत र वृद्धिको अवस्थालाई तालिका ६.२ मा देखाइएको छ । सन् २०१७ मा विश्वमा प्रति १०० जनसङ्ख्यामा १३ जना ६० वर्षमाथिको सङ्ख्या भएको अनुमान गरिएको छ । यो अनुपात युरोपियन मुलुकमा सबैभन्दा बढी प्रति १०० मा २५ जना छ भने उत्तर अमेरिकामा २२ जना छ । ज्येष्ठ नागरिकको अनुपातका हिसाबले सबैभन्दा कम अफ्रिकामा प्रति १०० जनामा पाँच जना ६० वर्षमाथिका छन् भने एसिया र दक्षिण अमेरिकामा प्रति १०० जनसङ्ख्यामा १२ जना ६० वर्ष माथिका छन् भन्ने देखिएको छ ।

तालिका ६.२ : सन् २०१७ मा विश्व, सार्क मुलुक र नेपालको कुल जनसङ्ख्यामा ६० वर्ष माथिकाको प्रतिशत

विश्व र महादेश	६० वर्ष माथिको जनसङ्ख्या %	सार्क मुलुक	६० वर्ष माथिको जनसङ्ख्या %
विश्व	१३.०	नेपाल	९.०
अफ्रिका	५.०	अफगानिस्थान	४.०
एसिया	१२.०	बङ्गलादेश	७.०
युरोप	२५.०	भुटान	७.०
दक्षिण अमेरिका र क्यारेबियन	१२.०	भारत (इन्डिया)	९.०
उत्तर अमेरिका	२२.०	माल्दिभ्स	६.०
ओसेनिया	१७.०	पाकिस्तान	७.०
		श्रीलङ्का	१५.०

स्रोत : संयुक्त राष्ट्र सङ्घ, विश्व जनसङ्ख्या प्रोस्पेक्ट, २०१७

सार्क देशहरूमा अफगानिस्थानमा सबैभन्दा कम प्रति १०० जनामा चार जना ६० वर्ष माथिका छन् भने सबैभन्दा बढी १५ जना श्रीलङ्कामा छन् । सन् २०१७ को अनुमानअनुसार नेपाल र भारत दुवै मुलुकमा प्रति १०० जनामा ९ जना ६० वर्ष माथिको उमेरका छन् । नेपालमा सन् २०११ को जनगणनाअनुसार प्रति १०० जनामा ६० वर्ष माथिको जनसङ्ख्या आठ जनाभन्दा केही बढी छन् भनेर देखाएको थियो ।

जन्मदाको औसत आयुमा आएको उल्लेख्य वृद्धिले पनि समाज र मुलुकको जनसङ्ख्या ज्येष्ठ नागरिक बहुल हुँदै गएको मान्न सकिन्छ । तालिका ६.३ अनुसार सन् १९९५ मा विश्वको जनसङ्ख्याको जन्मदाको औसत आयु करिव ६५ वर्ष थियो, जुन बढेर सन् २०१० मा ६९ वर्ष, सन् २०२० मा ७२ वर्ष, सन् २०५० मा ७७ वर्ष र सन् २१०० मा ८३ वर्ष पुग्ने अनुमान गरिएको छ । जन्मदाको औसत आयु अफ्रिकाबाहेकका सबै क्षेत्रमा सन् २०५० सम्ममा ७५ वर्षभन्दा माथि हुने अनुमान गरिएको छ । यता सार्क मुलुकमा भने अफगानिस्थान, पाकिस्तान र भारतबाहेक अरू सबै मुलुकमा जनसङ्ख्याको जन्मदाको औसत आयु सन् २०५० सम्ममा ७५ वर्षमाथि हुने देखिन्छ । नेपालको जन्मदाको औसत आयु सन् १९९५ को ५६.४ वर्षबाट बढेर सन् २०१० मा ६७ वर्ष, सन् २०२० मा ७१ वर्ष, सन् २०५० मा ७७.५ वर्ष हुदै सन् २१०० मा ८५ वर्ष पुग्ने अनुमान गरिएको छ ।

तालिका ६.३ : सन् १९९५ देखि २१०० सम्म विश्व, सार्क मुलुक र नेपालको जनसङ्ख्याको जन्मदाको औसत आयुमा आउने वृद्धिको अनुमान/प्रक्षेपण

विश्व, महादेश र मुलुक	१९९५	२०१०	२०१५	२०२०	२०३०	२०५०	२१००
विश्व	६४.६	६९.१	७०.८	७१.९	७३.८	७६.९	८२.६
अफ्रिका	५१.७	५७.०	६०.२	६२.४	६५.७	७०.९	७८.४
एसिया	६५.२	७०.३	७१.८	७२.९	७४.६	७७.५	८३.५
युरोप	७२.७	७५.३	७७.२	७८.१	७९.८	८२.८	८९.३
दक्षिण अमेरिका र क्यारेबियन	६८.४	७३.४	७४.६	७५.७	७७.७	८१.३	८७.९
उत्तर अमेरिका	७५.९	७८.४	७९.२	७९.९	८१.४	८४.४	८९.९
ओसेनिया	७३.०	७७.०	७७.९	७८.८	८०.२	८२.३	८७.४
सार्क मुलुक							
नेपाल	५६.४	६६.८	६८.९	७०.८	७३.५	७७.५	८५.०
अफगानिस्थान	५१.८	६०.०	६२.३	६४.२	६७.२	७०.९	७७.७
बङ्गलादेश	६०.०	६९.०	७१.२	७२.९	७५.७	७९.९	८७.५
भुटान	५४.८	६६.५	६८.८	७०.७	७३.६	७७.३	८४.७
भारत (इन्डिया)	५९.२	६५.६	६७.६	६८.९	७१.०	७४.२	८१.५
माल्दिभ्स	६३.५	७५.६	७६.३	७७.८	८०.३	८४.०	९०.०
पाकिस्तान	६०.८	६४.४	६५.९	६६.७	६८.२	७०.८	७७.५
श्रीलङ्का	७०.०	७४.१	७४.६	७५.६	७७.५	८१.०	८७.७

स्रोत : संयुक्त राष्ट्र सङ्घ, विश्व जनसङ्ख्या प्रोस्पेक्ट, २०१७

यहाँ ज्येष्ठ नागरिकको सङ्ख्या र अनुपात बढ्दै जानु परिवार, समाज र देशका लागि जनसाङ्ख्यिक समस्या थपिनु हो वा उन्नति र प्रगतिको मौका पनि हो भन्ने प्रश्न आउँछ । कोही पनि एकैचोटि बुढेसकालमा जाँदैन । ऊ शिशु, बालक, किशोरावस्था, बयस्क हुदै बुढेसकालमा पुग्ने भएकाले हरेक उमेरमा उन्नति प्रगतिका ढोका पनि खोल्दै आएको हुन्छ । त्यसैले ज्येष्ठ नागरिकलाई विकास, उन्नति, प्रगति र समृद्धिका बाहकका रूपमा पनि लिइन्छ । ज्येष्ठ नागरिकले आफ्नो, परिवारको र समाजको हितका लागि गर्न सक्ने योगदान ठुलो हुने भएकाले उनीहरूका चासोका विषयलाई मुलुकका सबै तहमा यथोचित कानुन, नीति र कार्यक्रमले सम्बोधन गर्नुपर्ने हुन्छ । बढ्दै गएको ज्येष्ठ नागरिकको आकारले आउँदा वर्षहरूमा विश्वका धेरै मुलुकले स्वास्थ्य सेवा, निवृत्तिभरण, र सामाजिक सुरक्षाको व्यवस्थापनमा निकै ठुलो आर्थिक र राजनीतिक दबाब खेप्नुपर्ने पनि देखिन्छ ।

६.३.४ ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी नीति तथा कार्यक्रम

ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी कानुन, नीति तथा कार्यक्रमलाई राष्ट्रिय तथा अन्तर्राष्ट्रिय गरी दुई भागमा विभिाजन गरेर हेर्नुपर्ने हुन्छ ।

१. राष्ट्रिय नीति तथा कार्यक्रम

सङ्घीय नेपालको २०७२ मा जारी नेपालको संविधानको भाग तीन मौलिक हक र कर्तव्यअन्तर्गत धारा ४१ मा ज्येष्ठ नागरिकका हकको व्यवस्था छ । जहाँ 'ज्येष्ठ नागरिकलाई राज्यबाट विशेष संरक्षण तथा सामाजिक सुरक्षाको हक हुने छ' भनेको छ । संवैधानिक प्रावधानभन्दा पहिलादेखिनै नेपालमा ज्येष्ठ नागरिकको हक अधिकार स्थापित गर्न विभिन्न नीति, कार्य नीति र कार्यक्रमहरू ल्याइएका छन्, जसमा ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी नीति २०५८, ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी कार्ययोजना २०६२, ज्येष्ठ नागरिक ऐन २०६३ र कार्य नीति २०६५ प्रमुख हुन् ।

नेपालमा सर्वप्रथम वि.सं. २०५१ सालमा ७० वर्ष उमेर काटेका सबैलाई मसिक रु. १०० दिने घोषणाका साथ ज्येष्ठ नागरिकलाई राज्यका तर्फबाट सम्मान गर्न थालिएको हो । जसको सर्वत्र प्रशंसा भएको छ । सोभन्दा अगाडि मुलुकी ऐन २०२१ ले घरका अभिभावक वा ज्येष्ठ नागरिकलाई चल अचल सम्पत्तिको भोग चलन र बाँडफाँडको अधिकार दिएको थियो । ज्येष्ठ नागरिकलाई आम रूपमा मासिक भत्ताको व्यवस्थाको प्रावधान पछि राज्यका विभिन्न निकायमा उनीहरूको चासो सम्बोधन गर्न थालियो, जसमा स्थानीय स्वायत्त शासन ऐन सन् १९९९ ले ज्येष्ठ नागरिकको संरक्षणको दायित्व गाविस र नगरपालिकाको हुने भनेर किटानी गरेको थियो ।

राज्यले सन् २००२ (वि.सं. २०५८) मा पहिलोपटक ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी दोस्रो विश्व सम्मेलन, म्याड्रिडले अगि सारेको अन्तर्राष्ट्रिय कार्ययोजनाको दिशानिर्देशबमोजिम ज्येष्ठ नागरिकका पक्षमा नीति ल्यायो । नेपालमा सो नीतिले ज्येष्ठ नागरिकको आर्थिक वा वित्तीय र सामाजिक सुरक्षा, स्वास्थ्य सेवा, सुविधाहरू र सम्मान, सामाजिक र आर्थिक विकासका गतिविधिमा सहभागिता, शिक्षा र सूचनाको अधिकार, मनोरञ्जनको अधिकार आदिका बारेमा व्यवस्था गरेको छ । साथै यसले ज्येष्ठ नागरिकको विभेद, हेला होचो र दुर्व्यवहाररहित जीवनयापन गर्न पाउने अधिकारको पनि सुनिश्चित गरेको छ । यही नीतिगत अवधारणाभित्र रहेर ज्येष्ठ नागरिकका पक्षमा निम्नअनुसारका विषयगत नीतिहरू अगाडि सारिएका छन् ।

(क) ज्येष्ठ नागरिकका सन्दर्भमा बनेको राष्ट्रिय कार्य योजना २०६२ : नेपाल सरकारले यो कार्ययोजना म्याड्रिड सम्मेलनको घोषणका आधारमा तयार गरी घोषणा गरेको हो ।

(ख) ज्येष्ठ नागरिक ऐन २०६२ र नियमन २०६५ : यो ऐन र नियमनले नेपाली ज्येष्ठ नागरिकका सामाजिक, आर्थिक, र मानव अधिकार जस्ता अधिकारको सुनिश्चितता गरेको छ । यसले यथोचित खाद्य सुरक्षा र पोषण, स्वास्थ्य सेवा, आत्मा सम्मान कायम, पुँजी र जायजेथाको सुरक्षा र उपयोगको सुनिश्चितता, र यातायातको भाडा दरमा छुट जस्ता व्यवस्था गरेको छ ।

(ग) ज्येष्ठ नागरिक ऐन नियमन कार्यविधि २०६५ : ज्येष्ठ नागरिक ऐन २०६२ को कार्यान्वयनका लागि बनेको यो नियमनले कसरी सो ऐनलाई कार्यान्वयनमा ल्याउने भनेर प्रस्ट्याएको छ । यसले सामाजिक आर्थिक कल्याण र स्वस्थ बुढेसकालका बारेमा उल्लेख गरेको छ । यसले देशमा ज्येष्ठ नागरिक स्याहार केन्द्र खोल्ने र सञ्चालन गर्ने कार्य विधि पनि अगि ल्याएको छ ।

आर्थिक र सामाजिक सुरक्षा

आर्थिक वर्ष २०७६ र ०७७ को आर्थिक विधेयक (बजेट भाषण) ले ७० वर्षमाथिका सबैले पाउँदै आएको मासिक रु. १,००० सामाजिक सुरक्षा भत्ता र रु. १,००० स्वास्थ्योपचार खर्चमा रु. १,०००.०० थप गरी रु. ३,०००.०० दिने व्यवस्था गरेको छ । यो उमेर दलित र कर्णाली क्षेत्रकालाई भने ६० वर्ष कायम गरिएको छ । यो योजना आम (Universal) र योगदानमा आधारित (Non-contributory) भएकाले भोलिका दिनमा ज्येष्ठ नागरिकको आकार अरू तल्लो उमेरकाको भन्दा ठुलो हुँदै जादा राज्यले सधैँ धान्न नसक्ने होकि भन्ने आवाज आउन थालेको अवस्था छ । यसलाई विस्तारै एकातिर योगदानमा आधारित बनाउदै जाने (जुन औपचारिक क्षेत्रमा काम गर्नेको सङ्ख्या अनौपचारिक क्षेत्रमा काम गर्नेको भन्दा बढी भएमा सम्भव हुने छ) र स्वलक्षित (Self-Targeting) बनाउदै जानुपर्ने देखिन्छ ।

२. ज्येष्ठ नागरिकको पक्षमा भएका अन्तर्राष्ट्रिय प्रयास

ज्येष्ठ नागरिकको बढ्दो आकारलाई ध्यानमा राखेर संयुक्त राष्ट्र सङ्घले सन् १९८२ देखि विभिन्न सम्मेलन गरेर आफ्ना सदस्य राष्ट्रलाई ज्येष्ठ नागरिकको पक्षमा आवश्यक कानुन बनाउने, कार्यान्वयनका लागि नीति नियम बनाउन र कार्यक्रम अगाडि ल्याउन सुझाव दिने गरेको छ । कतिपय मुलुकले तिनै सम्मेलनले दिएका सुझावका आधारमा आफ्ना आवश्यक नीति र कार्य नीति बनाउने गरेका हुन्छन् । मुख्य मुख्य अन्तर्राष्ट्रिय सम्मेलनले दिएका सुझावलाई निम्नअनुसार सङ्क्षेपीकरण गरिएको छ ।

(क) ज्येष्ठ नागरिकको भियना अन्तर्राष्ट्रिय कार्य योजना सन् १९८२ (Vienna International Plan of Action on Ageing, 1982) : संयुक्तराष्ट्र सङ्घको साधारण सभाले सन् १९८२ मा ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी पहिलो विश्व सम्मेलन गरेर विभिन्न ६२ बुँदामा ज्येष्ठ नागरिकका हक अधिकारलाई व्याख्या गरेको थियो । सारमा भन्नु पर्दा सो सम्मेलनले ज्येष्ठ नागरिकका निम्न पक्षमा विशेष ध्यान दिन र काम गर्न भनेको छ :

- स्वास्थ्य र पोषण
- ज्येष्ठ नागरिकको उपभोगका चासोलाई संरक्षण गर्नुपर्ने : जस्तै, खानपिन, लुगा कपडा, यातायात आदि
- आवास र बाहिरी वातावरण : घरको बनोट, भित्र बाहिर गर्न सजिलो, बाहिर हिँडडुल गर्दा सुरक्षित वातावरण, समाजमा आदर मान सम्मान आदि ।

- परिवार : आफ्नो प्राकृतिक परिवारमा बस्न र सुरक्षित हुन पाउनु
- सामाजिक कल्याण
- रोजगारी र आम्दानीको सुरक्षा
- शिक्षा
- ज्येष्ठ नागरिकको तथ्याङ्क सङ्कलन, विश्लेषण र अनुसन्धान

(ख) ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय सिद्धान्त १९९१ (United Nations Principles for Older Persons, 1991) : यो सिद्धान्तले ज्येष्ठ नागरिकका स्वतन्त्रता, सहभागिता, हेरचाह, आत्म सम्मान र अस्तित्व जस्ता पक्षसँग सम्बन्धित १८ ओटा अन्तरनिहित अधिकारको सूची तयार पारी सार्वजनिक गरेको छ ।

(ग) अन्तर्राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक वर्ष घोषणा १९९९ : अन्तर्राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक सम्मेलनको सुझावअनुसार संयुक्त रष्ट्र सङ्घले सन् १९९९ लाई अन्तर्राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक वर्ष र प्रत्येक वर्ष १ अक्टुवरलाई अन्तर्राष्ट्रिय ज्येष्ठ नागरिक दिवस मनाउने घोषणा गरेको थियो ।

(घ) ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी दोस्रो विश्व सम्मेलन, म्याड्रिड २००२ : यो सम्मेलनले म्याड्रिड अन्तर्राष्ट्रिय कार्य योजना नामक राजनीतिक घोषणामार्फत एक्काइसौँ शताब्दी सुहाउदो ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय नीति तयार गरी जारी गरेको थियो । यो कार्य योजनाले ज्येष्ठ नागरिकप्रति रहेका जनसाधरणका सोचाइ र अवधारणामा परिवर्तन ल्याउन र एक्काइसौँ शताब्दीमा बढ्दो ज्येष्ठ नागरिकको अतुलनीय सम्भावनालाई सम्बोधन गर्न सबै तहमा नीति र व्यावहारिक कार्यक्रम तयार गर्न सुझाएको छ । यो कार्य योजनाले ज्येष्ठ नागरिकको समग्र विकास, स्वास्थ्य र सुखी जीवनको उत्थान, र सहयोगी वातावरण बनाउन सुझाव दिएको छ ।

६.३.५ ज्येष्ठ नागरिकसँग जोडिएका विविध सबालहरू

बढ्दो ज्येष्ठ नागरिकको आकारले आउँदा दिनमा निम्नअनुसारका आर्थिक, समाजिक, सांस्कृतिक र जनसाङ्ख्यिक अवसर र चुनौती निम्त्याउन सक्ने देखिन्छ ।

(क) आर्थिक : परिवार र राज्यले आम्दानीको ठुलो अंश ज्येष्ठ नागरिकको, स्वास्थ्य, आवास र सामाजिक सुरक्षामा लगाउनुपर्ने हुन्छ ।

(ख) श्रम : कामबाट अवकास पाउने उमेर बढाउनुपर्ने हुन्छ, श्रम बजारमा युवा र वयस्कभन्दा बुढेसकालको सङ्ख्या बढी हुन्छ र उत्पादकत्वमा कमी आउन सक्छ ।

(ग) बजार : बजारमा बुढेसकालका मानिसलाई चाहिने र उनीहरूको रुचिका सामान बढी आउन थाल्छन् जस्तैः बच्चाको दुधको ठाउँमा बुढेसकालकाले खाने नरम खाना, बच्चाको डाइपरको ठाउँमा बुढाबुढीलाई चाहिने डाइपर आदि ।

(घ) सामाजिक सुरक्षा : पढाइ लेखाइ भएका छोरा छोरी रोजगारी र अन्य अवसरको खोजीमा बाहिर जाने र उतै घरजम गरेर बस्ने, गाउँमा भएका आमा बाबु पुरानो ठाउँ छोडेर उता जान नसक्ने जस्ता कठिनाइ आउने भएकाले उनीहरूको सुरक्षामा अप्ठारो पर्ने देखिन्छ । यसका लागि राज्यले ठुलो धन राशि खर्च गर्नुपर्छ, जस्तैः नेपालमा ७० वर्ष माथिकाले पाउने मासिक भत्ता लिनेको सङ्ख्या एक पछि अर्को वर्ष द्रुतगतिले बढ्दो छ भने राज्यको आर्थिक भार पनि बढ्दै जान्छ ।

(ङ) स्वास्थ्य सेवा र उपचार : जन्म दर बढी भएर बाल बहुल जनसङ्ख्या हुँदा देशको स्वास्थ्य सेवा र उपचारका व्यवस्था पनि महिला र बालबालिका लक्षित हुन्छन् । जनसङ्ख्यामा ज्येष्ठ नागरिकको आकार बढ्दै गएपछि राज्यले स्वास्थ्य सेवा पनि ज्येष्ठ नागरिक लक्षित र मैत्री बनाउनुपर्ने हुन्छ । ज्येष्ठ नागरिक बहु रोगले ग्रसित हुने भएकाले (जस्तै : दम, प्रेसर, मधुमेह, बाथ, मुटुको समस्या आदि) उनीहरूको उपचार खर्च पनि महँगो हुन्छ ।

(च) जनसाङ्ख्यिक सबाल : ज्येष्ठ नागरिकको बढ्दो आकारले कुनै पनि मुलुकको जनसङ्ख्याको उमेरगत संरचना बाल बहुलबाट युवा बहुल हुदै बृद्ध बहुल हुन थालेको जनाउँछ । जन्मदर र मृत्यु दर दुवै उल्लेख्य तवरले घटेको हुनाले राज्यले पहिले लिँदै आएको जन्म दर घटाउने नीतिको सट्टा बढ्दो ज्येष्ठ नागरिक व्यवस्थापनको नीति अपनाउनुपर्ने हुन्छ ।

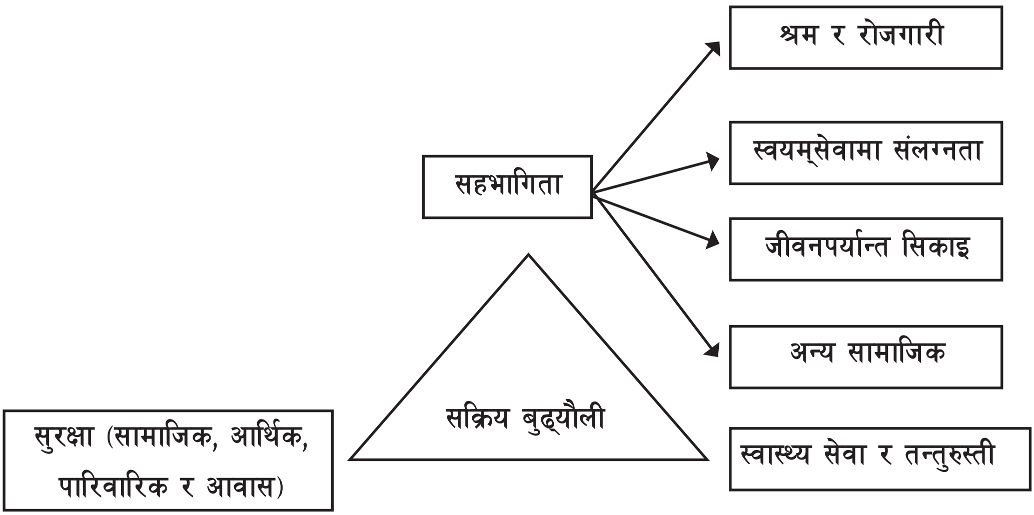
(छ) परिवारको बनोटमा आउने परिवर्तन र अन्तर पुस्ता सम्बन्ध : परिवार प्रायः बृद्धबृद्धाको हुन थाल्छ । नाति नातिना र हजुरबा हजुरआमाका बिच चिनजान नहुने र अगिल्लो पुस्ताको अनुभव, ज्ञान र सिप पछिल्लो पुस्तामा सर्ने सम्भावना कम हुदै जान्छ ।

६.३.६ ज्येष्ठ नागरिकको व्यवस्थापन

ज्येष्ठ नागरिकको व्यवस्थापन परिवार, समाज र राज्य तीन पक्षको संयोजनबाट गर्न सकिन्छ । परिवार सबै उमेरकाको बनाउन सकेको खण्डमा ज्येष्ठ नागरिकको प्राकृतिक रूपमा सजिलै व्यवस्थापन हुन्छ । तीन पुस्ता एकै पटक एउटा परिवारमा हासीखुसी रहन सक्छन् । नयाँ पुस्ताले पुराना पुस्ताबाट अनुभव र आफ्ना कला संस्कृति र परंम्पराका बारेमा सिक्छन् भने पुराना पुस्ताले पनि नयाँ पुस्ताबाट नयाँ नयाँ ज्ञान सिप र प्रविधि सिक्ने छन् ।

समाजले ज्येष्ठ नागरिकको व्यवस्थापनका लागि उनीहरूको गतिविधिलाई सामूहिक बनाउन सकेको खण्डमा एक्लो पन हट्ने, अन्तरक्रिया बढ्ने जस्ता कार्य बृद्ध बृद्धाको हितमा हुने देखिन्छ । राज्यले पनि बृद्धबृद्धाका

लागि सामाजिक सुरक्षामा जोड दिन अवश्यक देखिन्छ । अझ ज्येष्ठ नागरिकको सही व्यवस्थापन भनेको अन्तिम अवस्थासम्म सक्रिय जीवनको प्रवर्धन हो । जसका लागि निम्नअनुसारको तीन खम्बे रणनीति अवलम्बन गर्नु आवश्यक देखिन्छ । यसो गर्नाले उनीहरूलाई परिवार, समाज र देश विकासका गतिविधिमा सक्रिय सहभागी गराउन सकिने र सक्रिय बुढ्यौलीलाई प्रोत्साहन गर्न सकिने देखिन्छ ।



स्रोत : जुआनजुआन एस, २०१५

यो एकाइमा हामीले परिवार जीवन शिक्षाभित्र पर्ने तीन पक्षका बारेमा सैद्धान्तिक र व्यावहारिक छलफल गरी जानकारी लिने प्रयास गर्‍यौँ । परिवार के हो, जीवन के हो र पारिवारिक जीवनका हरेक क्षणमा हामीले कसरी शिक्षारुपी व्यावहारिक ज्ञान र अनुभव आर्जन गरिरहेका हुन्छौँ भनेर पाठको सुरुआत गर्‍यौँ । बढ्दो ज्येष्ठ नागरिकको सबाललाई कसरी व्यवस्थापन गर्ने भन्ने प्रस्तुतिका साथ पाठको अन्त्य गरिएको छ । विवाह कुनै पनि व्यक्तिको पारिवारिक जीवन सुरु गर्ने पहिलो संस्थागत प्रयास हो । यसैले मानिसलाई यौन चाहना तृप्त गर्न, सन्तान जन्माउन, र हाड नातामा नपर्ने महिला र पुरुषका बिचको सहबासलाई सामाजिक, धार्मिक र सांस्कृतिक अनि कानुनीआधार दिन्छ । प्रथाका हिसाबले हाम्रो समाजमा एकल पति पत्नी, बहु पत्नी र बहु पति गरी तीन खाले विवाह हुने चलन थियो । तर आज आएर संवैधानिक र कानुनी रूपले नै बहु पत्नी र बहु पति प्रथालाई बन्देज गरेको छ । तथापि आजका दिनमा आएर धेरै खाले चलनका आधारमा गरिने विवाह जस्तैः सुपारी वा गछ्नुने विवाह, जुहारी विवाह, भाउजू व्यहोर्ने विवाह आदिलाई कानुनले पुर्णत : रोक लगाएको छ ।

नेपालमा बाल विवाहलाई अझै देशको समग्र विकासको नकारात्मक सूचकका रूपमा लिइन्छ । विभिन्न सामाजिक, आर्थिक, पारिवारिक र शैक्षिक कारणले यसलाई हटाउन सकिएको छैन । देशमा पहिला पहिलाको

समयमा अनमेल विवाह प्राय: सामान्य थियो । जुनसुकै उमेरका पुरुषसँग सानै उमेरका बालिकाको विवाह गर्ने चलन थियो । यो चलनलाई आज आएर कानुनले नै रोक लगाएको छ । तर पनि समाजबाट निर्मूल भने हुन सकेको छैन । ढिलो विवाह गर्ने चलन पहिला पहिला नगन्यनै थियो । तर अबका दिनमा शिक्षित र बाहिरी पेसा व्यवसायमा लागेका व्यक्तिमा ढिलो विवाह गर्ने चलन बढ्दै गएको पाइन्छ । पैंतिस वर्षको उमेरपछिको विवाहले मातृ मृत्यु र शिशु मृत्युको दरमा असर गर्ने भएकाले सो उमेरभन्दा अगाडिनै विवाह गरी सन्तान जन्माउने गर्दा आमा र बच्चा दुवैको कल्याण हुने तथ्यहरू अध्ययनले देखाएका छन् ।

विवाह गरेर श्रीमान् श्रीमतीसँगै बसेर गर्भ रोक्ने कुनै उपाय नगरी सक्रिय यौन जीवनयापन गर्दा एक वर्ष वा सोभन्दा बढी समयमा पनि श्रीमतीले गर्भधारण गरिनन् वा रहेको गर्भबाट जीवित जन्म हुन सकेन भने सो दम्पतीलाई निसन्तानताको लक्ष्यण भएको मान्ने भनेर परिभाषित गरिएको छ । यो दुई प्रकारको हुन्छ, पहिलो हो प्राथमिक गर्भधारण हुदै नहुनु वा रहेको गर्भ जीवित जन्मन नसक्नु र दोस्रो हो, एकपटक गर्भधारण गरेर सन्तान जन्माएपछि फेरि गर्भधारण गर्न र सन्तान जन्माउन नसक्ने अवस्था हो । निसन्तानताको कारण महिलामा मात्र थोपर्ने परम्परागत चलनलाई गलत साबित गर्दै अध्ययनले महिला र पुरुष दुवैलाई बराबरीको भागिदार देखाएका छन् । निसन्तानताको पूर्ण निराकरण नहुने भने तापनि महिला र पुरुष दुवैले केही शारीरिक नियम पालना गर्ने, खानपिनमा ध्यान दिने र वातावरणीय जोखिममा कम पर्नाले निसन्तानताका लक्ष्यणलाई घटाउन सकिन्छ ।

बिसौं शताब्दीको मध्यबाट विकसित र एक्काइसौं शताब्दीको सुरुबाट विकासोन्मुख मुलुकमा देखिएको ज्येष्ठ नागरिकको बढ्दो आकारले अबका दिनमा उनीहरूको व्यवस्थापनमा ध्यान दिन परिवार, समाज र राज्य सबैको ध्यानाकर्षण गरेको छ ।

अभ्यास

१.	तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क)	परिवार कसरी बन्दछ ?

(ख)	परिवार कति प्रकारका हुन्छन् ?

(ग)	अनमेल विवाह भनेको के हो ?

(घ)	निसन्तानता भनेको के हो ?

(ङ)	ज्येष्ठ नागरिक कसलाई मानेको छ ?

(च)	ज्येष्ठ नागरिकको चासो विकसित र विकासोन्मुख मुलुकमा कहिलेबाट देखिन थाल्यो ?

(छ)	ज्येष्ठ नागरिकका जनसाङ्ख्यिक निर्धारकहरू के के हुन् ?

२. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) कुन कुन प्रथाअनुसारका विवाहलाई कानुनले बन्देज लगाएको छ ?

(ख) दर्ता वा अदालती विवाह भनेको के हो र यो कसरी गरिन्छ ?

(ग) हालको देशको कानुनी व्यवस्थाले विवाहको उमेर कति वर्ष तोकेको छ ? के यो केटा केटी दुवैलाई एकै हो ?

(घ) ज्येष्ठ नागरिकका जनसाङ्ख्यिक निर्धारक के के हुन् ?

(ङ) ज्येष्ठ नागरिकको विश्वमा सन् २१०० सम्ममा हुने वृद्धिका बारेमा तपाईंको बुझाइ प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

(च) निसन्तानताका पुरुष र महिलासँग सम्बन्धित कारणहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

(छ) सक्रिय बुढेसकालका लागि तीन खम्बे नीति भनेको के हो र यसमा के के कुरा समेट्न सकिन्छ ?

३. तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) समाजबाट बालविवाह के कस्ता कारणले हट्न नसकेको होला ?

(ख) बाल विवाहका के कस्ता नकारात्मक असरहरू हुन सक्छन् ? छलफल गर्नुहोस् ।

(ग) विवाह दर्ता नगर्दा हुन्छ कि हुदैन र दर्ता गर्न के गर्नुपर्छ प्रक्रियागत तवरले प्रस्ट्याउनुहोस् ।

(घ) डाक्टर वा चिकित्सकको सहयोगमा गरिने निसन्तानताको उपचार वा व्यवस्थापनका बारेमा टिप्पणी लेख्नुहोस्

(ङ) तालिका ६.३ को विश्लेषण गरेर ज्येष्ठ नागरिकको समस्या बढी भएका र कम भएका महादेश र मुलुक छुट्याउनुहोस् र सोका कारणको खोजी गर्नुहोस् ।

(च) ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी राष्ट्रिय नीति तथा कार्यक्रम के के छन् ? विशेषतासहित छलफल गर्नुहोस् ।

(छ) ज्येष्ठ नागरिकसम्बन्धी अन्तर्राष्ट्रिय नीति, कार्यक्रम र कार्य योजनाका बारेमा २०० देखि २५० शब्दको निबन्ध लेख्नुहोस् ।

४. परियोजना कार्य

१. तलको ढाँचाका आधारमा प्रत्येक विद्यार्थीले आफ्नो छरछिमेकका १०/१० घरमा गई सो घरका सबै सदस्यको लिङ्गगत र उमेरगत तथ्याङ्क सङ्कलन गरी कक्षामा प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

क्र.सं.	नाम (घरमुलीबाट सुरु गर्ने, त्यसपछि उनकी श्रीमती वा श्रीमान्, जेठो छोरा छारी गरी क्रमशः कान्छोमा जाने)	लिङ्ग महिला ....१ पुरुष ....२ अन्य ३	उमेर पूरा गरेको वर्षमा लेख्ने, यदि एक वर्ष पनि नपुगेको भए ०० लेख्ने
१.			
२.			
३.			
४.			
५.			

२. सबै विद्यार्थीले सङ्कलन गरेर ल्याएको फारम जम्मा गरेर तलका उमेर र लिङ्गअनुसारका मानिसको सङ्ख्या गणना गर्नुहोस् ।

उमेर समूह	पुरुष	महिला	अन्य	जम्मा
०-१४ वर्ष				
१५-५९ वर्ष				
६० वर्षभन्दा माथि				
६५ वर्षभन्दा माथि				
८० वर्षमाथि				
जम्मा				

३. प्रश्न न. २ मा गणना गरिएका सङ्ख्याका आधारमा तलका जनसङ्ख्याको उमेर मूल्याङ्कन गर्ने सूचक तयार गर्नुहोस्

- बाल आश्रित अनुपात (प्रति १०० १५-५९ वर्षका काम गर्ने उमेरका मानिसमा ०-१४ वर्षका बालबालिकाको सङ्ख्या)
- बृद्धा आश्रित अनुपात (प्रति १०० १५-५९ वर्षका काम गर्ने उमेरका मानिसमा ६० वर्ष माथिकाको सङ्ख्या)
- कुल जनसङ्ख्यामा ६० वर्षमाथिका मानिसको प्रतिशत (महिला, पुरुष, जम्मा)
- कुल जनसङ्ख्यामा ६५ वर्षमाथिका मानिसको प्रतिशत (महिला, पुरुष, जम्मा)
- कुल जनसङ्ख्यामा ८० वर्षमाथिका मानिसको प्रतिशत (महिला, पुरुष, जम्मा)
- महिला, पुरुष र कुल जनसङ्ख्याको मध्यम उमेर पत्ता लगाउनुहोस् ।

४. प्र.न. ३ बाट आएको रिजल्टका आधारमा सो समुदायमा ज्येष्ठ नागरिकको अवस्था कस्तो रहेछ छलफल गर्नुहोस् र सारांश तयार गरी प्रस्तुत गर्नुहोस् ।

एकाइ
७

जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका स्रोतहरू
(Source of Population Data)

जनसङ्ख्याका विविध पक्षहरू जन्म, मृत्यु, विवाह तथा बसाइँसराइसम्बन्धी जानकारी दिने तथ्य र तथ्याङ्कहरू जनसाङ्ख्यिक तथ्याङ्कहरू हुन् । जनसङ्ख्यासम्बन्धी अध्ययन र अनुसन्धानहरू तथा नीति निर्माणका विविध पक्षहरू जनसाङ्ख्यिक तथ्याङ्कहरूमा निर्भर हुन्छन् । जनसाङ्ख्यिक तथ्याङ्कको अभावमा जनसङ्ख्यासम्बन्धी अध्ययन, व्याख्या तथा विश्लेषण नै प्राय: असम्भव हुन्छन् । त्यसैले जनसाङ्ख्यिक तथ्याङ्कका विभिन्न स्रोतहरूको व्याख्या निम्नानुसार गरिएको छ ।

७.१ जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका स्रोतहरू (Source of Population Data)

जनसङ्ख्यासम्बन्धी विविध पक्षहरू जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइँसराइ, उमेर, लिङ्ग, वैवाहिक स्थिति आदिका बारेमा जानकारी दिने तथ्य र तथ्याङ्कहरूलाई जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका स्रोतहरू भनिन्छ । मानव जनसङ्ख्याको विविध पक्षका बारेमा जानकारी उपलब्ध गराउने सूचकहरूलाई जनसङ्ख्या तथ्याङ्क भनिन्छ । जनसाङ्ख्यिकी पक्षको विश्लेषणका लागि जनसङ्ख्या सम्बन्धित सही तथ्याङ्कको आवश्यकता पर्दछ । कुनै पनि देशको जनसाङ्ख्यिक, आर्थिक, सामाजिक, राजनीतिक तथा भौतिक विकासका उपयुक्त नीति तथा कार्यक्रम तर्जुमा गर्न पनि जनसङ्ख्या तथ्याङ्कको आवश्यकता हुन्छ । तथ्याङ्कका स्रोतहरू आधिकारिक तथा विश्वासिलो हुन आवश्यक पर्दछ । जनसङ्ख्यासम्बन्धी तथ्याङ्क प्राप्त गर्ने स्रोतहरूलाई दुई भागमा विभाजन गरिएको छ :

जनसाङ्ख्यिक तथ्याङ्क सङ्कलनका स्रोतहरू

(क) प्राथमिक स्रोत (Primary source)
(ख) द्वितीय स्रोत (Secondary source)

(क) प्राथमिक स्रोत (Primary source)

कुनै पनि व्यक्ति, सङ्घसंस्था वा निकायको प्रत्यक्ष संलग्नतामा सङ्कलन गरेका तथ्याङ्कलाई प्राथमिक तथ्याङ्क भनिन्छ । यस प्रकारका तथ्याङ्क सङ्कलन गर्ने स्रोतलाई प्राथमिक तथ्याङ्कका स्रोत भनिन्छ । जनगणना, नमुना सर्वेक्षण, पञ्जीकरण प्रणाली, प्रशासकीय लगत आदि जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका प्राथमिक स्रोत हुन् ।

(ख) द्वितीय स्रोत (Secondary source)

कुनै पनि व्यक्ति सङ्घसंस्था वा निकायले प्रत्यक्ष सङ्कलन नगरी अन्य स्रोतबाट लिएका तथ्याङ्कलाई द्वितीय तथ्याङ्क भनिन्छ । यस प्रकारका तथ्याङ्क सङ्कलन गर्ने स्रोतलाई द्वितीय तथ्याङ्कका स्रोत भनिन्छ ।

पाठ्यपुस्तक, पत्रपत्रिका, स्रोत पुस्तक, वार्षिक जनसङ्ख्या प्रतिवेदन, अनुसन्धान प्रतिवेदन, अन्तर्राष्ट्रिय प्रकाशन आदि जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका द्वितीय स्रोत हुन् ।

७.२ जनगणना (Census)

जनगणना अङ्ग्रेजी शब्द सेन्सस (Census) को नेपाली रूपान्तरण हो । सेन्सस (Census) शब्द को उत्पत्ति ल्याटिन (Latin) भाषाको सेन्सर (Censere) शब्दबाट भएको हो । जसको अर्थ मूल्य (value) वा कर (tax) हुन्छ । तसर्थ जनगणनाको इतिहासलाई हेर्दा प्राचीन समयमा कर तिर्ने वा सैनिक सेवामा भर्ती गर्न सीमित व्यक्तिहरूको गणना गर्ने गरिन्थ्यो । आधुनिक समयमा कुनै निश्चित भूभाग वा देशभित्र बसोवास गर्ने सम्पूर्ण व्यक्तिहरूको गणना गरिन्छ ।

कुनै निश्चित समयमा देशभरिका सबै घरदैलोमा एकै समयमा पुगी परिवार तथा परिवारका प्रत्येक व्यक्तिका सम्बन्धमा विभिन्न जनसाङ्ख्यिक, सामाजिक, आर्थिक विवरणहरू सङ्कलन गर्ने समष्टिगत प्रक्रियालाई जनगणना भनिन्छ ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घका अनुसार "कुनै देश वा भूभागमा बसोवास गरेका सम्पूर्ण मानिसहरूको जनसाङ्ख्यिक, आर्थिक र सामाजिक विवरणहरू सङ्कलन गर्ने, सङ्गठित गर्ने, मूल्याङ्कन गर्ने, विश्लेषण गर्ने र प्रकाशित गर्ने सम्पूर्ण प्रक्रिया हो ।"

(A population **census** is the total process of collecting, compiling, evaluating, analysing and publishing, all demographic, economic and social data pertaining, at a specified time, to all persons in a country or in a well delimited part of a country.)

माथिको परिभाषाअनुसार जनगणना भन्नाले टाउकोको मात्र गणना नभएर व्यक्तिसँग सम्बन्धित अन्य महत्त्वपूर्ण स्थानीयहरू सङ्कलन गरिन्छ । हाम्रो देशमा हरेक १० वर्षमा जनगणना गरिन्छ ।

७.२.१ जनगणनाको ऐतिहासिक विकासक्रम (Historical Development of Census)

जनगणनाको इतिहासतर्फ अध्ययन गर्दा प्राचीन जनगणनाको सङ्केत बाइबलमासमेत देखिएको छ । बाइबलमा उल्लेख भएअनुसार पहिलो जनगणना मोसेस (Moses) ले ई. पु. १४१९ र किङ्स डेभिड (King David) ले ई. पु. १०१७ मा गराएका थिए । त्यस्तै ई.पू. ३८०० मा बेबिलोनिया, ई.पू. २५०० मा मिश्रमा प्राचीन जनगणना भएको पाइन्छ । वैज्ञानिक जनगणनाको सुरुआत १७ औँ र १८ औँ शताब्दीमा भएको पाइन्छ । सन् १६६५ देखि १७५४ सम्म New France (Quebec) / Acadia (Nova Scotia) मा १६ ओटा जनगणना सम्पन्न भएको पाइन्छ । सन् १७४२ मा जर्मनमा जनगणना भएको पाइन्छ । सन् १७४९ मा स्विडेन र सन् १७७० मा इटलीमा पहिलो पटक जनगणना भएको पाइन्छ । सन् १७८७ मा डेनमार्कले पहिलो पटक जनगणना गरेको थियो । त्यसपछि सन् १७९० मा अमेरिका, सन् १८०१ मा बेलायत, सन् १८७२ मा भारतले

जनगणना अपनाएका थिए । नेपालको सन्दर्भमा वि.सं. १९६८ बाट जनगणना लिन सुरु गरिएको थियो । तर वैज्ञानिक र व्यवस्थित रूपले जनगणना लिने कार्य भने वि.सं. २००९/११ बाट सुरु भयो । वि.सं. २०६८ मा नेपालमा ११ औँ जनगणना सम्पन्न भएको छ । आज पनि कतिपय देशहरू जस्तै: अफगानिस्तान, इथियोपिया, लाओस, भियतनाम, यमन, भुटान आदि देशहरूमा जनगणना गरिएको छैन । जनगणना लिने कार्यमा संयुक्त राष्ट्रसङ्घले पनि महत्त्वपूर्ण योगदान दिँदै आएको छ, साथै सम्पूर्ण सदस्य राष्ट्रहरूको जनगणनामा पनि एकरूपता ल्याउने प्रयास गर्दैछ ।

७.२.२ जनगणनाका विधि (Method of Census)

सामान्यतया जनगणना लिने तीनओटा विधिहरू प्रचलनमा छन् । ती विधिहरूका बारेमा तल उल्लेख गरिएको छ :

(क) वास्तविक उपस्थिति विधि (De-facto method)

(ख) स्थायी बसोबास विधि (Dejure method)

(ग) संशोधित स्थायी बसोबास विधि (Modified dejure method)

(क) वास्तविक उपस्थिति विधि (De-facto method)

कुनै व्यक्ति वास्तविक रूपमा जुन ठाउँमा उपस्थित छ, त्यही गणना गर्ने विधिलाई वास्तविक उपस्थिति विधि भनिन्छ । जनगणनाका लागि एउटा दिन तोकिन्छ । साधारणतया रातको समयमा सबैलाई घरमा भेटिने हुनाले पुरै देशभर सूचना प्रवाह गरी सबै व्यक्तिहरूलाई घरमा बस्न अनुरोध गरी रातको समयमा गणना गरिन्छ । एक रातमा गणना गरिसक्ने हुनाले यसलाई एकराते गणना (One night enumeration) भनिन्छ । यस विधिबाट प्राप्त जनसङ्ख्यालाई वास्तविक जनसङ्ख्या (Defacto population) भनिन्छ ।

(ख) स्थायी बसोबास विधि (Dejure method)

मानिसहरू स्थायी रूपमा बसोबास गर्ने स्थानका आधारमा गणना गर्ने विधिलाई स्थायी बसोबास विधि भनिन्छ । जनगणना गर्नका लागि दुई वा तीन हप्ताको अवधि तोकिन्छ । गणना भइरहेको स्थान वा घरमा अस्थायी रूपमा बसोबास गरिरहेका व्यक्तिहरूको गणना गरिँदैन । एक निश्चित समयावधिमा सम्पन्न गरिने भएकाले यसलाई आवधिक गणना (Periodic enumeration) पनि भनिन्छ । यस विधिबाट प्राप्त जनसङ्ख्यालाई स्थायी जनसङ्ख्या (De-Jure Population) भनिन्छ ।

(ग) संशोधित स्थायी बसोवास विधि (Modified dejure method)

मानिसहरूको गणना बसोवास गरेको स्थान (Usual place of residence) का आधारमा गणना गरिने विधिलाई संशोधित स्थायी बसोबास विधि भनिन्छ । स्थायी बसोबास विधिमा रहेका कमी

कमजोरीलाई ध्यानमा राखी संसोधित स्थायी विधिद्वारा लिने चलन छ । नेपालमा सन् २०११ को जनगणना कोही नछुटौं, कोही नदोहोरिऔं भन्ने नाराका साथ यस विधिबाट गरिएको थियो ।

७.२.३ जनगणनामा समेटिने सूचनाहरू (Coverage information in Census)

संयुक्त राष्ट्र सङ्घले सिफारिस गरेको जनगणनामा संलग्न गर्नुपर्ने सूचनाहरूको सूची यस प्रकार उल्लेख गरिएको छ :

(क) भौगोलिक विशेषताहरू (Geographical Characteristics)

यसअन्तर्गत निम्नलिखित सूचनाहरू सङ्कलन गरिन्छ :

(अ) अक्सर बसोबासको स्थान

(आ) जन्मस्थान

(इ) हाल बसिरहेको ठाउँको बसाइँसराइ अवधि

(ई) काम गर्ने ठाउँ पर्दछ ।

(ख) व्यक्तिगत र पारिवारिक विशेषता (Personal and Household Characteristics)

यसअन्तर्गत निम्नलिखित सूचनाहरू सङ्कलन गरिन्छ :

(अ) उमेर (आ) लिङ्ग

(इ) घरमुलीसँगको नाता (ई) वैवाहिक स्थिति

(उ) हालसम्मको कुल जीवित जन्म, (ऊ) हाल जीवित बच्चाहरूको सङ्ख्या,

(ऋ) साक्षरता (ए) शैक्षिक योग्यता

(ऐ) भाषा (ओ) जाति

(औ) नागरिकता (अं) धर्म

(ग) आर्थिक विशेषता (Economic Characteristics)

यसअन्तर्गत निम्नलिखित स्थानीयहरू सङ्कलन गरिन्छ :

(अ) पेसा/व्यवसाय (आ) उद्योग

(इ) रोजगारीको स्थिति (ई) जीवन निर्वाहको स्रोत

७.२.४ जनगणनाका विशेषता, फाइदा र बेफाइदाहरू (Characteristics, Advantages and Disadvantages of Census)

जनगणनाका विशेषता, फाइदा र बेफाइदालाई तल उल्लेख गरिएको छ :

(क) जनगणनाका विशेषताहरू (Features of Census)

(अ) जनगणनामा देशका सम्पूर्ण नागरिकहरूको जनसङ्ख्यिक, आर्थिक, सामाजिक पक्षका स्थानीयहरू सङ्कलन गरिन्छ ।

(आ) जनगणना निश्चित समयावधिभित्र एकैसाथ सम्पन्न गरिन्छ ।

(इ) जनगणना नियमित रूपले निश्चित समयान्तरमा गरिन्छ । सामान्यतया १० वर्षको अन्तरालमा गरिन्छ ।

(ई) जनगणनामा उत्तरदातासँग प्रत्यक्ष रूपमा प्रश्न सोधेर प्रश्नावली भरिन्छ ।

(उ) जनगणनामा मुख्यतया वास्तविक उपस्थिति विधि (Defacto method) र स्थायी बसोबास विधि (Dejure method) प्रयोग गरिन्छ ।

(ऊ) जनगणना लिने जिम्मेवारी सरकारको हुन्छ ।

(ऋ) जनगणनामा तथ्याङ्क सङ्कलनका लागि गणकहरूलाई (Enumerator) परिचालन गरिन्छ ।

(ख) जनगणनाका फाइदाहरू (Advantages of Census)

(अ) जनसङ्ख्याको आकार तथा वितरणसम्बन्धी भरपर्दो तथ्याङ्क प्राप्त हुन्छ ।

(आ) देशको आर्थिक क्रियाकलाप र औद्योगिक स्तरको बारेमा जानकारी प्राप्त हुन्छ ।

(इ) विकासका कार्यक्रमहरूको योजना तर्जुमा गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ ।

(ई) देशलाई विभिन्न प्रशासनिक एकाइहरूमा विभाजन गर्न सघाउँछ ।

(उ) विभिन्न देशको जनसाङ्ख्यिक अवस्थासँग तुलना गर्न सकिन्छ ।

(ग) जनगणनाका बेफाइदाहरू (Disadvantages of Census)

(अ) जनगणना गर्न धेरै खर्च लाग्छ ।

(आ) जनगणनाबाट सङ्कलित तथ्याङ्क प्रकाशित हुन लामो समय लाग्छ ।

(इ) दक्ष जनशक्तिको अभावमा तथ्याङ्कको विश्वासनीयता कम हुन्छ ।

(ई) दुई जनगणनाका बिचमा तथ्याङ्कको अभाव हुन जान्छ ।

(उ) जनगणनामा छुट्ने र दोहोरिने सम्भावना रहन्छ ।

(ऊ) तत्कालिन समयमा योजना बनाउन यसको स्थानीय उपयोगी हुँदैन ।

क्रियाकलाप

विद्यार्थीहरूलाई पाँच समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई निम्नलिखित विषयवस्तुका बारेमा समूह कार्य गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूले समूह कार्य गरिसकेपछि अर्को दिन कक्षाकोठामा पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

(क) जनगणनाको परिचय

(ख) जनगणनाको ऐतिहासिक विकास क्रम

(ग) जनगणनाका विधि

(घ) जनगणनामा समेटिने स्थानीयहरू

(ङ) जनगणनाको विशेषता, फाइदा र बेफाइदाहरू

७.३ नमुना सर्वेक्षण (Sample Survey)

जनसङ्ख्यासम्बन्धी तथ्याङ्कका स्रोतहरूमध्ये नमुना सर्वेक्षण एउटा महत्त्वपूर्ण स्रोत हो । नमुना सर्वेक्षणमा कुनै पनि ठाउँको सम्पूर्ण जनसङ्ख्या वा घरपरिवारको तथ्याङ्क सङ्कलन नगरी नमुनाका रूपमा छानिएका घरपरिवारको मात्र तथ्याङ्क सङ्कलन गरिन्छ । उदाहरणका लागि हामीले एउटा बोराबाट एक मुठी चामल निकालेर हेरी उक्त बोराका सम्पूर्ण चामलको गुणका बारेमा बताउनु नमुना सर्वेक्षण हो । त्यसैगरी एउटा भान्सेले भातको भाँडाबाट केही भात निकालेर त्यसलाई औँलाले मिचेर पाके नपाकेको छामेर सम्पूर्ण भात पाके नपाकेको यकिन गर्नु पनि नमुना सर्वेक्षण हो । हाम्रो दैनिक जीवनमा यस्ता धेरै नमुना सर्वेक्षणहरू भइरहेका छन् ।

सम्पूर्ण जनसङ्ख्यामध्येबाट नमुनाका रूपमा केही जनसङ्ख्या वा घरपरिवारलाई मात्र छानेर विशेष उद्देश्य पूर्तिका लागि तिनीहरूको मात्र विवरण सङ्कलन गर्ने अनि तिनका विशेषताहरूलाई पुरै जनसङ्ख्याका विशेषताका रूपमा प्रस्तुत गर्ने कार्यलाई नमुना सर्वेक्षण भनिन्छ । अर्को शब्दमा कुनै निश्चित नमुना जनसङ्ख्याको जनसाङ्ख्यिक, आर्थिक, सामाजिक पक्षसँग सम्बन्धित तथ्याङ्क सङ्कलन गर्ने, सङ्गठन गर्ने, मूल्याङ्कन गर्ने र प्रकाशन गर्ने सम्मका सम्पूर्ण प्रक्रियालाई नमुना सर्वेक्षण भनिन्छ । एउटा वैज्ञानिक नमुना सर्वेक्षणको आकार उक्त सर्वेक्षणमा लक्षित जनसङ्ख्याको सही प्रतिनिधित्व गर्ने खालको हुनुपर्छ ।

७.३.१ नमुना सर्वेक्षणको ऐतिहासिक विकासक्रम (Historical Development of Sample Survey)

नमुना सर्वेक्षणको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि हेर्दा Charles Booth ले १९ औँ शताब्दीको उत्तरार्धमा B.W. Rowntree ले २० औँ शताब्दीको सुरुमा गरेका थिए, जुन सन् १९५० पश्चात् कव्यापक प्रयोग हुन

थाल्यो । सन् १९५६ मा Prenceton university ले जनसङ्ख्यासम्बन्धी ज्ञान, सिप र अभिवृत्तिमा आधारित विश्वभर लगभग ४०० जति सर्वेक्षण गरेको थियो । नेपालमा सन् १९६६ देखि नमुना सर्वेक्षणको सुरुआत भएको पाइन्छ । तिनीहरूमध्ये केही नमुना सर्वेक्षणहरूमा राष्ट्रिय स्वास्थ्य सर्वेक्षण (NHS) १९६६, परिवार नियोजनका साधनको प्रयोगसम्बन्धी सर्वेक्षण (NCPS) १९८१, बसाइँसराइ, रोजगार, जन्म, मृत्यु तथा परिवार नियोजनका साधनहरूको प्रयोगसम्बन्धी सर्वेक्षण (MEBDC) १९९६-२०००, नेपाल जनसाङ्ख्यिक तथा स्वास्थ्य सर्वेक्षण (NDHS) २००१, २००६, २०११, २०१६ रहेका हुन् । त्यसैगरी केन्द्रीय तथ्याङ्क विभागलगायत विभिन्न सङ्घसंस्थाहरूले जनसङ्ख्यासम्बन्धी नमुना सर्वेक्षण गर्ने गरेका छन् ।

७.३.२ नमुना सर्वेक्षणका प्रकार (Types of Sample Survey)

सामान्यतया नमुना सर्वेक्षण दुई प्रकारबाट लिन सकिन्छ :

(क) नियमित रूपमा लिइने नमुना सर्वेक्षण (Longitudinal Sample Survey): यो सर्वेक्षणलाई Multi round वा Time series survey पनि भनिन्छ । यो सर्वेक्षण निश्चित समयको अन्तरालमा पटक-पटक गरिन्छ । अध्ययन गर्न लागेका विषयवस्तुमा समयको परिवर्तनसँगै कस्ता परिवर्तनहरू आए भन्ने कुरा थाहा पाउन यस्तो सर्वेक्षण गरिन्छ । यो सर्वेक्षणमा पहिलो पटक जुन जुन घर परिवार समावेश गरिएको हुन्छ केही समयपश्चात् पुनः तिनै वा त्यस्तै घर परिवारमा गई तथ्याङ्क सङ्कलन गरिन्छ । यसबाट दुई सर्वेक्षण समयको अन्तरमा जनसाङ्ख्यिक र अन्य पक्षमा कस्ता परिवर्तन आए थाहा पाउन सकिन्छ ।

(ख) आवधिक रूपमा लिइने नमुना सर्वेक्षण (Cross Sectional Sample Survey): कुनै निश्चित समयमा एकमात्र सर्वेक्षण गरी त्यसबाट प्राप्त स्थानीयका आधारमा तथ्याङ्कको विश्लेषण गरिन्छ । यसलाई Single Round Survey भनिन्छ । यो सर्वेक्षण एक पटकमात्र लिइन्छ । पुनः अर्को पटक त्यही घरपरिवारको सर्वेक्षण गरिँदैन ।

७.३.२ नमुना सर्वेक्षणका विशेषता, फाइदा र बेफाइदाहरू (Characteristics, Advantages and Disadvantages of Sample Survey)

(क) नमुना सर्वेक्षणका विशेषताहरू (Characteristics of Sample Survey)

(अ) नमुना सर्वेक्षणमा नमुना जनसङ्ख्या छनोट गरी आवश्यक सूचनाहरू सङ्कलन गरिन्छ ।

(आ) नमुना सर्वेक्षण मुख्यतया एकपटक मात्र गरिने नमुना सर्वेक्षण (Single round sample survey) र एकभन्दा बढी पटक गरिने नमुना सर्वेक्षण (Multi round sample survey) गरी दुई किसिमका छन् ।

(इ) दुई जनगणनाका बिचको अवधिको तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न पनि नमुना सर्वेक्षण गरिन्छ । यसबाट दुई जनगणनाबिचको तथ्याङ्क प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

(ई) नमुना सर्वेक्षणमा प्रश्नावलीमा आधारित भएर तथ्याङ्क सङ्कलन गरिन्छ ।

(उ) नमुना सर्वेक्षणमा जनसङ्ख्याको कुनै विशेष पक्षको गहिरो अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

(ऊ) नमुना सर्वेक्षणमा तथ्याङ्क सङ्कलनका लागि तालिम प्राप्त गणकहरू परिचालन गरिन्छ ।

(ख) नमुना सर्वेक्षणका फाइदाहरू (Advantages of Sample Survey)

(अ) थोरै स्रोत र साधनबाट तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न सकिन्छ ।

(आ) जनगणना र पञ्जीकरण नहुने देशमा सजिलै तथ्याङ्क प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

(इ) गुणात्मक तथ्याङ्क प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

(ई) जनसङ्ख्याको कुनै विशेष पक्षको गहिरिएर अध्ययन गर्न सकिन्छ ।

(उ) गुणस्तरीय तथा विश्वासनीय तथ्याङ्क प्राप्त हुन्छ ।

(ऊ) विभिन्न किसिमको योजना तर्जुमा गर्नका लागि सहयोग पुऱ्याउँछ ।

(ग) नमुना सर्वेक्षणका बेफाइदाहरू (Disadvantages of Sample Survey)

(अ) दक्ष जनशक्तिको अभावमा तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न कठिनाइ हुन्छ ।

(आ) विस्तृत प्रश्नावली हुने भएकाले उत्तरदाताले झन्झट मानेर बनावटी उत्तर दिने सम्भावना रहन्छ ।

(इ) नमुना छनोट प्रक्रियामा त्रुटि भएमा गलत नतिजा आउन सक्छ ।

(ई) नमुना जनसङ्ख्या थोरै भएमा पनि नतिजा गलत आउन सक्छ ।

(उ) नमुना सर्वेक्षणबाट केही सीमित तथ्याङ्क मात्र सङ्कलन गर्न सकिन्छ ।

क्रियाकलाप

विद्यार्थीहरूलाई चार समूहमा विभाजन गरी प्रत्येक समूहलाई निम्नलिखित विषयवस्तुका बारेमा समूह कार्य गर्न लगाउनुहोस् । विद्यार्थीहरूले समूहकार्य गरिसकेपछि अर्को दिन कक्षाकोठामा पालैपालो प्रस्तुत गर्न लगाउनुहोस् ।

(क) नमुना सर्वेक्षणको परिचय

(ख) नमुना सर्वेक्षणको ऐतिहासिक विकास क्रम

(ग) नमुना सर्वेक्षणका प्रकार

(घ) नमुना सर्वेक्षणका विशेषता, फाइदा र बेफाइदाहरू

७.४ पञ्जीकरण प्रणाली (Vital Registration System)

पञ्जीकरणलाई जनसङ्ख्या तथ्याङ्कको अर्को प्रमुख स्रोतका रूपमा लिइन्छ । पञ्जीकरण प्रणालीलाई व्यक्तिगत घटना दर्ता प्रणाली र जन्म मृत्यु दर्ता प्रणाली पनि भनिन्छ । व्यक्तिगत घटनाहरूलाई निरन्तर रूपमा व्यवस्थित ढङ्गले स्थानीय पञ्जीकाधिकारीको कार्यालयमा दर्ता गराउने वा अभिलेख राख्ने कार्यलाई पञ्जीकरण प्रणाली भनिन्छ । संयुक्त राष्ट्र सङ्घीय जनसङ्ख्या कोषका अनुसार जीवित जन्म, मृत्यु, विवाह, सम्बन्धविच्छेद, धर्मपुत्र, धर्मपुत्री ग्रहण, पहिचानका घटना, विवाह बदर, कानुनी विच्छेद आदि घटनाहरूलाई कानुनी विधिबाट सङ्कलन गर्ने, सङ्ग्रह गर्ने, अभिलेख राख्ने, प्रस्तुत गर्ने, विवेचना गर्ने कार्य नै पञ्जीकरण हो । नेपालमा गाउँस्तरमा गाउँपालिका सचिवलाई स्थानीय पञ्जीकाधिकारको जिम्मेवारी दिइएको हुन्छ । नेपालमा मुख्यत: जन्म, विवाह, सम्बन्धविच्छेद, बसाइँसराइ र मृत्युका घटना दर्ता गरिन्छ ।

७.४.१ पञ्जीकरण प्रणालीको ऐतिहासिक विकासक्रम (Historical Development of Vital Registration System)

पञ्जीकरण प्रणालीको सुरुआत प्राचीन चीनबाट भएको पाइन्छ । प्राचीन चीनमा जनसङ्ख्यामाथि नियन्त्रण राख्नका लागि दर्ताको प्रथा चलाइएको थियो । चीनबाट दर्ताको प्रचार छिमेकी देशहरूमा हुन गयो । जापानले पनि यसलाई अवलम्बन गऱ्यो । प्राचीन इङ्लेन्डमा चर्चका पादरीहरूले जन्मसंस्कार, मृत्यु संस्कार, विवाह आदि जस्ता काम गर्दा त्यसको अभिलेख राख्दथे । सन् १५३८ मा नर्वेले पञ्जीकरणको सुरुआत गऱ्यो । त्यसै बेलायतको सन् १८३६, भारतले १८६६, अमेरिकाले १९१९ बाट पञ्जीकरणको सुरुआत गरेको थियो । नेपालमा सर्वप्रथम गाउँ पञ्चायत ऐन २०१९ ले जीवनका प्रमुख घटनाहरू दर्ता गर्नुपर्ने कानुनी प्रावधान गरे पनि कार्यक्रमको सुरुवात भएन । वि.सं. २०२१ मा काठमाडौँ जिल्लाका तीनओटा गाउँ पञ्चायतमा पाइलट प्रोजेक्ट सञ्चालन गरी पञ्जीकरण प्रणालीको परीक्षण गरेको थियो । वि.सं. २०३३ सालमा व्यक्तिगत घटना दर्ता गर्ने ऐन २०३३ र घर परिवार ऐन २०३४ लागु गरेपछि वि.सं. २०३४ वैशाखदेखि नियमित रूपमा व्यक्तिगत घटना दर्ता गर्ने कार्य सुरु गरी २०४७ सालसम्म ७५ ओटै जिल्लामा लागु गरियो । हाल जीवनका प्रमुख घटनाहरू गाउँपालिका र नगरपालिकाको वडा कार्यालयहरूमा दर्ता गरिन्छ । नेपालमा जीवनसम्बन्धी घटनाहरू घटेको ३५ दिनभित्र स्थानीय पञ्जीकाधिकारीसमक्ष दर्ता गर्ने प्रावधान छ ।

७.४.२ पञ्जीकरणमा समेटिने सूचनाहरू (Coverage of Information in Vital Registration System)

(क) जन्मसम्बन्धी घटना दर्ता गर्दा निम्नअनुसार सूचनाहरू सङ्कलन गरिन्छन् :-

जन्मेको शिशुको नाम	जन्मेको मिति
उमेर	लिङ्ग
जन्मेको बच्चाको सङ्ख्या	जन्मेको क्रम
बसोबास गरेको ठाउँ	जन्मेको ठाउ
आमाको उमेर	आमा बुबाको नाम
आमा बुबाको शैक्षिक स्थिति	आमा बुबाको व्यवसाय

(ख) मृत्युसम्बन्धी घटना दर्ता गर्दा निम्नअनुसार सूचनाहरू सङ्कलन गरिन्छ :

मृतकको नाम	लिङ्ग
जात	उमेर
मृत्यु भएको ठाउँ	बसोबास गरेको ठाउँ
व्यवसाय	वैवाहिक स्थिति
जन्मेको स्थान	मृत्युको कारण

(ग) विवाहसम्बन्धी घटना दर्ता गर्दा निम्नअनुसार सूचनाहरू सङ्कलन गरिन्छन :

दुलाहाको नाम	दुलहीको नाम
दुलाहाका आमा/बाबुको नाम	दुलहीको आमा/बाबुको नाम
दुलाहाको जात/जाति	दुलहीको जात/जाति
दुलाहाको उमेर	दुलहीको उमेर
दुलाहाको जन्मस्थान	दुलहीको जन्मस्थान
दुलाहाको व्यवसाय वा पेसा	दुलहीको व्यवसाय वा पेसा
दुलाहाको हाल बसोबास गरिरहेको ठाउँ	दुलहीले हाल बसोबास गरिरहेको ठाउँ
दुलाहाको शैक्षिक स्थिति	दुलहीको शैक्षिक स्थिति

(घ) सम्बन्ध विच्छेदका घटना दर्ता गर्दा निम्नअनुसारका सूचनाहरू सङ्कलन गरिन्छन् :-

श्रीमान्को नाम	श्रीमतीको नाम
स्थायी ठेगाना	स्थायी ठेगाना
उमेर	उमेर
शैक्षिक स्थिति	शैक्षिक स्थिति
धर्म	धर्म

जात/जाति	जात जाति
नागरिकता	नागरिकता
मातृभाषा	मातृभाषा
वैवाहिक जीवनमा बिताएको पूरा समयावधि	
वैवाहिक जीवनमा जम्मा जीवित जन्माएका छोराछोरीको सङ्ख्या	
हाल जीवित छोराछोरीको सङ्ख्या	
सम्बन्ध विच्छेदको कारण	

(ङ) बसाइँसराइसम्बन्धी घटना दर्ता गर्दा निम्नअनुसार सूचनाहरू सङ्कलन गरिन्छन् ::

बसाइँसराइ गर्ने व्यक्ति तथा परिवारका सदस्यहरूको नाम	लिङ्ग,
उमेर	जन्मस्थान
ठेगाना	नागरिकता
धर्म,	शैक्षिक स्थिति
मातृभाषा	बसाइँसराइ गरेको स्थान
बसाइँसराइ गरेर गएको ठाउँ	बसाइँसराइ गर्नाका कारण

७.४.३ पञ्जीकरणको महत्त्व (Importance of Vital Registration System)

पञ्जीकरणको महत्त्वलाई तल बुदाँगत रूपमा प्रस्तुत गरिएको छ :

(क) नियमित रूपले जीवनका घटनासम्बन्धी तथ्याङ्क प्राप्त गर्न

(ख) दुई जनगणनाका बिचमा हुने तथ्याङ्कको अभावलाई पूर्ति गर्न

(ग) घटनाले कानुनी मान्यता प्राप्त गर्ने भएकाले कानुनी कार्यमा सहयोग पुऱ्याउन

(घ) जनगणना र नमुना सर्वेक्षणबाट प्राप्त तथ्याङ्कको वैधता र विश्वासनीयता परीक्षण गर्न

(ङ) जनसाङ्ख्यिक विश्लेषणका लागि आवश्यक सूचनाहरू प्राप्त गर्न

(च) देशको नीति तथा कार्यक्रम तर्जुमा गर्न ।

७.४.४ पञ्जीकरणका फाइदा र बेफाइदाहरू (Advantages and Disadvantages of Vital Registration System)

पञ्जीकरणका फाइदा र बेफाइदाहरूलाई तल बुदाँगत रूपमा उल्लेख गरिएको छ :

(क) पञ्जीकरणका फाइदाहरू (Advantages of Vital Registration System)

(अ) जनगणनाको तुलनामा यो विधि कम खर्चिलो हुन्छ ।

(आ) तथ्याङ्क आवश्यक परेको समयमा यसैबाट तत्कालै प्राप्त गर्न सकिन्छ । यसमा जनगणनाको जस्तो लामो समयसम्म कुर्नु पर्दैन ।

(इ) तथ्याङ्कहरू ज्यादै भरपर्दा र विश्वासिला हुन्छन् ।

(ई) यस्ता तथ्याङ्कहरूका आधारमा सरकारलाई विभिन्न योजना सञ्चालन गर्न सजिलो हुन्छ ।

(उ) जीवनमा घटनासम्बन्धी प्रमुख तथ्याङ्क सङ्कलन गरेर राष्ट्रिय योजना आयोगले जन्मदर र मृत्युदर पत्ता लगाउन सक्दछ ।

(ऊ) यस्ता घटनाहरू सरकारी कार्यालयमा दर्ता हुने हुँदा प्रत्येक मानिस कानुनी रूपमा परिपक्क हुन सक्छन् ।

(ऋ) यसबाट व्यक्तिलाई कानुनी प्रमाणपत्र प्राप्त हुने भएकाले कानुनी अधिकार प्राप्त गर्न सहयोग पुग्छ ।

(ख) पञ्जीकरणका बेफाइदाहरू (Disadvantages of Vital Registration System)

(अ) अविकसित र अशिक्षित ठाउँमा सम्पूण घटना दर्ता नहुँदा यसको विश्वसनीयता कमजोर हुन्छ ।

(आ) यस्ता घटना दर्ता गर्नुपर्ने व्यवस्था एवम् अनिवार्यता नहुनाले धेरै मानिसहरूले पञ्जीकरण दर्ता गर्न वास्ता गर्दैनन् ।

(इ) जीवनसम्बन्धी घटनाहरू दर्ता गर्न छुट्टै कार्यालय नहुनाले यो त्यति प्रभावकारी नहुन सक्छ । नेपालको सन्दर्भमा गापा, नपा. र त्यहाँका सचिवलाई यस्ता घटना दर्ता गर्न निर्देशन दिए पनि यो कार्य पनि उनीहरू त्यति रुचाउँदैनन् ।

(ई) जन्म, मृत्यु, विवाह, बसाइँसराइ र सम्बन्धविच्छेदका घटनाहरू मात्र पञ्जीकरणमा दर्ता हुनाले जनसङ्ख्याका अन्य पक्षहरूको तथ्याङ्क प्राप्त गर्न सकिँदैन ।

क्रियाकलाप

तपाईंको विद्यालय रहेको गाउँपालिका/नगरपालिकाको वडा कार्यालयमा विद्यार्थीहरूलाई भ्रमण गर्न लगि यस वर्ष दर्ता भएका प्रमुख घटनाहरूको विवरण सङ्कलन गरी तालिका, स्तम्भचित्र, वृत्त चित्रमा देखाउन लगाउनुहोस् ।

७.५ प्रशासकीय लगत (Administrative Records)

जनसङ्ख्या तथ्याङ्कको अर्को स्रोत प्रकाशकीय लगत पनि एक हो । यसमा विभिन्न कार्यालयहरूको आआफ्नो काम काजमा आवश्यक पर्ने वा उपयोगी तथ्याङ्कहरू सङ्कलन गरी लगत राखिएको हुन्छ । यस कार्यले लगतहरूको पञ्जीकरण र नमुना सर्वेक्षणलाई सघाउ पुऱ्याउँछ । यसलाई आशिंक अभिलेख पनि भनिन्छ ।

मतदाता नामावली, कर्मचारी सङ्घको लगत, नागरिकताको लगत गैरसरकारी कार्यालयमा राखिएको लगत आदि यसका उदाहरण हुन् ।

७.५.१ प्रशासकीय लगतका फाइदा र बेफाइदाहरू (Avantages and Disadvatange of Administrative Records)

प्रशासनीक लगतलाई जनसङ्ख्या तथ्याङ्कको महत्त्वपूर्ण स्रोत मानिन्छ । प्रशासनीक लगतका फाइदा र बेफाइदाहरूलाई तल उल्लेख गरिएको छ :

(क) प्रशासकीय लगतका फाइदाहरू (Advantages of Administrative Records)

(अ) न्यून लागत र थोरै समयमा सूचनाहरू सङ्कलन गर्न सकिन्छ ।

(आ) विभिन्न क्षेत्रसँग (विद्यालय भर्ना, टेलिफोनको प्रयोग गर्ने) सम्बन्धित व्यक्तिहरूको विवरण प्राप्त गर्न सहज हुन्छ ।

(इ) सम्बन्धित कार्यालयले तथ्याङ्क सङ्कलन गर्न भएकाले तथ्याङ्क बढी विश्वासनीय हुन्छ ।

(ई) यसबाट प्राप्त तथ्याङ्कका आधारमा भविष्यमा उक्त क्षेत्रसँग सम्बन्धित योजना निर्माण गर्न सकिन्छ ।

(उ) अल्पकालीन अवस्थामा सजिलै तथ्याङ्क प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

(ऊ) थोरै जनशक्तिका माध्यमद्वारा सूचनाहरू प्राप्त गर्न सकिन्छ ।

(ख) प्रशासकीय लगतका बेफाइदाहरू (Disadvantages of Administrative Records)

(अ) प्रशासनिक अभिलेखबाट जनसङ्ख्याको पूर्ण वा पूरक तथ्याङ्क प्राप्त हुँदा यस्ता तथ्याङ्कहरू ज्यादै विशिष्टीकृत एवम् वैज्ञानिक स्वरूपका हुन्छन् ।

(आ) यस्ता तथ्याङ्कहरू पूर्ण प्रभावका रूपमा लिन सकिँदैन ।

(इ) अशिक्षित एवम् अविकसित ठाउँमा यस्ता तथ्याङ्कहरू सङ्कलन हुँदैनन् ।

(ई) प्रशासकीय अभिलेखका तथ्याङ्कहरू विवाद रहित पनि हुन सक्दैनन् ।

७.६ जनसङ्ख्या दर्ता किताब (Population Register)

जनसङ्ख्यिक तथ्याङ्कको अर्को स्रोत जनसङ्ख्या दर्ता किताब पनि हो । जनसङ्ख्या दर्ता किताबमा बसाइँसराइ र जन्म मृत्युको तथ्याङ्क अध्यावधिक रूपमा राखिन्छ । एकै ठाउँमा बसाइँसराइ, जन्म र मृत्युसम्बन्धी तथ्याङ्क राखिने भएकाले कुनै पनि समयमा कुनै ठाउँमा के कति जनसङ्ख्या छ भन्ने कुरा थाहा हुन्छ । विश्वका केही देशहरूमा यस्तो दर्ता किताब राख्ने प्रचलन रहेको छ । यस्तो दर्ता किताब राम्ररी राख्ने देशहरूमा जापान, ताइवान, जर्मनी, स्विडेन, नर्वे, फिनल्यान्ड र इटाली आदि छन् ।

जनसङ्ख्या दर्ता प्रणालीका प्रमुख उद्देश्यहरू निम्नअनुसार छन् :

(क) कुनै एउटा राष्ट्र, प्रदेश र स्थानीय क्षेत्रको जनसङ्ख्याको अनुमान गर्नु

(ख) बसाइँसराइको तथ्याङ्कहरूलाई व्यवस्थित बनाउनु

(ग) जन्म, मृत्यु र विवाहसम्बन्धी तथ्याङ्कहरू उपलब्ध गराउनु ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) जनसङ्ख्या तथ्याङ्क भन्नाले के बुझिन्छ ?

(ख) जनगणनालाई परिभाषित गर्नुहोस् ।

(ग) जनगणना किन आवश्यक हुन्छ ?

(घ) पञ्जीकरणमा कुन कुन घटनाको दर्ता गरिन्छ ? कुनै दुईओटाको नाम लेख्नुहोस् ।

(ङ) नेपालमा पञ्जीकरणको सुरुआत कहिलेबाट भएको हो ?

(च) जीवनका प्रमुख घटना दर्ता गर्न जनचेतना जगाउने एउटा नारा लेख्नुहोस् ।

(छ) नेपालमा कहिलेबाट नमुना सर्वेक्षण गर्न थालिएको हो ?

२. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका स्रोतहरू के के हुन् ? जनसङ्ख्या तथ्याङ्कका कुन स्रोत सबैभन्दा बढी विश्वसनीय हुन्छ ? आफ्नो तर्क दिनुहोस् ।

(ख) जनगणनाको वास्तविक उपस्थिति विधि र स्थायी बसोबास विधिबिच फरक छुट्याउनुहोस् ।

(ग) जनगणनाका फाइदा र बेफाइदाको सूची तयार गर्नुहोस् ।

(घ) नमुना सर्वेक्षणका प्रकारहरूबिच भिन्नता छुट्याउनुहोस् ।

(ङ) नमुना सर्वेक्षणका फाइदाहरू समेटी चार्ट तयार गर्नुहोस् ।

(च) कुनै जन्म दर्ता प्रमाणपत्र हेरी जन्म दर्ता प्रमाण पत्रको नमुना तयार गर्नुहोस् ।

(छ) नेपालमा पञ्जीकरण प्रणालीलाई कसरी व्यवस्थित गर्न सकिन्छ, लेख्नुहोस् ।

३ तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर दिनुहोस् :

(क) जनगणना र नमुना सर्वेक्षणबिच फरक छुट्याउनुहोस् ।

(ख) पञ्जीकरण प्रणाली भन्नाले के बुझिन्छ ? यसका फाइदा र बेफाइदाहरू उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ग) नमुना सर्वेक्षण भनेको के हो ? यसका फाइदा र बेफाइदाहरूको सूची तयार गर्नुहोस् ।

एकाइ ८

जनसङ्ख्या र दिगो विकास
(Population and Sustainable Development)

यस पाठमा जनसङ्ख्या र दिगो विकासबिचको अन्तरसम्बन्ध औँल्याउँदै दिगो विकास प्रयासका सैद्धान्तिक र व्यावहारिक पक्षका बारेमा जानकारी दिन खोजिएको छ । हाल विश्वको विकासको मूल मन्त्र दिगो विकास लक्ष्य किन र कसरी हुन पुग्यो, यसका नयाँ पक्ष के छन्, सत्रओटा विकास लक्ष्यमा कुन कुन लक्ष्यले जनसङ्ख्याका के कस्ता पक्षलाई समेटेको छ । साथै नेपालले दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्न सुरु गरेका प्रयासका बारेमा पनि यस एकाइमा चर्चा गरिएको छ ।

८.१ दिगो विकासको पृष्ठभूमि (Background of Sustainable Development)

यस एकाइमा जनसङ्ख्या र दिगो विकासका बारेमा छलफल गर्ने प्रयास गरिएको छ । यहाँ अलग अलग बुझ्नुपर्ने कुरा जनसङ्ख्या, विकास र दिगो विकास तथा तिनका बिचको अन्तरसम्बन्ध पर्दछन् । जनसङ्ख्या भन्नाले कुनै निश्चित भौगोलिक वा राजनीतिक क्षेत्रफलभित्र निश्चित समयमा बसोबास गर्ने सम्पूर्ण मानव जातिको सङ्ख्या भनेर बुझ्नुपर्छ । जनसङ्ख्या तथा वातावरण मन्त्रालयले २०६१ सालमा प्रकाशन गरेको जनसङ्ख्याका पारिभाषिक शब्दावलीमा जनसङ्ख्या र विकासलाई निम्नअनुसार परिभाषित गरिएको छ 'कुनै निश्चित भौगोलिक वा राजनीतिक क्षेत्रमा बसोवास गर्ने व्यक्तिहरूको सङ्ख्यालाई जनसङ्ख्या भनिन्छ । त्यसै गरी विकास भनेको मानव जाति आफैँले आफ्नो जीवनमा सकारात्मक र गुणात्मक सुधार ल्याउन गरेका प्रयास र प्रक्रिया हो भनिएको छ । विकासका निम्नलिखित तीनओटा महत्त्वपूर्ण पक्षहरू यहाँ उल्लेख गरि एको छ :

१. आर्थिक उन्नति गर्नु : आर्थिक उन्नतिद्वारा मानिसको जीवनस्तर उकास्नु जस्तै : आम्दानी बढाउनु, खाद्यान्नको उपभोगमा सुधार, स्वास्थ्य तथा औषधोपचार र शिक्षाको स्तर उकास्नु आदि ।

२. आत्मा सम्मान बढाउनु : मानवीय आस्था र अस्तित्वको प्रवर्धन गर्ने सामाजिक, राजनीतिक, आर्थिक व्यवस्था र संस्थाहरूको स्थापना गरी मानिसको आत्मसम्मान बढाउन मदत गर्ने वातावरणको सिर्जना गर्ने कार्य यसअन्तर्गत पर्दछन् ।

३. वस्तु र सेवाको छनोटमा विविधता ल्याउनु : छनोटका सम्भावनाहरूलाई विस्तृत पार्न तथा उपभोग्य वस्तु र सेवाहरूको उपलब्धतामा व्यापकता ल्याउन स्वतन्त्रताको अभिवृद्धि गर्नु आदि यसका उदाहरण हुन् ।

माथिको परिभाषाकाट के स्पस्ट हुन्छ भने विकास जनसङ्ख्याले जनसङ्ख्याकै हितका लागि काम गर्छ । त्यसर्थ मानव विहिन अवस्थामा विकासको अर्थ हुदैन । अब प्रश्न आउँछ दिगो विकास भनेको के हो र विकासमा यो अवधारणको आवश्यकता किन पर्‍यो ?

संयुक्त राष्ट्रसङ्घले सन् १९८३ मा ग्रो हरलेम ब्रुटल्यान्ड (Gro Harlem Brundtland) नाम गरेकी एक नर्वेजियन राजनीतिज्ञ (तीन पटकसम्म सो मुलुको प्रधानमन्त्री भएकी) र औषधी विज्ञान तथा जनस्वास्थ्य क्षेत्रका वैज्ञानिकको अध्यक्षतामा विश्व वातावरण र विकास (World Commission on Environment and Development) सम्बन्धी उच्च स्तरीय परिषद् गठन गरेको थियो । सो परिषद्ले सन् १९८७ मा दिगो विकासको सङ्क्षिप्त तर सर्वसम्मत परिभाषा अगि सार्दै 'हाम्रो साझा भविष्य' (Our Common Future) नामक प्रतिवेदन संयुक्त राष्ट्रसङ्घमा बुझाएको थियो । जसअनुसार दिगो विकासको परिभाषा निम्नानुसार दिइएको थियो :

मानिसका हालका आवश्यकता र चाहना पूरा गर्न पछिल्ला पुस्ताका सोही आवश्यकता र चाहना पूरा गर्ने क्षमतामा बाधा नपर्ने वा अझ राम्रो हुने गरी गरिएको विकास नै दिगो विकास हो (development that meets the needs of the present without compromising the ability of future generations to meet their own needs)

दिगो विकास अवधारणाका तीनओटा आधारभूत तत्त्वमा वातावरणीय संरक्षण, आर्थिक वृद्धि र सामाजिक समता वा समानता पर्दछन् । दिगो विकासको अवधारणाले वातावरणीय विनास नहुने गरी आर्थिक र सामाजिक विकासका कामलाई अगि बढाउने उपाय अपनाउन सुझाव दिएको छ जसले गर्दा प्राकृतिक स्रोतको अधिक दोहन, हुन बाट बचाउँछ भने प्रदूषण नियन्त्रण गर्न सघाउँछ । दिगो विकास अवधारणाका विशेषता निम्नअनुसार छन् :

- प्राकृतिक वातावरणको संरक्षण गर्दै दर्बिलो, स्वस्थ्य र न्यायपूर्ण समाजको विकास गर्नु
- वर्तमानको आवश्यकता र चाहना पूरा गर्दा भविष्यका सन्ततिको क्षमतामा आँच नआउने गरी पूरा गर्नुपर्ने

८.२ दिगो विकास लक्ष्य : अवधारणा र पृष्ठभूमि (Sustanable Development Apporach and Background)

दिगो विकास लक्ष्य तय गर्ने प्रक्रिया सन् १९९२ मा ब्राजिलको रियो दि जेनेरियो सहरमा भएको वातावरण र विकाससम्बन्धी घोषणा (एजेन्डा २१) बाट सुरु भएको मानिन्छ । त्यसको दश वर्षपछि सन् २००२ मा दक्षिण अफ्रिकाको जोहन्सबर्ग सहरमा भएको दिगो विकाससम्बन्धी विश्व सम्मेलनले वातावरणीय संरक्षण दिगो विकास प्रक्रियाको छुटाउनै नहुने पक्ष हो भनेको थियो । सोहीअनुसार सहभागी सदस्य देशहरूले दिगो विकास

हासिल गर्न वातावरणीय संरक्षण प्रति प्रतिबद्धता देखाए । सन् २०१२ मा संयुक्त राष्ट्र सङ्घले आयोजना गरेको दिगो विकास सम्मेलनमा सहभागी देशहरू सहस्राब्दी विकास लक्ष्यपछिका वर्ष (सन् २०१५ पछि) मा विश्वस्तरमा विकासको मार्ग चित्र स्वरूप दिगो विकासका लक्ष्य तय गर्न र जारी गर्न एक मत भएका थिए । तसर्थ दिगो विकासका १७ ओटा लक्ष्य (Sustainable Development Goals SDGs) आठओटा सहस्राब्दी विकास लक्ष्य (Millennium Development Goals- MDGs) कै जगमा उठेर सन् २०१६ देखि २०३० सम्मको अवधि विश्वको दिगो विकासको मार्ग चित्रका रूपमा आएको छ ।

संयुक्त राष्ट्रसङ्घका अनुसार दिगो विकास लक्ष्य (Sustainable Development Goals-SDGs) को सोच सन् २०१२ मा ब्राजिलको रियो दि जेनेरियोमा भएको दिगो विकास सम्मेलनले अगि सारेको थियो । सो सम्मेलनको उद्देश्य भनेको सन् २००० देखि २०१५ सम्म सञ्चालित सहस्राब्दी विकास लक्ष्यको (Millennium Development Goals-MDGs) ठाउँमा विश्वका सबै मुलुकलाई मान्य हुने र प्राकृतिक वातावरणीय, राजनीतिक र आर्थिक चुनौतीहरूको तुरुन्तै समाधान गर्न सक्ने विभिन्न लक्ष्यहरू तय गरी अगि सार्नु थियो । दिगो विकासका लक्ष्यहरू सहस्राब्दी विकासका लक्ष्यका उपलब्धिलाई गुणस्तरीय तरिकाले सबलीकरण गर्ने र त्यसको दायरालाई फराकिलो पार्ने गरी तय गरिएका छन् । सहस्राब्दी विकास लक्ष्यले अति विपन्नतामा भएका जन समुदायको जीवन स्तरलाई आधारभूत आवश्यकता पूरा गर्न सक्ने बनाउने प्रयासमा निकै सफलता पाएको थियो भने दिगो विकास लक्ष्यले प्राकृतिक सन्तुलनसहितको गुणस्तरीय आर्थिक र सामाजिक विकासको उद्देश्य राखेको पाइन्छ । सन् २००० देखि २०१५ सम्मको सहस्राब्दी विकास प्रयासले अति विपन्नता, गरिबी र भोकमरीको अवस्थाको अन्त्य गर्ने मूल लक्ष्य पूरा गर्न परिपूरक आठओटा लक्ष्य तय गरेको थियो । सन् २०१६ देखि २०३० सम्मको दिगो विकास लक्ष्यले पनि विश्व मानव समुदायले खेप्नु परेको गरिबी र भोकमरीको अन्त्यलाई नै केन्द्रबिन्दुमा राखेर पर्यावरणीय सन्तुलनलगायतका सन् २०३० सम्म पूरा गर्नुपर्ने १७ ओटा लक्ष्य अगि सारेको छ । सहस्राब्दी विकास लक्ष र दिगो विकासका मार्ग चित्रले अगि सारेका आठ र सत्र विकास लक्ष्यहरू तालिका ८.१ अनुसार छन् ।

तालिका ८.१ : सहस्राब्दी र दिगो विकासका लक्ष्यहरू र अन्तरसम्बन्ध

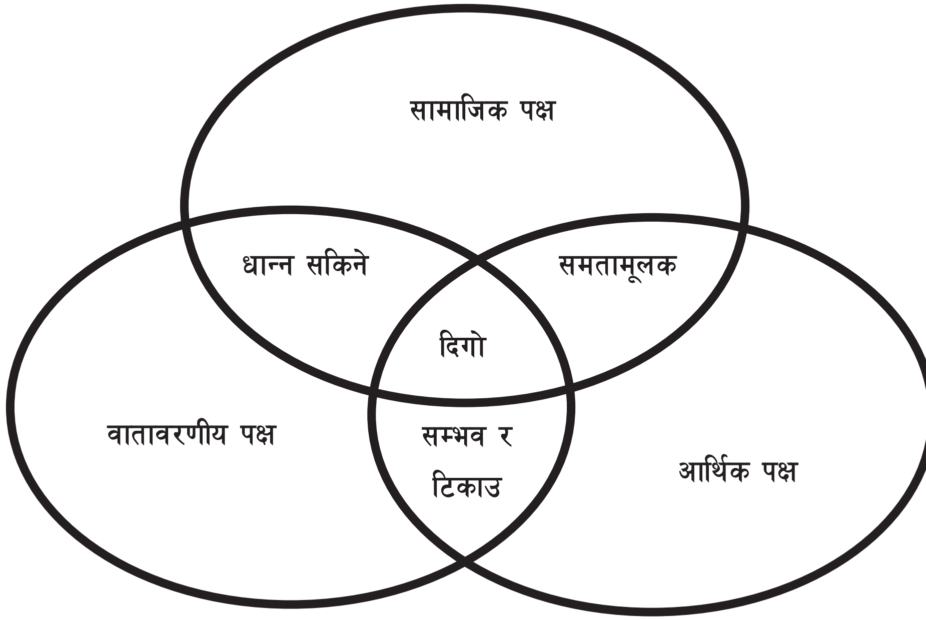
आठ सहस्राब्दी विकास लक्ष्य २०००-२०१५	१७ दिगो विकास लक्ष्य २०१६-२०३०
१. अति विपन्न गरिबी र भोकमरीको अन्त्य (Eradicate extreme poverty and hunger) २. आधारभूत प्राथमिक शिक्षाको पहुँच सबैमा पुऱ्याउने (Achieve universal primary education) ३. लैङ्गिक समानता र महिला सशक्तीकरण हासिल गर्ने (Promote gender equality and empower women) ४. बाल र शिशु मृत्यु दर घटाउने (Reduce child mortality) ५. मातृ स्वास्थ्यमा सुधार ल्याउने (Improve maternal health) ६. वातावरणजन्य रोगहरू एचआइभी/एडस्, क्षयरोग, औलो आदि नियन्त्रण गर्ने (Combat HIV/AIDS, malaria, and other diseases) ७. वातावरणीय दिगोपन कायम गर्ने, र (Ensure environmental sustainability) and ८. विकासका लागि विश्व साझेदारी र सहकार्यको विकास गर्ने (Develop a global partnership for development).	१. संसारका सबै ठाउँबाट सबै खाले गरिबी अन्त्य गर्ने (No poverty) २. भोकमरीको अवस्थालाई शून्यमा झार्ने (Zero hunger) ३. असल स्वास्थ्य र कल्याण (Good health and Well-being) ४. गुणस्तरीय शिक्षा (Quality education) ५. लैङ्गिक समानता (Gender equality) ६. सफा पानी र सरसफाइ (Clean water and sanitation) ७. धान्न सक्ने सफा इन्धन (घरायसीदेखि औद्योगिक र यातायात क्षेत्रमा प्रयोग हुने इन्धन) (Affordable and clean energy) ८. सम्मानजनक रोजगारी र आर्थिक वृद्धि (Decent work and economic growth) ९. उद्योग, आविस्कार र दिगो संरचनाको विकास (Industry, Innovation and Infrastructure) १०. असमानतामा कमी ल्याउने (Reduced Inequalities) ११. दिगोपनको सहरीकरण र सामुदायिक विकास (Sustainable Cities and Communities) १२. उत्तरदायित्वसहितको उपभोग र उत्पादन (Responsible Production and Consumption) १३. विकासका काममा वातावरणीय सजगता (Climate Action) १४. पानीमुनिको जीवन (Life below water) १५. जमिनको जीवन (Life on land) १६. शान्ति र न्यायका लागि बलियो संस्थागत विकास (Peace, Justice and Strong Institutions) १७. दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्न विश्व साझेदारी (Partnerships for the Goals)

संयुक्त राष्ट्र सङ्घ, सदस्य राष्ट्र र विकासका साझेदार निकायले दिगो विकासका १७ लक्ष्यहरूलाई चित्र ८.१ अनुसार प्रस्तुत गर्ने र बजारीकरण गर्ने गरेका छन् ।

चित्र ८.१ : दिगो विकासका १७ लक्ष्यको विश्वव्यापी प्रचार प्रसारको सर्वसम्मत ढाँचा

८.३ दिगो विकासमा नयाँ आयाम -New Apporaches of Sustanable Development)

दिगो विकास प्रक्रियाका एक आपसमा अन्तरसम्बन्धित तीन पक्षहरूमा वातावरण संरक्षण, सामाजिक विकास र आर्थिक विकास पर्दछन् । त्यसभित्र पनि विकासका कुनै पनि कार्यक्रम वातावरणीय र आर्थिक हिसाबले सम्भव हुने र टिक्ने खालको हुनुपर्छ । सामाजिक र आर्थिक विकास समतामा आधारित हुनुपर्छ । सामाजिक विकास वातावरणीय पक्षबाट धान्न सकिने हुनुपर्छ भने वातावरणीय संरक्षणसहितको आर्थिक र सामाजिक विकास चाहिँ दिगो विकास हो भन्ने तथ्यलाई रेख चित्र ८.२ ले प्रस्ट्याउन खोजेको छ ।



रेखा चित्र ८.२ : दिगो विकास प्रक्रियामा वातावरणीय, आर्थिक र सामाजिक विकास बिचको अन्तरसम्बन्ध

दिगो विकास अवधारणाका तीन पी (3Ps)

दिगो विकास लक्ष्यले अङ्ग्रेजी अक्षरका तीन पी (P) लाई ध्यान दिन भनेको छ ती हुन्: जनसङ्ख्या, पृथ्वी र समृद्धि (Prosperity) । जनसङ्ख्या : यहाँ सामाजिक र आर्थिक क्रियाकलाप जनसङ्ख्यासँग सम्बन्धित छन् । गरिबी अथवा समृद्धि तीनै गतिविधिको उपज हो । मानिसले आफ्ना सामाजिक र आर्थिक विकासका काम गर्दा पृथ्वीको वातावरण बिग्रन नदिनु नै दिगो विकास हो । वातावरण बिग्रनबाट जोगाउनलाई मानिसका उत्पादन र उपभोगका बानीमा सुधार ल्याई दिगोपन ल्याउने, प्राकृतिक साधन र स्रोतको दिगो व्यवस्थापन, वातावरणमा आएको परिवर्तनको व्यवस्थापन आदि पृथ्वीको संरक्षणमा पर्दछन् । समृद्धिको पक्षबाट कुरा गर्दा सबै मानवले समान तहको सुखी र समृद्ध जीवनयापन गर्न सक्ने वातावरण बनाउनु र मानव जातिले गरेका आर्थिक, सामाजिक र प्रविधिगत उन्नति प्रकृतिमैत्री हुनु नै समृद्धि हो ।

८.४ दिगो विकास लक्ष्य, सहायक लक्ष्य र सूचकाङ्क

दिगो विकास अवधारणाले १७ ओटा मूल लक्ष्य (Goals), १६९ ओटा सहायक (Targets) र २३८ कार्यान्वयनको प्रगति मापन गर्ने सूचकहरू (Indicators) तय गरेको छ । जस्तै : मूल लक्ष्य दुईले सन् २०३० सम्ममा भोकमरीको अवस्थालाई शून्यमा झार्ने भनेको छ । यही लक्ष्यभित्रको सहायक लक्ष्य २.१ ले सन् २०३० सम्ममा सबै जनसङ्ख्यालाई विशेषत : जोखिमको अवस्थामा भएका गरिब शिशु र बालबालिकालाई बर्सैभरि पर्याप्त पौष्टिक आहारको सुरक्षा हुनुपर्छ भनेको छ । अब यो बर्सैभरि पौष्टिक आहार पुगेको वा नपुगेको मापन

सूचकाङ्कले गर्छ । यो मापन गर्ने सूचकाङ्क २.१.१ ले जनसङ्ख्याको कति हिस्सा कुपोषणमा छ भनेर मापन गर्नुपर्छ भनेको छ, जस्तै: कुनै मानिसले आफ्नो शरीरलाई चाहिने पौष्टिक आहार दैनिक ठिक ठिक समयमा ठिक मात्रमा खान पाएको छ भने कुपोषणमा हुँदैन र भोकमरीमा भएको पनि मानिँदैन । अर्कातिर यदि कुनै मानिसले शरीरलाई चाहिने सबै पौष्टिक तत्त्व, खनिज, सूक्ष्म पोषण पाइने न्युनतम प्रकारका खाने कुरा प्रत्येक चौबिस घण्टाभित्र खान पाएको छैन भने ऊ भोकमरीमा भएको मान्नुपर्छ । विश्व स्वास्थ्य सङ्गठन र खाद्य तथा कृषि सङ्गठनका अनुसार विभिन्न १७ थरिका खाने कुरामध्ये न्युनतम खाद्य विविधता कायम गर्न एक जना मानिसले २४ घण्टामा ६ वा सोभन्दा बढी खाले खाना खानुपर्छ । कुनै एक दुई खाले खाना पेटभरि खान पाएको छ तर २४ घण्टामा खाएको खानामा छ खाले खानेकुरा पुगेको छैन भने पनि खाध्य सुरक्षा नभएको र भोकमरीको अवस्थामा रहेको मान्नुपर्छ । दिगो विकास लक्ष्यका मूल लक्ष्य (Goals) र तीसँग सम्बन्धित सहायक लक्ष्य (Targets) को वितरण तालिका ८.२ अनुसार छ ।

तालिका ८.२ : दिगो विकास लक्ष्यका मूल लक्ष्य (Goals) र अन्तर्गतका सहायक लक्ष्यहरू (Targets) को वितरण

मूल लक्ष्यहरू (Goals)	कार्यक्रम कार्यान्वयनका लक्ष्य	कार्यान्वयन गर्ने संस्थाको दायित्व सम्बन्धी लक्ष्य	जम्मा लक्ष्य (Total Targets)
१. सबै खाले गरिबीको अन्त्य	५	२	७
२. भोकमरीको अवस्थालाई शून्यमा झार्ने	५	३	८
३. असल स्वास्थ्य र कल्याण	९	४	१३
४. गुणस्तरीय शिक्षा	७	३	१०
५. लैङ्गिक समानता	६	३	९
६. सफा पानी र सरसफाइ	६	२	८
७. धान्न सक्ने सफा इन्धन	३	२	५
८. सम्मानजनक रोजगारी र आर्थिक वृद्धि	१०	२	१२
९. उद्योग, आविस्कार र दिगो संरचनाको विकास	५	३	८
१०. असमानताको अन्त्य	७	३	१०
११. दिगो सहरी र सामुदायिक विकास	७	३	१०
१२. उत्तरदायित्वसहितको उपभोग र उत्पादन	८	३	११
१३. विकासका काममा वातावरणीय सजगता	३	२	५
१४. पानीमुनिको जीवन	७	३	१०

१५. जमिनको जीवन	९	३	१२
१६. शान्ति र न्यायका लागि बलियो संस्थागत विकास	१०	२	१२
१७. विश्व साझेदारी	१९	–	१९
जम्मा लक्ष्य	१२६	४३	१६९

८.५ दिगो विकास लक्ष्य र जनसङ्ख्या

दिगो विकास भनेको जनसङ्ख्याले आफ्नै जीवनस्तर सुखी र समृद्ध बनाउन गरेका आर्थिक र सामाजिक विकासका प्रयास पृथ्वीको वातावरणसँग मेल खाने गरी गरेर हालका पुस्ताको र भविष्यका पुस्ताको पनि उत्तिकै वा अझ उन्नत जीवन बनाउन गरिने विकास हो । त्यसर्थ दिगो विकास लक्ष्यको पहिलो पक्ष जनसङ्ख्या नै हो । किनकि उसले गर्ने सामाजिक र आर्थिक गतिविधि नै गरिबी, भोकमरी, स्वास्थ्यमा समस्या, शिक्षामा असमानता, लैङ्गिक असमानता, सफा पानी र सरसफाइमा कमी आदि कारण हुन् भने यिनैको सही व्यवस्थापनले ती पक्षमा सुधार आउँछ । अब मुख्य मुख्य लक्ष्यअनुसार दिगो विकास र जनसङ्ख्याका बिचको सम्बन्धका बारेमा केही छलफल गरौँ ।

१. जनसङ्ख्या र गरिबी : दिगो विकासको पहिलो लक्ष्यले सन् २०३० सम्ममा पृथ्वीबाट मानव जातिमा भएको सबै खाले गरिबीको अन्त्य गर्ने लक्ष्य लिएको छ । यहाँ गरिबी भन्नाले प्रति दिन प्रति व्यक्ति १.२५ डलरभन्दा कम आम्दानी हुनेलाई आर्थिक गरिब मानेको छ । तर गरिब भनेको शिक्षाको कमी, चेतनाको कमी, स्वास्थ्य सेवामा पहुँचको कमी, वातावरणीय संरक्षणको चेतनामा कमी सबै पर्दछन् । मानिस सबै पक्षको गरिबीको अवस्थाबाट माथि उठेमा मात्र पृथ्वीको सही संरक्षण हुन्छ, अनि मात्र जीवनमा सुख र समृद्धि हासिल हुन्छ ।

२. भोकमरीलाई शून्यमा झार्ने : नेपाललगायत विश्वका अधिकांश विकासोन्मुख वा अविकसित मुलुकका जनसङ्ख्याको ठुलो हिस्सा पोषणयुक्त खाद्य तत्त्वको कमीले गर्दा कुपोषणको अवस्थामा बाँचिरहेका छन् । नेपालमा सन् २०१६ को जनसाङ्ख्यिक स्वास्थ्य सर्वेक्षणका अनुसार अझै पनि देशका ३६ प्रतिशत पाँच वर्षमुनिका बालबालिकाको पोषण तत्त्वको कमीका कारण उमेरअनुसार उचाइ पुगेको छैन । जनसङ्ख्याको कुनै पनि उमेर, लिङ्ग वा जातजातिका मानिस र कुनै पनि क्षेत्रमा बस्ने मानिसमा यदि कुनै पनि खाले कुपोषणका लक्ष्यण भएमा भोकमरीको अवस्था सम्झनुपर्छ ।

३. राम्रो स्वास्थ्य र खुसीपन : यो लक्ष्य मापन गर्ने जनसाङ्ख्यिक सूचकमा मातृ मृत्य अनुपात, पाँच वर्षमुनिका बच्चाको मृत्यु दर, जन्मेको एक महिनाभित्र मृत्यु हुने नवजात शिशुको मृत्यु दर, तालिम प्राप्त स्वास्थ्य कर्मीको रेखदेखमा जन्मेका बच्चाको प्रतिशत, परिवार नियोजनका साधन प्रयोग गर्ने प्रजनन उमेरका महिलाको प्रतिशत, किशोरीको प्रजनन दर आदि पर्दछन् । नेपालमा सन् २०१६ को जनसाङ्ख्यिक

स्वास्थ्य सर्वेक्षणअनुसार प्रति एक लाख प्रजनन उमेरका महिलामा २३९ जना गर्भावस्थाको जटिलता वा बच्चा जन्माउँदा मृत्यु हुने गरेको छ । प्रति एक हजार जन्ममा ३९ जना पाँच वर्षभित्र र २१ जना एक महिनाभित्र मृत्यु हुने गरेको अध्ययनले देखाएको छ ।

४. गुणस्तरीय शिक्षा : शिक्षा चेतनाको स्रोत हो भने जनसङ्ख्यालाई सबैखाले गरिबी, भोकमरी, अस्वास्थ्यताका लक्ष्यण आदिबाट छुटकारा दिने माध्यम पनि हो । त्यसर्थ शिक्षित जनसङ्ख्या पृथ्वीको सबैपक्षीय वातावरणको संरक्षण र सुखी र समृद्ध जीवनको संवाहक हो ।

५. लैङ्गिक समानता : जनसङ्ख्या प्राकृतिक हिसाबले जैविक महिला र जैविक पुरुष मिलेर बनेको हुन्छ । जब व्यक्तिको जैविक शरीरअनुसार सामाजिक, आर्थिक र राजनीतिक हिसाबले विभेद हुन्छ सो लैङ्गिकता बन्छ । एउटा लैङ्गिक समूह अर्कोभन्दा पछाडि पर्छ । यो अवस्था प्राय: महिलामा लागु हुन्छ । यसै कारणले महिला आर्थिक, सामाजिक र राजनीतिक हिसाबले पछि हुन्छन् । महिलाको पिछडिएको अवस्था दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्न बाधक हुने भएकाले दिगो विकास लक्ष्यले लैङ्गिक समानता र महिला सशक्तीकरणलाई प्राथमिकताको क्रममा पाँचौ स्थानमा राखेको छ ।

६. सफा पानी र सरसफाइ : जनसङ्ख्याको स्वास्थ्य अवस्थामा सुधार ल्याउन र सबैखाले वातावरणजन्य रोगबाट बच्न सफा पानी र सरसफाइको ठुलो महत्त्व छ । पानी पेट र पाचनसम्बन्धी धेरै समस्याको कारण हो भने समाधान पनि हो । पानी सरसफाइको स्रोत हो भने बालबच्चामा हुने पेट र पाचनसम्बन्धी रोगको निराकरण पनि हो । सफा पानी छालासम्बन्धी रोगको समाधान हो, जस्तै: बच्चालाई खाना खुवाउनु अगि पछि नियम पुऱ्याएर हात धुने, दिसा पिसाब गरेपछि र बच्चालाई सफा गरेपछि हात धुने वा नुहाइधुवाइ गर्ने, बाहिर हिँडडुल गरेर आएपछि वा खेतबारीमा काम गरेर आएपछि राम्रोसँग हात, गोडा मुख धोएपछि मात्र खाना खाने गर्नाले जनस्वास्थ्यमा उल्लेख्य सुधार आउँछ र दिगो विकास लक्ष्य पूरा गर्न सघाउ पुग्छ ।

७. धान्न सक्ने सफा र आधुनिक इन्धन : जनसङ्ख्याले प्रयोग गर्ने इन्धनले पृथ्वीको वातावरणलाई दुई तरिकाले असर गरिरहेको हुन्छ । पहिलो परम्परागत इन्धनको प्रयोगले बन जङ्गल विनास गर्छ र धुवाँजन्य पदार्थको उत्पादनले वायुमण्डल प्रदुषित गर्छ । दोस्रो उद्योग र यातायात क्षेत्रमा प्रयोग हुने कोइला र पेट्रोलियमजन्य नवीकरण नहुने इन्धनले सिँधै वायुमण्डलमा प्रदुषण थुपारेर पृथ्वीको वातावरणलाई विनास गरिरहेको हुन्छ । जस्तै : अम्ल वर्ष (Acit Rain) ले जमिनको हरियाली डढाएका धेरै उदाहरण छन् । यस्ता प्रभावलाई रोक्न दिगो विकास अवधारणले लक्ष्य सातमा सबै मानिसलाई आधुनिक र नवीकरणीय उर्जाको उपभोगतिर ध्यान दिन सुझाएको छ । सौर्य उर्जा, जल विद्युत्, वायु उर्जा यसका उदाहरण हुन् ।

८. सम्मानजनक रोजगारी र आर्थिक वृद्धि : दिगो विकास अवधारणा र लक्ष्यको एउटा उद्देश्य सम्मानजनक रोजगारीका अवसरको सिर्जना गर्दै दिगो आर्थिक वृद्धि कायम गर्नु र असमानता कम गर्नु हो । आर्थिक रूपले सक्रिय उमेरका कति प्रतिशत जनसङ्ख्या रोजगारीमा छन् र तीमध्ये कति आफ्नो पेसा व्यवसायसँग सन्तुष्ट छन् भन्ने कुराले सम्मानजनक रोजगारीको अवस्थालाई जनाउँछ । रोजगारीमा हुनुपर्ने उमेरका मानिस जति बढी मात्रामा पेसा व्यवसायमा छन् त्यति नै दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्न सहज हुन्छ ।

९. उद्योग, आविष्कार र दिगो संरचनाको विकास : मानिसले विकासका लागि गर्ने उद्योग विकास, आविष्कार र भौतिक संरचनाको निर्माण पृथ्वीको वातावरणसँग प्रत्यक्ष गासिएका हुन्छन् । यिनै गतिविधिले प्राकृतिक साधन स्रोतको अधिक दोहन गर्ने, भौतिक संरचना बनाउँदा प्राकृतिक सन्तुलनमा विचलन आउने हुन्छ र दिगो विकासका प्रयासमा असर पर्ने हुन्छ ।

१०. असमानताको अन्त्य : दिगो विकास अवधारणा र लक्ष्यले कोही नछुटुन् र कोही पछि नपरून् भन्ने भनाइलाई व्यवहारमा उतार्न खोजेको छ । जनसङ्ख्याको अवसरबाट वञ्चित समूहले असमानता भोग्नु परेको हुन्छ । यहाँ अवसर भन्नाले व्यक्तिगत विकासका अवसर जस्तैः शिक्षा, स्वास्थ्य, क्षमता विकास, रोजगारी, कमाइको अवसर र सहभागिताको अवसर भन्ने बुझ्नु पर्दछ । जनसङ्ख्याको जति ठुलो हिस्सा असमानताको अवस्थामा हुन्छ दिगो विकास लक्ष्य पूरा गर्न त्यति नै कठिनाइ हुन्छ । किनकि असमानताले गरिबीलाई निरन्तरता दिन्छ र गरिब समाजले दिगो आर्थिक सामाजिक र वातावरणीय विकास गर्न सक्दैन ।

११. दिगो सहरी र सामुदायिक विकास : आज विकासोन्मुख मुलुकको अधिकतम जनसङ्ख्या सहरतिर थुप्रदै छ भने सहरी विकासका गतिविधि साह्रै अव्यवस्थित छन् । बढ्दो सहरीकरणमा चाहिने आधारभूत आवश्कता, जस्तै : आवास, खानेपानी, ढल निकास, बाटोघाटो आदि अव्यवस्थित हुँदा सहरको दिगो विकासमा बाधा आउने देखिन्छ । जुन समस्या हाम्रो देशका राजधानी सहरदेखि मुख्य मुख्य ठुला सहर र नयाँ विकास हुँदै गरेका सहरमा उत्तिकै देख्न पाइन्छ ।

१२. जिम्मेवारी पूर्ण उपभोग र उत्पादन : उपभोग र उत्पादन दुवै जनसङ्ख्याले गर्ने भएकाले सो क्रम कत्तिको भविष्यका पुस्ताका लागि पनि सहज र उपयोगी छ भनेर मनन गर्नुपर्ने देखिन्छ । उपभोगमा दैनिक घरमा चाहिने खाद्यान्नयदेखि उर्जासम्म पर्छन् । खाद्यान्नको उपभोग कतै अधिक हुने र खेर फाल्ने चलन हुन्छ भने कतै थोरै खाद्यान्नमा धेरैको हारालुछ चलेको हुन्छ ।

१३. विकासका काममा वातावरणीय सजगता : हरेक विकास निर्माणका काम गर्नुभन्दा पहिले वातावरणीय मूल्याङ्कन गर्नुपर्ने तथ्यलाई दिगो विकास लक्ष्यले अगि सारेको छ ।

१४. पानीमुनिको जीवन : पृथ्वीको वातावरण र जैविक विविधता जोगाउन नदी नाला, तालतलैया, सागर र महासागरमा पाइने सम्पूर्ण जीवजन्तु र वनस्पतिको पनि संरक्षण गर्नुपर्छ । मानव जनसङ्ख्याले गरेका कुनै पनि विकास निर्माण र उपभोगका गतिविधिले जलचरको जीवनमा खलबल पार्नु हुँदैन । यदि हालका यस्ता गतिविधि कायमै रहेको खण्डमा पृथ्वीको पर्यावरणीय सन्तुलनमा ह्रास आउने देखिन्छ, जस्तै : नेपालका वागमती जस्ता नदीमा आजकाल जलचर पाउन मुस्किल छ । त्यस्तै समुद्रमा फ्याकिएका प्लास्टिकजन्य फोहोरले सामुद्रिक जीवनमा खलबल ल्याएको भनेर धेरै चर्चा चल्ने गरेको छ । ह्वेल माछाले प्लास्टिकका झोला र बोतल खाएर पेटमा नपचेर मरेका खबर पनि आइरहेका छन् ।

१५. जमिनमाथिको जीवन : मानव जनसङ्ख्या जमिनमाथि बस्ने भए तापनि यसले आफ्नो जीविकोपार्जन जमिनको र पानीमुनिको प्राकृतिक स्रोत साधन र जैविक तत्त्वको दोहनबाट चलाउँछ । जमिनको जीवनमा थलचर, उभयचर पशु पन्छी र कीट पतङ्ग पर्दछन् भने सबै वनस्पति पनि पर्छन् । मानिसले आफ्नो सामाजिक आर्थिक उन्नतिका लागि बहुमूल्य र दुर्लभ वनस्पति वा जडिबुटीको अधिक दोहनले नासिने अवस्थामा पुगेका उदाहरणहरू प्रशस्तै आएका छन् । नेपालको हिमाली भागमा पाइने यार्सागुम्बा पहिला पहिलाका वर्षको भन्दा आजभोलि कम हुदै गएको भन्ने पाइएको छ ।

यस्तै लक्ष्य १६ ले विकास र शान्तिको कुरा गरेको छ भने १७ ले लक्ष्य हासिल गर्न अन्तर्राष्ट्रिय साझेदारिताको कुरा गरेको छ ।

८.५ दिगो विकास लक्ष्य र नेपाल

नेपालले पनि सन् २०१६ पछि दिगो विकास लक्ष्य र अवधारणालाई नै मुलुकको विकासको मार्गदर्शक सिद्धान्तका रूपमा लिएको छ । दिगो विकास लक्ष्यको सफल कार्यान्वयन देशले सो सम्बन्धमा लिएका नीतिमा भर पर्छ । लक्ष्य हासिल गर्न कार्यक्रम कार्यान्वयन गर्नुपर्ने र लक्ष्य कति हासिल भयो भनेर लेखाजोखा गर्ने वा मापन गर्ने दुवै काम राज्यको दायित्वमा पर्दछन् । नेपाल सरकारले दिगो विकास लक्ष्यलाई सन् २०३० सम्मको मुलुकको विकासको निर्देशक सिद्धान्त मान्दै अरू सबै मुलुकभन्दा पहिला दिगो विकास प्रतिवेदन (SDG Country Report) सन् २०१७ मा तयार गरेर जारी गरेको छ । यसले के जनाउँछ भने दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्न नेपाल सरकार प्रतिबद्ध भएर लागेको छ । देशले आफ्ना विकासका योजना तयार गर्दा पनि दिगो विकासका १७ लक्ष्यलाई नै आधार बनाउन थालेको छ ।

यस सन्दर्भमा देशले विभिन्न पक्षको सहयोगमा दिगो विकास लक्ष्यलाई आत्मसात् गर्न र सफल कार्यान्वयन गर्न गरेका केही प्रयास यस प्रकार छन् :

(क) तथ्याङ्क सङ्कलनमा दिगो विकास लक्ष्यका सूचकाङ्क : राष्ट्रियस्तरका सर्भेक्षणले दिगो विकास लक्ष्यको प्रगति मूल्याङ्कन गर्ने गरी तथ्याङ्क सङ्कलन र सूचकाङ्क तयार गर्न थालेका छन् । जस्तै: नेपाल जनसाङ्ख्यिक स्वास्थ्य सर्भेक्षण, केन्द्रीय तथ्याङ्क विभागले गरेको श्रमसर्भे र औद्योगिक गणना

आदिले गरिबी, भोकमरी, स्वास्थ्य, शिक्षा, लैङ्गिक समानता आदि सूचकाङ्क तयार गरी प्रस्तुत गर्ने गरेका छन् ।

(ख) मार्गचित्र तयारी : राष्ट्रिय योजना आयोगले सन् २०१७ मा नेपालको दिगो विकास लक्ष्य, अवस्था र मार्गचित्र (Nepal's Sustainable Development Goals Status and Roadmap: 2016-2030) तयार गरी जारी गरेको छ । सो प्रतिवेदनले दिगो विकास लक्ष्य कार्यान्वयनका चार तह निधारण गरेको छ भने प्रगति मापनको प्रारूप तयार गरेको छ ।

(ग) साझेदारीको विकास : दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्ने कार्यक्रम बनाउन र कार्यक्रम कार्यान्वयनको अवस्थाको अनुगमन तथा मूल्यङ्कनको खाका तयार गर्न संयुक्त राष्ट्र विकास कार्यक्रमले (UNDP) राष्ट्रिय योजना आयोगलाई आर्थिक र प्राविधिक सहयोग अगि सारेको छ ।

(घ) दिगो विकास लक्ष्य कार्य समूह गठन : देशमा विकास योजना निर्माण र कार्यान्वयनमा दिगो विकास लक्ष्यको मर्म समेटिएको छ छैन भनेर हेर्न र सरकारलाई यस काममा सघाउन दिगो विकास लक्ष्य कार्य समूह (SDG Working Group) बनेको छ ।

(ङ) उच्चस्तरीय दिगो विकास लक्ष्य मञ्चको व्यवस्था : दिगो विकास लक्ष्यका पक्षमा सरकार र अन्य सरोकारवाला पक्षको ध्यान तान्न सङ्घीय संसद्भित्र सांसद्को दिगो विकास लक्ष्य मञ्च (forum of Parliamentarians on the SDGs) गठन भएको छ ।

(च) नागरिक समाज खबरदारी मञ्चको व्यवस्था : नागरिक समाजका तर्फबाट दिगो विकास लक्ष्यको कार्यान्वयन र अनुगमन मूल्याङ्कनलाई प्रभावकारी बनाउन खबरदारी गर्न दिगो विकासका लागि नागरिक समाज मञ्च र युवा सञ्जाल (Civil Society Organisation Forum and Youth Alliance for the SDGs) गठन भएका छन् ।

(छ) तालिम, गोष्ठी र प्रचार प्रसार : संयुक्त राष्ट्रसङ्घ विकास कार्यक्रमको सहयोगमा सरकारी, गैरसरकारी, नागरिक समाज, युवा सञ्जाल र शैक्षिक क्षेत्रलाई दिगो विकास लक्ष्यका बारेमा जानकारी दिन र यसको कार्यान्वयन सक्रिय बनाउन विभिन्न लक्ष्यअनुसारका सभा, सेमिनार, गोष्ठी आदि सञ्चालन भएका छन् । ती गोष्ठीमा समेटिएका विषयवस्तुमा दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्नमा युवाको भूमिका, मौसम परिवर्तन र अनुकूलन, लैङ्गिक समानता, आविष्कार, प्रविधि र विकास आदि थिए ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) दिगो विकास भनेको के हो ?

(ख) दिगो विकास लक्ष्यको समयावधि कहिलेदेखि कहिलेसम्म हो ?

(ग) विकास कसले कसका लागि गर्ने हो ?

(घ) दिगो विकासका मूल लक्ष्य (Goals), सहायक लक्ष्य (Targets) र प्रगति मापन गर्ने सूचक कति कतिओटा छन् ?

(ङ) सहस्राब्दी विकासका लक्ष्य कति थिए ?

२. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) दिगो विकासको ऐतिहासिक पृष्ठभूमि लेख्नुहोस् ।

(ख) सहस्राब्दी विकास लक्ष्य र दिगो विकास लक्ष्यका बिचको सम्बन्ध खुलाउनुहोस् ।

(ग) दिगो विकास आधारणाका आधारभूत तीन तत्त्व के के हुन् ?

(घ) दिगो विकास अवधारणाले अगि सारेका नयाँ आयाम के के हुन् ?

(ङ) पानीमुनिको जीवन र मानव जनसङ्ख्याका बिचको सम्बन्ध खुलाउनुहोस् ।

३. तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर लेख्नुहोस् :

(क) दिगो विकास लक्ष्यअनुसार गरिबी र भोकमरी भनेको के हो ? उदाहरणसहित व्याख्या गर्नुहोस् ।

(ख) दिगो विकास लक्ष्य र जनसङ्ख्याबिच सम्बन्ध स्थापित गर्नुहोस् ।

(ग) दिगो विकास लक्ष्य पूरा गर्न जनसङ्ख्याको भूमिकाका बारेमा आफ्नो राय दिनुहोस् ।

(घ) दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्नेतर्फ नेपालले गरेका प्रयासको विवेचना गर्नुहोस् ।

(ङ) दिगो विकास लक्ष्य हासिल गर्न नागरिक समाजको भूमिका के हुन सक्छ कक्षामा छलफल गरी सारांश टिप्नुहोस् ।

४. परियोजना र समूह कार्य

(क) दिगो विकासका १७ लक्ष्यमध्ये तपाईंहरूको गाँउ ठाउँमा लागु हुने कुन कुन लक्ष्य हुन्, किन र लागु नहुने कुन कुन हुन् र किन कक्षामा बहस चलाई टिपोट तयार पार्नुहोस् ।

(ख) आआफ्नो गाउँ घर र समाजका अग्रजसँग छलफल गरी मासिएर गएका वा कमजोर हुदै गएका स्थानीय प्राकृतिक सम्पदा (जस्तै : पानी पँधेरो, कुवा, खोला खोल्सा, वनजङ्गल, जीवजन्तु, चराचुरुङ्गी आदि) को टिपोट तयार गर्नुहोस् र मासिनुका कारण खोजी गरी छोटो प्रतिवेदन तयार गर्नुहोस् ।

एकाइ
९

जनसङ्ख्या विश्लेषण
(Population Analysis)

जनसङ्ख्या र जनसङ्ख्यासम्बन्धी विविध आयामहरू र जनसङ्ख्या गतिशिलतासम्बन्धी अध्ययन गरी पृष्ठपोषण गर्ने काम जनसङ्ख्या विश्लेषणले गर्दछ । जनसङ्ख्याअर्न्तगत जनसङ्ख्या शिक्षा रहेको हुन्छ । जनसङ्ख्या शिक्षाका विभिन्न आयामहरू जस्तैः जन्म, मृत्यु, बसाइँसराइ, जनसङ्ख्याको आकार, बनोट, संरचनाका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्नु जनसङ्ख्या विश्लेषणका विशेषताहरू हुन् ।

९.१ जनसङ्ख्या शिक्षामा तथ्याङ्कशास्त्र (Statistics in Population Educations)

जनससङ्ख्या शिक्षा गतिशील तथा बहुआयामिक विषय हो । यससँग सम्बन्ध राख्ने अन्य विषयहरूको यो विषयसँग महत्त्वपूर्ण सम्बन्ध रहेको हुन्छ । जनसाङ्ख्यासम्बद्ध ज्ञान हासिल गर्नका लागि जनसङ्ख्या शिक्षामा तथ्याङ्कको प्रयोग गर्नुपर्ने हुन्छ । जनसङ्ख्यामा हुने सङ्ख्यात्मक परिर्वतनको मापन गर्न विभिन्न तथ्याङ्कीय विधिहरू प्रयोग गर्ने गरिन्छ । तथ्याङ्कहरूको प्रयोगबाट नै जनसङ्ख्या परिवर्तनलाई मापन गर्न सकिन्छ । तथ्याङ्क भनेको गणितीय तथ्य हो जसको सहायताले जनसङ्ख्या परिवर्तनलाई प्रमाणित गर्न सहयोगी हुन्छ । जनसङ्ख्या शिक्षा पनि सामाजिक विज्ञानसँग सम्बन्धित रहेको हुन्छ । सामाजिक विज्ञानका विभिन्न विषयवस्तुहरूमा प्रभाव पार्न जनसाङ्ख्यिक विषयवस्तुलाई गणितीय माध्यबाट हिसाब गरी यसका सकारात्मक तथा नकारात्मक पक्षहरूलाई प्रष्ट पार्न तथ्याङ्कशास्त्रको महत्त्व रहेको हुन्छ । उदाहरणका लागि नेपालको जनसङ्ख्यामा परिवर्तन तथा जनसङ्ख्यासम्बन्धी गतिशिलतालाई व्याख्या गर्न के कस्ता सरल तथ्याङ्कीय विधि कसरी प्रयोग गर्न सकिन्छ भनेर यो एकाइमा छलफल गरिएको छ ।

९.२ सामान्य अङ्क गणितीय मध्यक र जनसङ्ख्या शिक्षामा यसको प्रयोग

समानान्तर औसतअन्तर्गत विभिन्न मापकहरूमध्ये सबैभन्दा बढी सरल र लोकप्रिय मापकका रूपमा समानान्तर मध्यकलाई लिइन्छ । कुनै श्रेणीको सबै पदका मूल्यहरूको योगफललाई पद सङ्ख्याले भाग गर्दा प्राप्त हुने सङ्ख्यालाई समानान्तर मध्यक भनिन्छ । समानान्तर मध्यकलाई व्यक्तिगत श्रेणी, खण्डित श्रेणी र अविच्छिन्न श्रेणीका आधारमा गणना गरिन्छ ।

(क) व्यक्तिगत श्रेणी (Individual Series)

प्राप्ताङ्कहरू सबै दिइएको तर बारम्बारता नभएको श्रेणीलाई व्यक्तिगत श्रेणी भनिन्छ । व्यक्तिगत श्रेणीबाट मध्यक गणना गर्न निम्नानुसार सूत्र प्रयोग गरिन्छ ।

(क) व्यक्तिगत श्रेणी (Individual series)

प्राप्ताङ्कहरू सबै दिइएको तर बारम्बारता नभएको श्रेणीलाई व्यक्तिगत श्रेणी भनिन्छ । व्यक्तिगत श्रेणीबाट मध्यक गणना गर्न निम्नानुसार सूत्र प्रयोग गरिन्छ ।

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{N}$$

$\bar{x}$ = **समानान्तर मध्यक**

$\sum x$ = **पदहरूको योग**

N = **पदहरूको सङ्ख्या**

उदाहरण

तल दिइएको तथ्याङ्कका आधारमा मध्यक गणना गर्नुहोस् :

प्राप्ताङ्क (x) = २०, २५, ३०, ३५, ४५, ५५, ६५, ७०, ८०

यहाँ, $\bar{x} = \frac{\sum x}{N}$

$\sum x$ = २० +२५ +३० + ३५ + ४५ + ५५ +६५ + ७० + ८० = ४२५

N = ९

$\bar{x} = \frac{४२५}{९}$

$\bar{x}$ = ४७.२२

क्रियाकलाप
दिइएका तथ्याङ्कका आधारमा मध्यक गणना गर्नुहोस् : ७०, ७५, ३०, ६०, ४०, २५, ६०, ५५

(ख) खण्डित श्रेणी (Discerte Series)

सामान्यतया पदको मान र बारम्बारता भएको तर वर्गान्तर नभएको श्रेणीलाई खण्डित श्रेणी भनिन्छ । यस श्रेणीबाट मध्यक गणना गर्न निम्नानुसार सूत्र प्रयोग गरिन्छ :

$$\bar{x} = \frac{\sum fx}{N}$$

$\bar{x}$ = समानान्तर मध्यक

$\sum x$ = पदहरूको योग

N = पदहरूको सङ्ख्या

f = पदहरूको जोड

उदाहरण

तल दिइएको तथ्याङ्कका आधारमा मध्यकको गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क	४०	४८	५५	६०	६५	७५	८०
विद्यार्थी सङ्ख्या	५	३	६	७	८	२	१

यहाँ,

प्राप्ताङ्क (x)	विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	fx
४०	५	२००
४८	३	१४४
५५	६	३३०
६०	७	४२०
६५	८	५२०
७५	२	१५०
८०	१	८०
	N = ३२	१८४४

$\sum fx$ = १,८४४; N = ३२

$$\overline{x} = \frac{\sum fx}{N}$$

$$\overline{x} = \frac{१८४४}{३२} = ५७.६२५$$

क्रियाकलाप : तल दिइएको तथ्याङ्कका आधारमा मध्यकको गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क	४५	५५	६०	६५	७५	८०	९०
विद्यार्थी सङ्ख्या	२	४	८	६	५	३	२

(ग) अविच्छिन्न श्रेणी (Continuous Series)

वर्गान्तर र बारम्बारता दुवै भएको श्रेणीलाई अविच्छिन्न श्रेणी भनिन्छ । यस श्रेणीबाट मध्यक गणना गर्न निम्नानुसार सूत्र प्रयोग गरिन्छ ।

$$\bar{x} = \frac{\sum fm}{N}$$

$\bar{x}$ = समानान्तर मध्यक

$\sum fm$ = मध्यमान पदहरूको जोड

N = पदहरूको सङ्ख्या

f = वारम्बारता

उदाहरण

निम्नलिखित तथ्याङ्कबाट मध्यिका गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क	०-१०	१०-२०	२०-३०	३०-४०	४०-५०	५०-६०	६०-७०	७०-८०
विद्यार्थी सङ्ख्या	४	८	२०	२५	१८	७	१२	६

यहाँ,

x	f	m	fm
०-१०	४	५	२०
१०-२०	८	१५	१२०
२०-३०	२०	२५	५००
३०-४०	२५	३५	८७५
४०-५०	१८	४५	८१०
५०-६०	७	५५	३८५
६०-७०	१२	६५	७८०
७०-८०	६	७५	४५०
$\sum$ = १००		$\sum$**fm =** ३,९४०	

$\sum fm$ = ३९४०, N = १००

$$\bar{x} = \frac{\sum fm}{N}$$

$$\bar{x} = \frac{३९४०}{१००}$$

$\bar{x}$ = ३९.४

क्रियाकलाप : तलको तालिकाबाट मध्यक पत्ता लगाउनुहोस् ।

मासिक तलब	३००० –४०००	४००० –५०००	५००० –६०००	६००० –७०००	७००० –८०००	८००० –९०००
कामदार	२	२	५	५	४	१

९.३ मध्यिका र जनसङ्ख्या शिक्षामा यसको प्रयोग (Median and it's use in Population education)

क्रमबद्ध रूपमा प्रस्तुत गरिएका श्रेणीलाई दुई बराबर भागमा बाड्ने पदमूल्यहरूको मानलाई मध्यिका भनिन्छ । मध्यिकाको गणना गर्दा पदहरूलाई क्रमबद्ध रूपमा बढ्दो क्रम वा घढ्दो क्रममा राख्नुपर्दछ । मध्यिकाको गणना व्यक्तिगत श्रेणी, खण्डित श्रेणी र अविच्छिन्न श्रेणीका आधारमा गरिन्छ । जनसङ्ख्या शिक्षामा प्रयोग हुने तथ्याङ्कहरूको मध्यमान वा मध्यबिन्दु पत्ता लगाउन तथा प्रयोग हुने तथ्याङ्कलाई दुई बराबर भागमा विभाजन गरी अध्ययन गर्नका लागि यसको प्रयोग महत्त्वपूर्ण मानिन्छ ।

(क) व्यक्तिगत श्रेणी **(Individual Series)**

व्यक्तिगत श्रेणीबाट मध्यिका गणना गर्दा निम्नानुसार प्रक्रिया अपनाउनुपर्छ :

(अ) तथ्याङ्कलाई बढ्दो वा घट्दो क्रममा मिलाएर राख्ने

(आ) निम्न सूत्रको प्रयोग गर्ने $M_d = \left(\frac{N+1}{2}\right)$ औं पद

(इ) हिसाब गरेर निस्केको पदको मान नै मध्यिका हुन्छ ।

उदाहरण

तल दिइएका तथ्याङ्कका आधारमा मध्यिका गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x) = १५, २५, ३५, २०, ३०, ४५, ६५, ५०, ५५

तथ्याङ्कलाई क्रम मिलाउँदा १५, २०, २५, ३०, ३५, ४५, ५०, ५५, ६५

$M_d = \left(\frac{N+1}{2}\right)$ **औं पदको मान**

$= \left(\frac{९ + १}{२}\right)$ **औं पदको मान**

$= \left(\frac{१०}{२}\right)$ **औं पदको मान**

= ५ **औं पदको मान**

पाँचौं पदको मान ३५ भएकाले मध्यिका = ३५ हुन्छ ।

नोट: यदि कुनै पदको दशमलवमा (जस्तै *5.5*) आएमा अघिल्लो पद र पछिल्लो पदको मान राखी *2* ले भाग गरी मध्यिकाको गणना गर्नुपर्छ ।

क्रियाकलाप

तल दिइएका तथ्याङ्कका आधारमा मध्यिका गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x) = २५, ३५, १५, १२, १८, ३२, १६

(ख) खण्डित श्रेणी (Discrete Series)

यस श्रेणीबाट मध्यिका गणना गर्न निम्नानुसार सूत्र प्रयोग गरिन्छ :

मध्यिका (M_d) = $\left(\frac{N+1}{2}\right)$ औँ पदको मान

(अ) तथ्याङ्कलाई बढ्दो वा घट्दो क्रममा मिलाएर राख्ने,

(आ) निम्न सूत्रको प्रयोग गर्ने $M_d = M_d = \left(\frac{N+1}{2}\right)$ औँ पद,

(इ) दिइएका तथ्याङ्कका आधारमा सञ्चित बारम्बारता (c.f) को गणना गर्ने

३. सञ्चित बारम्बारता (c.f.) को महलमा भएको मान नै मध्यिका हुन्छ ।

उदाहरण

तलका तथ्याङ्कका आधारमा मध्यिकाको गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x)	४५	५०	५५	६०	६५	७०	८०	८५
विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	१	२	१	३	४	१	२	१

यहाँ,

प्राप्ताङ्क (x)	विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	सञ्चित बारम्बारता (c.f)
४५	१	१
५०	२	३
५५	१	४
६०	३	७
६५	४	११
७०	१	१२
८०	२	१४
८५	१	१५
	N = 15	

सूत्र $(M_d) = \left(\frac{N+1}{2}\right)$ औँ पदको मान

$= \left(\frac{१५ + १}{२}\right)$ औँ पदको मान

$= \left(\frac{१६}{२}\right)$ औँ पदको मान

= ८ औँ पदको मान

∴ ८ औँ पदको मान c.f. ११ मा छ त्यसैले मध्यिका ६५ हुन्छ ।

क्रियाकलाप : तलको तथ्याङ्कका आधारमा मध्यिकाको गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x)	२०	२५	३०	३५	४०	४५	५०	६०
विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	४	६	८	१४	७	५	३	४

(ग) अविच्छिन्न श्रेणी (Continuous series)

यस श्रेणीबाट मध्यिका गणना गर्न निम्नानुसार सूत्र प्रयोग गरिन्छ ।

(अ) दिइएको तथ्याङ्कका आधारमा सञ्चित बारम्बारता (c.f) को गणना गर्ने

(आ) निम्न सूत्रको प्रयोग गरी मध्यिका रहेको वर्ग पत्ता लगाउने ।

$M_d = \left(\frac{N}{2}\right)$ औँ पदको मान

(इ) निम्न सूत्रको प्रयोग गरी मध्यिकाको मान पत्ता लगाउने ।

$$M_d = L + \frac{\frac{N}{2} - c.f.}{f} \times i$$

यहाँ

M_d = मध्यिका

L = मध्यिका रहेको वर्गको तल्लो सीमा

c.f. = मध्यिका वर्गभन्दा तल्लो वर्गको सञ्चित बारम्बारता

f = मध्यिका रहेको वर्गको सञ्चित बारम्बारता

i = वर्ग अन्तराल

उदाहरण

निम्नलिखित तथ्याङ्कबाट मध्यिका गणना गर्नुहोस् :

प्राप्ताङ्क	०-१०	१०-२०	२०-३०	३०-४०	४०-५०	५०-६०	६०-७०	७०-८०
विद्यार्थी सङ्ख्या	२	१०	२०	२५	१८	९	११	५

यहाँ,

x	f	cf
०-१०	२	२
१०-२०	१०	१२
२०-३०	२०	३२
३०-४०	२५	५७
४०-५०	१८	७५
५०-६०	९	८४
६०-७०	११	९५
७०-८०	५	१००
	$\sum f =$ १००	

$M_d = \left(\frac{N}{2}\right)$ औँ पद

$= \left(\frac{१००}{२}\right)$ औँ पद

$=$ ५० औँ पद

$\therefore$ ५० औँ पद cf ५७ पर्ने भएकाले मध्यिका वर्ग ३०-४० मा पर्छ ।

$$M_d = L + \frac{\frac{N}{2} - c.f.}{f} \times i$$

$$= ३० + \frac{५० - ३२}{२५} \times १०$$

$$= ३० + \frac{१८०}{२५}$$

$$M_d = ३७.२$$

क्रियाकलाप : निम्नलिखित तथ्याङ्कबाट मध्यिका निकाल्नुहोस् :

प्राप्ताङ्क	२०–३०	३०–४०	४०–५०	५०–६०	६०–७०	७०–८०	८०–९०
विद्यार्थी सङ्ख्या	४	६	१२	१६	१३	५	४

९.४ रीत र जनसङ्ख्या शिक्षामा यसको प्रयोग (Mode and it's uses in Population Education)

कुनै श्रेणीमा सबैभन्दा बढी पटक दोहोरिएको वा सबैभन्दा बढी आवृत्ति भएको पदको मानलाई रीत भनिन्छ । अर्को शब्दमा भन्नुपर्दा पदको मान अधिकतम मात्रामा केन्द्रित भएको पदको मानलाई रीत भनिन्छ । रीतको गणना व्यक्तिगत श्रेणी, खण्डित श्रेणी र अविच्छिन्न श्रेणीका आधारमा गरिन्छ । जनसङ्ख्या शिक्षामा प्रयोग हुने तथ्याङ्कको बारम्बारता अध्ययन गर्न यसको प्रयोग गर्ने गरिन्छ ।

(क) व्यक्तिगत श्रेणी (Individual series)

यसको श्रेणीबाट रीतको गणना गर्दा तथ्याङ्कको निरीक्षण गर्दा सबैभन्दा बढी पटक दोहोरिएको पदको मान नै रीत हुन्छ ।

उदाहरण

तल दिइएका तथ्याङ्कका आधारमा रीतको गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क ६०, ४५, ६५, ५०, ६०, ८०, ६०, ६५, ५०, ५५, ६५, ८०, ७०, ६५, ८५

तालिका ९. १ मा दिइएका तथ्याङ्कबाट रीत गणना गर्न तलको तालिका निर्माण गरिएको छ :

प्राप्ताङ्क (x)	बारम्बारता (f)
४५	१
५०	२
५५	१
६०	३
६५	४
७०	१
८०	२
८५	१

दिइएको तथ्याङ्कमा सबैभन्दा बढी पटक (4 पटक) दोहोरिएको पदको मान 65 भएकाले रीत 65 हुन्छ ।

क्रियाकलाप

निम्नलिखित तथ्याङ्कबाट रीत निकाल्नुहोस् :

प्राप्ताङ्क (x) = ५५, ६५, ८०, ६०, ५०, ६०, ६५, ४५, ६०, ५५, ६०, ४५

(ख) खण्डित श्रेणी (Discrete Series)

यसको श्रेणीबाट रीतको गणना गर्दा तथ्याङ्कको निरीक्षण गर्दा सबैभन्दा बढी बारम्बारता भएको पदको मान नै रीत हुन्छ ।

उदाहरण : तलको तथ्याङ्कका आधारमा रीतको गणना गर्नुहोस् :

प्राप्ताङ्क (x)	२०	२५	३०	३५	४०	४५	५०	६०
विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	४	६	८	१४	७	५	३	४

दिइएको तथ्याङ्कमा सबैभन्दा बढी आवृत्ति 14 भएकाले रीत 35 हुन्छ ।

क्रियाकलाप : तलको तथ्याङ्कका आधारमा रीतको गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x)	३०	३५	४०	४५	५०	५५	६०	६५
विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	५	६	७	१५	८	१०	९	४

(ग) अविच्छिन्न श्रेणी (Continuous Series)

यस श्रेणीबाट बहुलक गणना गर्दा सबैभन्दा बढी बारम्बारता भएको वर्गान्तरमा रीत पर्दछ । रीत पत्ता लगाउन निम्नानुसार सूत्र प्रयोग गरिन्छ :

$$(M_o) = L + \frac{f_1 - f_1}{2f_1 - f_0 - f_2} \times i$$

M_o = रीत

L = रीत रहेको वर्गको तल्लो सीमा

f_0 = रीत पर्ने वर्गभन्दा तल्लो वर्गको बारम्बारता

f_1 = रीत पर्ने वर्गको बारम्बारता

f_2 = रीत पर्ने वर्गभन्दा माथिल्लो बारम्बारता

उदाहरण

दैनिक ज्यालामा काम गर्ने कामदारहरूको निम्नानुसार रीत पत्ता लगाउनुहोस् ।

दैनिक ज्याला	३००-४००	४००-५००	५००-६००	६००-७००	७००-८००	८००-९००	९००-१०००
कामदारको सङ्ख्या	२	३	५	७	१०	२	१

यहाँ,

रीतको गणना

तथ्याङ्कको निरीक्षण गर्दा ७०० – ८०० वर्गान्तर सबैभन्दा बढी १० पटक दोहोरिएको छ त्यसैले बहुलक ७०० – ८०० मा पर्छ ।

सूत्र, $M_o = L + \frac{f_1 - f_0}{2f_1 - f_0 - f_2} \times i$

Here, L = ७००, f_1 = १०, f_0 = ७, f_2 = २, i = १००

M_o = ७०० + $\frac{१० - ७}{२ \times १० - ७ - २}$ × १००

M_o = ७०० + $\frac{३००}{११}$

M_o = ७२७.२७

अथवा, मध्यक र मध्यिकाको गणना गरेपछि बहुलक निकाल्न निम्न सूत्रको प्रयोग गर्न सकिन्छ ।

रीत = ३ मध्यिका - २ मध्यक

$M_o = 3\ Md - 2\ \overline{x}$

क्रियाकलाप : निम्नलिखित तथ्याङ्कबाट मध्यिका निकाल्नुहोस् :

प्राप्ताङ्क	२०–३०	३०–४०	४०–५०	५०–६०	६०–७०	७०–८०	८०–९०
विद्यार्थी सङ्ख्या	५	७	१४	१६	१३	५	४

९.५ स्तरीय विचलन र जनसङ्ख्या शिक्षामा यसको प्रयोग

कुनै श्रेणीमा विभिन्न पदहरूको समानान्तर मध्यकबाट लिइएका विचलनहरूको वर्गको समानान्तर मध्यकको वर्गमूललाई स्तरीय विचलन भनिन्छ । स्तरीय विचलनको गणना व्यक्तिगत श्रेणी, खण्डित श्रेणी र अविच्छिन्न श्रेणीका आधारमा गरिन्छ । तथ्याङ्कका आधारमा विचलनहरूको वर्गको समानान्तर मध्यकको वर्गमूल निकाल्न र यसलाई सरल बनाई व्याख्या गर्न जनसङ्ख्या शिक्षामा स्तरीय विचलनको प्रयोग गर्ने गरिन्छ ।

(क) व्यक्तिगत श्रेणी

यसको श्रेणीबाट स्तरीय विचलनको गणना गर्दा निम्न सूत्रको प्रयोग गरिन्छ :

$$\sigma = \sqrt{\frac{x^2}{N}}$$

σ = स्तरीय विचलन

x = मध्यकबाट पदहरूको विचलन

N = पदहरूको सङ्ख्या

उदाहरण

तल दिइएको तथ्याङ्कका आधारमा स्तरीय विचलनको गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x) = १०, १५, २०, २५, ३०, ३५, ४०, ४५, ५०

दिइएको तथ्याङ्कबाट स्तरीय विचलन गणना गर्न तलको तालिका निर्माण गरिएको छ :

प्राप्ताङ्क (x)	$x = (x - \bar{x})$	x^2
१०	१० – ३० = – २०	४००
१५	१५ – ३० = – १५	२२५
२०	२० – ३० = – १०	१००
२५	२५ – ३० = – ५	२५
३०	३० – ३० = ०	०
३५	३५ – ३० = ५	२५
४०	४० – ३० = १०	१००
४५	४५ – ३० = १५	२२५
५०	५० – ३० = २०	४००
$\sum x$ = २७०		$\sum x^2$ = १५००

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{N} = \frac{२७०}{९} = ३०$$

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum x^2}{N}} = \sqrt{\frac{१५००}{९}} = \sqrt{१६६.६६७} = १२.९१$$

क्रियाकलाप : तलका तथ्याङ्कबाट स्तरीय विचलन निकाल्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x) = ५५, ६५, ८०, ६०, ५०, ६०, ६५, ४५, ६०, ५५

(ख) खण्डित श्रेणी (Discrete Series)

खण्डित श्रेणीका आधारमा स्तरीय विचलनको गणना गर्दा निम्न सूत्रको प्रयोग गरिन्छ :

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N}}$$

σ = fx2N

σ = स्तरीय विचलन

x = मध्यकबाट पदहरूको विचलन

N = पदहरूको सङ्ख्या

f = बारम्बारता

उदाहरण

तलको तथ्याङ्कका आधारमा स्तरीय विचलनको गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x)	५०	५५	६०	६५	७०	८०	८५
विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	१	२	४	४	१	२	१

यहाँ,

प्राप्ताङ्क (x)	विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	fx	$x = (x - \bar{x})$	x^2	fx^2
५०	१	५०	५० – ६५ = – १५	२२५	२२५
५५	२	११०	५५ – ६५ = – १०	१००	२००
६०	४	२४०	६० – ६५ = – ५	२५	१००
६५	४	२६०	६५ – ६५ = ०	०	०
७०	१	७०	७० – ६५ = ५	२५	२५
८०	२	१६०	८० – ६५ = १५	२२५	४५०
८५	१	८५	८५ – ६५ = २०	४००	४००
	N = १५	∑fx = ९७५			$\sum fx^2$ = १४००

$$\bar{x} = \frac{\sum fx}{N} = \frac{९७५}{१५} = ६५$$

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N}} = \sqrt{\frac{१४००}{१५}} = \sqrt{९३.३३} = ९.६७$$

क्रियाकलाप : तलको तथ्याङ्कका आधारमा स्तरीय विचलन गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x)	३०	३५	४०	४५	५०	५५	६०	६५
विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	५	६	५	४	६	४	२	४

(ग) अविच्छिन्न श्रेणी (Continuous Series)

अविच्छिन्न श्रेणीका आधारमा स्तरीय विचलनको गणना गर्दा निम्नसूत्रको प्रयोग गरिन्छ :

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N}}$$

σ = स्तरीय विचलन

x = मध्यकबाट पदहरूको विचलन

N = पदहरूको सङ्ख्या

f = बारम्बारता

उदाहरण

तलको तथ्याङ्कबाट स्तरिय विचलन पत्ता लगाउनुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (Marks)	३०-४०	४०-५०	५०-६०	६०-७०	७०-८०	८०-९०
विद्यार्थी सङ्ख्या (No. of students)	१७	१९	२५	२०	१०	९

यहाँ,

X	f	m	fm	$x = m - \bar{x}$	x^2	fx^2
३० – ४०	१७	३५	५९५	३५ – ५६.४ = २१.४	४५७.९६	७७८५.३२
४० – ५०	१९	४५	८५५	४५ – ५६.४ = ११.४	१२९.९६	२४६९.२४
५० – ६०	२५	५५	१३७५	५५ – ५६.४ = –१.४	१.९६	४९.००
६० – ७०	२०	६५	१३००	६५ – ५६.४ = ८.६	७३.९६	१४७९.२०
७० – ८०	१०	७५	७५०	७५ – ५६.४ = १८.६	३४५.९६	३४५९.६०
८० – ९०	९	८५	७६५	८५ – ५६.४ = २८.६	८१९.९६	७३७९.६४
	$\sum$f = १००	$\sum$fm = ५,६४०				२६,२२२

$\sum fm = ५६४०$, $N = १००$

$$\bar{x} = \frac{\sum fm}{N}$$

$$\bar{x} = \frac{५६४०}{१००}$$

$$= ५६.४$$

स्तरीय विचलनको गणना

$\sum fx^2 = २२६२२$, $N = १००$

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N}}$$

$$\sigma = \sqrt{\frac{२२६२२}{१००}}$$

$$\sigma = \sqrt{२२६.२२}$$

$$\sigma = १५.०४$$

क्रियाकलाप : तलको तथ्याङ्कका आधारमा स्तरीय विचलन गणना गर्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क (x)	१०-२०	२०-३०	३०-४०	४०-५०	५०-६०	६०-७०	७०-८०
विद्यार्थी सङ्ख्या (f)	१०	१२	१४	२०	१५	५	४

९.६ आवृत्ति, तालिकीकरण, स्तम्भ चित्र, वृत्त चित्रका साथै जनसाङ्ख्यिक तथ्याङ्कहरूको प्रस्तुति (Friquency, Tabulation, Bar diagrams and Pai chart in Demographic presentations)

तथ्याङ्कलाई सरल र सहज बनाई प्रस्तुत गर्ने विभिन्न तरिकारहरू रहेका हुन्छन् । जसले गर्दा तथ्याङ्कलाई रेखाचित्रबाट हेर्नासाथ बुझ्न सकिन्छ । लामो वा ठुलो आकारमा प्रयोग भएका तथ्याङ्कलाई सरल र सहज तरिकाले प्रष्ट पार्न आवृत्तिको प्रयोग हुन्छ भने धेरै तथ्याङ्कलाई समष्टिगत गरी एकैपटकमा बुझ्न वा बुझाउनका लागि तथ्याङ्कको तालिकीकरण गरिन्छ । तथ्याङ्कहरू विभिन्न चित्रहरूमा उतार्ने विधिहरू भनेका स्तम्भ चित्र तथा वृत्त चित्रहरू हुन् ।

(क) आवृत्ति (Frequency distributions)

सङ्ख्यात्मक रूपमा प्रस्तुत गरिएका चरहरूको मूल्यका आधारमा तथ्याङ्कहरूको सङ्ख्यात्मक वर्गीकरण गर्ने गरिन्छ । यसरी वर्गीकरण गर्ने काम नै आवृत्ति हो । चर राशि (Variables) हरू अखण्डित (Continuous)

वा खण्डित (Discrete) हुनसक्छन् । अखण्डित चर राशिका जुनसुकै सम्भाव्य भिन्न (Fraction) पनि हुन सक्दछन्, जस्तै: उचाइ, तौल आदि । यस्तैगरी खण्डित चर (Discrete Variables) को Value ले सम्भाव्य भिन्नको रूप लिन सक्दैन । उदाहरणका लागि कुनै कक्षाकोठाका विद्यार्थीको सङ्ख्या लिन सकिन्छ ।

अध्ययन तथा अनुसन्धानमा सङ्ख्याको प्रयोग र यससँग सम्बन्धित बारम्बारता वा प्रयोग गरिएका सङ्ख्या वा चरहरूको दोहोरिने प्रकिया हुन्छ । कुनै चर वा नम्बर कतिपटक दोहोरियो भन्ने कुराहरू यसबाट प्रष्ट हुन्छ । हेर्दा पढ्दा सजिलोसँग बुझ्ने गरी लेखिएको हुन्छ । त्यसैले अखण्डित चर राशिहरूले बनाएको श्रेणीलाई अविच्छिन्न श्रेणी (Continuous series) या खण्डित चर राशिले बनाएको श्रेणीलाई Discrete series भनिन्छ ।

जनसङ्ख्या शिक्षामा यसको प्रयोग अध्ययन तथा अनुसन्धानसँग सम्बन्धित रही सङ्ख्यात्मक विश्लेषणका लागि गरिन्छ । सङ्ख्याहरूको आवृत्ति वितरण गर्नमा यसको प्रयोग गरिन्छ । आवृत्ति वितरण (Frequency distribution) पनि चर राशिहरूकै आधारमा गरिएको हुन्छ । अखण्डित चर राशिहरूको वितरणलाई (Continuous Frequency distribution) अखण्डित आवृत्ति वितरण र खण्डित चर राशिहरूको वितरणलाई खण्डित आवृत्ति वितरण (Discrete Frequency distribution) भन्ने गरिन्छ । बनावटको दृष्टिकोणबाट खण्डित आवृत्ति वितरणमा (Discrete Frequency distribution) चर राशिहरू निश्चित पूर्णाङ्कका रूपमा हुन्छन्, र त्यससम्बन्धी आवृत्तिहरू पनि रहन्छन् भने अखण्डित आवृत्ति वितरणमा वर्गान्तर तथा त्यससम्बन्धी आवृत्तिहरू रहन्छन । उदाहरणका लागि कुनै गाउँलिकाको ५० घरपरिवार सङ्ख्याको मासिक आम्दानीलाई निम्नानुसा प्रस्तुत गरिएको छ ।

तालिका ९.१ : ५० घरपरिवार सङ्ख्याको मासिक आम्दानीको खण्डित आवृत्ति वितरण

परिवार सङ्ख्या	मासिक आय
११	१०,०००
५	१५,०००
४	२०,०००
३०	२५,०००
कुल परिवार सङ्ख्या = ५०	

अखण्डित आवृत्ति वितरण

उदाहरणका लागि कुनै विद्यालयका कक्षा १० का ५०० जना विद्याथीको तौलको अखण्डित आवृत्ति वितरण निम्नानुसार हन्छ ।

तालिका ९.२ : कक्षा १० का ५०० जना विद्यार्थीको तौलको अखण्डित आवृत्ति वितरण

कक्षा १० का विद्यार्थी सङ्ख्या	तौल (कि.ग्रा. मा)
२०	३०-३५
५०	३५-४०
१७०	४०-४५
१००	४५-५०
९०	५०-५५
७०	५५-६०
कुल विद्यार्थी = ५०० जना	

(ख) तालिकीकरण (Tabulation)

अध्ययन तथा अनुसन्धानका क्रममा आवश्यक पर्ने अर्को महत्त्वपूर्ण विधि तालिकीकरण हो । अध्ययनका लागि आवश्यक तथ्याङ्कहरू सङ्कलन गरिसकेपछि यसको वर्गीकरण गरिन्छ । वर्गीकरणपछिको अवस्था भनेको तालिकीकरण गर्नु हो । तालिकीकरणका माध्यमबाट तथ्याङ्कहरू प्रष्ट बुझ्न सकिने, क्रमबद्ध रूपमा बढ्दो वा घट्दो क्रम (Ascending or Descending order) मा प्रस्तुत गरिन्छ । तालिकीकरणका माध्यमबाट नै तथ्याङ्क विश्लेषण गर्न सजिलो हुन्छ ।

हेर्दा सजिलै बुझ्न र तथ्याङ्कको प्रवृत्ति थाहा पाउन पनि तालिकीकरण महत्त्वपूर्ण मानिन्छ । जटिल तथ्याङ्कहरूलाई पनि सजिलै बुझ्ने ढाँचामा सरलीकरण गर्नु तालिकीकरणको महत्त्वपूर्ण पक्ष हो । तालिकीकरण गरिसकेपछि तथ्याङ्कलाई विश्लेषण गर्न पनि सजिलो मानिन्छ । तथ्याङ्कहरूको तालिकीकरण पाँच तरिकाबाट गर्न सकिन्छ ।

(क) सरल तालिका वा एक गुण तालिका (One way Table)

यस तालिकामा एउटा मात्र गुण भएका चर राशिहरूको प्रयोग गरिन्छ । अथवा दुई वा दुईभन्दा धेरै चरहरूको उत्तर प्राप्त गर्न सकिने भए पनि समष्टिगत रूपमा एक मात्र चर समावेश गर्ने गरी उत्तर प्राप्त हुन्छ । जस्तैः कुनै विद्यालयका कक्षा १० का ८० जना विद्यार्थीले प्राप्त गरेको प्राप्ताङ्कलाई एक गुण तालिकामा निम्नानुसार देखाइएको छ :

तालिका ९.३ : ८० जना विद्यार्थीले गणित विषयमा प्राप्त गरेको नतिजाको एक गुण (One way Table) तालिका

विद्यार्थी सङ्ख्या	विद्यार्थीको कुल प्राप्ताङ्क
५	१०-२०
१०	२०-३०
२५	३०-४०
१०	४०-५०
२०	५०-६०
५	६०-७०
५	७०-८०
५	८०-९०
कुल विद्यार्थी सङ्ख्या ८० जना	

(ख) दोहोरो तालिका (Two way table)

एउटै तालिकामा दुई प्रकारका सूचना दिने खालका तथ्याङ्कहरू प्रयोग गरी बनाइएका तालिकाहरू द्विगुणी तालिका (Two way table) हरू हुन् । यस तालिकामा समावेश गरिएका तथ्याङ्कहरू दुई प्रकारका हुन्छन् । उदाहरणका लागि कक्षा १० मा पढ्ने ४० विद्यार्थीले विज्ञान विषयमा प्राप्त गरेको प्राप्ताङ्कलाई द्विगुणा (Two way table) तालिकामा निम्नानुसार प्रस्तुत गरिएको छ :

तलिका ९.४ : कक्षा १० का विद्यार्थीहरूले विज्ञान विषयमा प्राप्त गरेको प्राप्ताङ्कको द्विगुणा तालिका (**Two way table**)

कक्षा १० का विद्यार्थी			प्राप्ताङ्क
जम्मा	छात्रा	छात्र	
१०	६	४	३०-४०
८	२	६	४०-५०
२	२	०	५०-६०
२०	१२	८	६०-७०
कुल सङ्ख्या २०	कुल छात्रा २२	कुल छात्र १८	

(ग) त्रिगुणी तालिका (Three way Table):

एउटै तालिकाबाट तीन प्रकारका तथ्याङ्कहरू समावेश भएका तालिकाहरू पनि हुन्छन् । एउटा तालिकाबाट तीन प्रकारका सूचनाहरू समावेश गर्न सकिन्छ । यसरी बनाइएका तालिकाहरू नै त्रिगुणा तालिकाहरू हुन् । उदाहरणका लागि दुईओटा सदनका कक्षा १० का ४० विद्यार्थीले सामाजिक विषयमा प्राप्त गरेको नम्बरका आधारमा तलको त्रिगुना तालिका तयार गरिन्छ ।

तालिका ९.५ : दुई विद्यालयका सामाजिक विषयमा प्राप्त गरेको प्राप्ताङ्कअनुसार त्रिगुना तालिका

छात्रा			छात्र			जम्मा			प्राप्ताङ्क
सगरमाथा	धौलागिरि	जम्मा	सगरमाथा	धौलागिरि	जम्मा	सगरमाथा	धौलागिरि	जम्मा	
४	३	७	१०	२	१२	१४	५	१९	३०-४०
२	१	३	१	३	४	३	४	७	४०-५०
१	०	१	०	०	०	१	०	१	५०-६०
३	५	८	१	३	४	४	८	१२	६०-७०
०	०	०	१	०	१	१	०	१	७०-८०
जम्मा १०	जम्मा ९	जम्मा १९	जम्मा १३	जम्मा ८	जम्मा २१	जम्मा २३	जम्मा १७	जम्मा ४०	

(घ) बहुगुणी तालिका (Multiple Table): तथ्याङ्कहरूको प्रयोग गर्ने र तालिकाहरू निमार्ण गर्ने क्रममा तीन गुणभन्दा धेरै गुणहरू देखाउने तालिकाहरू पनि हुने गर्दछन् । यस्ता तालिकाहरूमा धेरै प्रकारले तथ्याङ्कहरूलाई विश्लेषण गर्न सकिन्छ । यस्ता विशेषता भएका तालिकाहरू बहुगुणा तालिकाहरू हुन् ।

(ङ) सञ्चयी आवृत्ति तालिका (Cumulative Frequncy Table): तथ्याकङ्कको प्रयोग गर्ने क्रममा कहिलेकाहीँ तथ्याङ्कको आआफ्नो आवृत्ति नदिएर सञ्चयी आवृत्तिका रूपमा पनि प्रस्तुत गरिन्छ । सञ्चयी आवृत्ति वितरण तालिका बनाउँदा तथ्याङ्क अन्तरका सीमा नदिएर माथिल्लो वा तल्लो सीमा मात्र दिइन्छ । यसलाई भन्दा कम वा भन्दा बढी भनेर जनाउने गरिन्छ । सामान्यतया सञ्चयी आवृत्ति निकै महत्त्वपूर्ण रहेको र तथ्याङ्कहरूको प्रयोग गर्दा धेरै प्रयोगमा आएको पाइन्छ । उदाहरणका लागि तलको तालिका तयार गरी हेरौँ ।

कक्षा ९ का ४० जना विद्यार्थीले अङ्ग्रेजी विषयमा प्राप्त गरेको प्राप्ताङ्कलाई सञ्चयी आवृत्ति तालिकामा निम्नानुसार देखाइएको छ ।

तालिका ९.६ : कक्षा ९ का ४० जना विद्यार्थीले अङ्ग्रेजी विषयमा प्राप्त गरेको अङ्कको सञ्चयी तालिका

विद्यार्थी सङ्ख्या	सञ्चयी आवृत्ति	प्राप्त तथ्याङ्क
४	४	३० भन्दा कम्
४+२=६	६	४० भन्दा कम
६+१०=१६	१६	५० भन्दा कम
१६+४=२०	२०	५० भन्दा माथि
२०+२०=४०	४०	६० भन्दा माथि

क्रियाकलाप

विद्यालयबाट सञ्चालित कुनै एक परीक्षाको नतिजालाई शिक्षकको सहायताले विद्यार्थीहरूले आवश्यक सूचना सङ्कलन गरी आवृत्ति र तालिकीकरण गर्नुहोस ।

(ग) स्तम्भ चित्र (Bar diagrams)

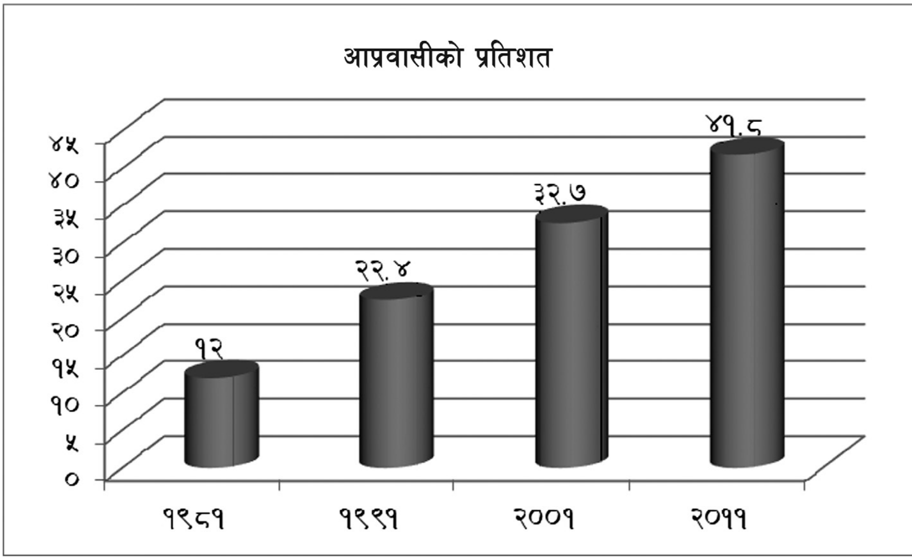
तथ्याङ्कहरू स्पष्ट तथा सरल तरिकाबाट बुझ्न सकिने गरी प्रस्तुत गर्नुपर्छ । यसरी तथ्याङ्कहरू प्रस्तुत गर्ने विधिहरू फरक फरक रहेका छन् । धेरै प्रयोग भएको र सजिलैसँग आकँडाहरू बुझ्न सकिने विधि भनेको स्तम्भ चित्र हो । यसको प्रयोगबाट तथ्याङ्कहरूलाई सरल तरिकाबाट सजिलै तुलनात्मक विश्लेषण पनि गर्न सकिन्छ । जस्तै : फरक समयमा भएको जनसङ्ख्याको परिवर्तनका तथ्याङ्क र उत्पादन जस्ता कुरालाई झट्ट हेर्नासाथ बुझिने गरी स्तम्भ चित्र (Bar Diagrams) मा देखाइन्छ । स्तम्भ चित्र पनि तीन प्रकारले निर्माण गर्न सकिन्छ ।

(अ) सरल स्तम्भचित्र (**Simple bar diagrams**): सामान्य रेखाचित्रमा एउटा मात्र चर राशिलाई स्पष्टसँग देखाइएको हुन्छ । तथ्याङ्कलाई रेखाचित्रमा देखाउँदा श्रेणीगत रूपमा प्रस्तुत गरिन्छ । सबै रेखाहरूको लम्बाइ र चौडाइ तथ्याङ्कका आधारमा बराबर रहेका हुन्छन् । उदाहरणका लागि नेपालमा विभिन्न समयमा भएको जनगणनामा आप्रवासीको जनसङ्ख्या पनि सङ्कलन गरिएको थियो । सोहीअनुसार सन् १९९१ देखि २०११ सम्मका आप्रवासीहरूको प्रतिशतलाई निम्नानुसारको सामान्य रेखाचित्रबाट प्रस्तुत गरिएको छ :

तालिका ९.७ : नेपालको जनगणना १९९१ देखि २०११ सम्मको आप्रवासीको प्रतिशत तलको तालिकामा प्रस्तुत गरिएको छ ।

जनगणना वर्ष	आप्रवासी दर (प्रतिशतमा)
१९८१	१२
१९९१	२२.४
२००१	३२.७
२०११	४१.८

माथिको तालिकाअनुसार आप्रवासीहरूको तथ्याङ्कलाई स्तम्भ चित्रमा निम्नानुसार प्रस्तुत गरिएको छ ।



(आ) पूरक स्तम्भ चित्र (Component bar diagrams)

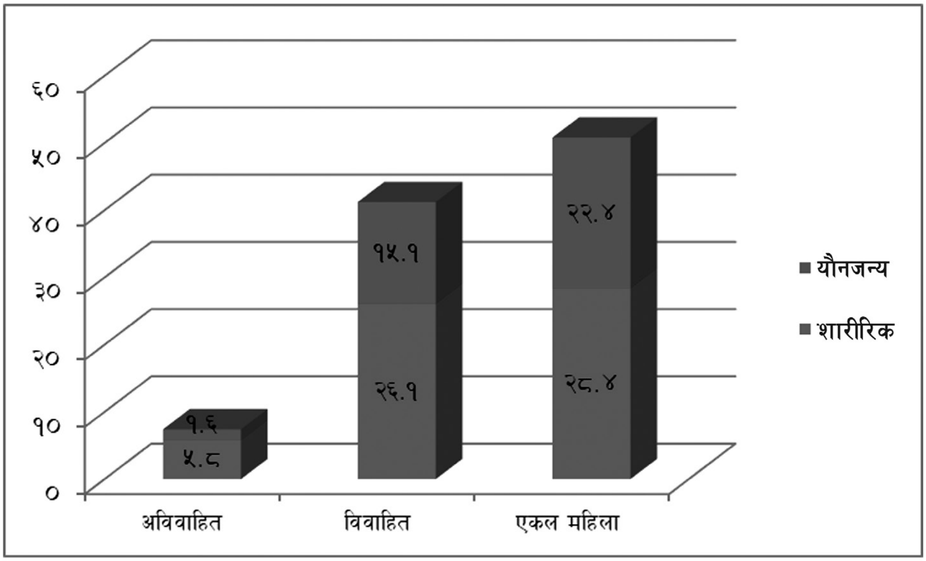
फरक समयका तथ्याङ्कलाई एउटै रेखाचित्रमा पनि प्रस्तुति गर्न सकिन्छ । एउटै स्तम्भमा दुई वा सोभन्दा धेरै तथ्याङ्कहरू प्रस्तुत गरिएको छ भने त्यो पूरक रेखाचित्र हो । जसमा दुई वा सोभन्दा धेरै चरहरूलाई समावेश गरिन्छ र सजिलोसँग पढ्न र बुझ्न सकिने बनाइएको हुन्छ । पूरक रेखाचित्रमा एकै समयका फरक वास्तविक तथ्याङ्क प्रयोग गरिने भएकाले निकै प्रभावकारी मानिएको छ । जनसङ्ख्या र जनसङ्ख्या शिक्षासँग नजिक रहेका तथ्याङ्कहरू यस प्रकारका रेखाचित्रमा प्रस्तुत गरिएको हुन्छ । उदाहरणका लागि सन् २०११ को जनगणनामा सङ्कलन गरिएका महिला हिंसामध्ये शारीरिक हिंसा र यौनजन्य हिंसाका तथ्याङ्कहरूलाई पूरक रेखाचित्र (component bar diagrams) मा प्रस्तुत गरिएको छ । जसमा विवाह नहुँदै, विवाह पछि र सम्बन्ध विच्छेद/छुट्टिएर बसेको अवस्था/विधवा अवस्थामा महिलाहरूले अनुभव गर्नु परेका शारीरिक र यौनजन्य हिंसाहरूको तथ्याङ्कलाई प्रष्टसँग प्रस्तुत गरिएको छ ।

तालिका ९.८ : सन् २०११ को जनगणनाअनुसार महिला हिंसाको स्थिति

वैवाहिक स्थिति	शारीरिक हिंसा	यौनिक हिंसा
अविवाहित	५.८	१.६
विवाहित	२६.१	१५.१
एकल महिला	२८.४	२२.४

नेपालको जनगणना सन् २०११ अनुसार विभिन्न प्रकारका हिंसामा परेका महिलाको अवस्थालाई प्रतिशतका आधारमा पूरक स्तम्भ चित्र निम्नानुसार बनाउन सकिन्छ ।

सन् २०११ को जनगणनाअनुसार नेपालमा हिंसामा परेका महिलाहरूको अवस्था



(इ) बहुगुणी रेखाचित्र (Multiple diagrams)

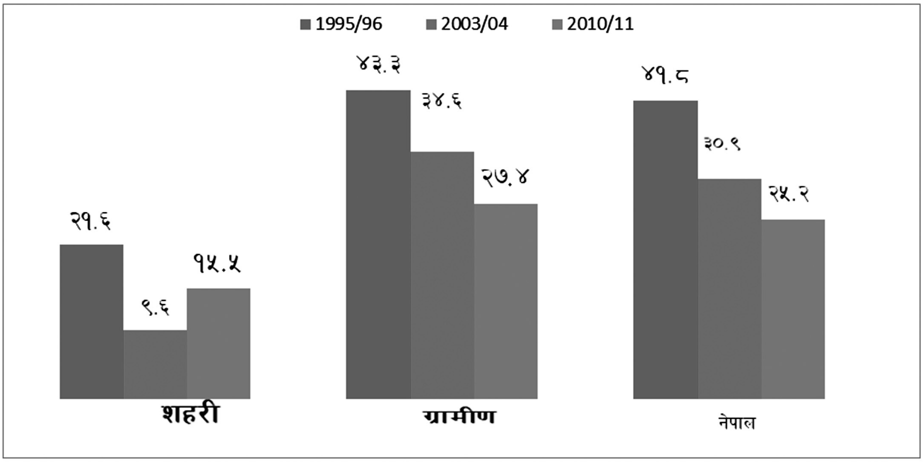
तथ्याङ्कहरूलाई विभिन्न अध्ययन तथा अनुसन्धानको प्रकृतिअनुसार पनि फरक फरक तरिकाले प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । बहुगुणी रेखाचित्रमा तथ्याङ्कहरूलाई फरक फरक तर जोडिएको रेखाचित्रमा प्रस्तुत गरिन्छ । विभिन्न समयमा प्राप्त भएका फरक तथ्याङ्कलाई एकै पटक पनि प्रस्तुत गर्न सकिन्छ । उदाहरणका लागि नेपालमा सन् १९९५/९६ देखि २०१०/११ सम्मका नेपालका गरिबीको रेखामुनी रहेका जनताको तथ्याङ्कलाई बहुगुणी रेखाचित्रमा प्रस्तुत गरिएको छ । जसमा तीनओटा फरक समयमा गाउँमा बस्ने, सहरमा बस्ने र सबै नेपालमा नै कति प्रतिशत जनता गरिबीको रेखामुनि छ भन्ने कुरा सरल र स्पष्ट बुझिएको छ ।

तालिका ९.९ : नेपालमा पहिलो, दोस्रो र तेस्रो नेपाल जीवनस्तर सर्वेक्षणअनुसार नेपालमा गरिबीको रेखामुनी रहेका जनसङ्ख्या (प्रतिशतमा)

सर्वेक्षण वर्ष (सन्मा)	सहर क्षेत्र	ग्रामीण क्षेत्र	नेपाल
१९९५/९६	२१.६	४३.३	४१.८
२००३/०४	९.६	३४.६	३०.९
२०१०/११	१५.५	२७.४	२५.२

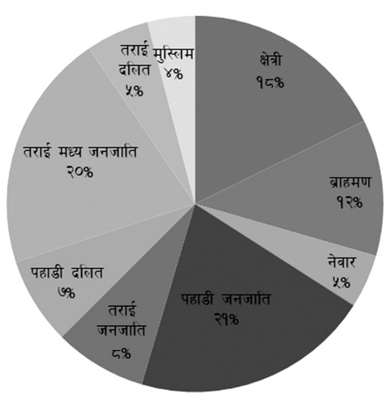
स्रोत:- नेपाल जीवनस्तर सर्वेक्षण सन् १९९६, २००३ र २०१०

नेपाल जीवनस्तर सर्वेक्षण सन् १९९५/९६, २००३/०४ र २०१०/११ अनुसार नेपालमा गरिबीको रेखामुनि रहेकाको प्रतिशत



(ई) वृत्त चित्र (**Pie Chart**)

सङ्ख्यात्मक तथ्याङ्कहरूलाई चित्रमा देखाउने अर्को विधि भनेको वृत्तचित्र हो । यसको प्रयोग धेरैजसो पत्रपत्रिका, बुलेटिनहरूमा तथा बजेट र जनसङ्ख्याका विविध तथ्याङ्कीय प्रस्तुतीकरण, अरू आर्थिक सूचना दिने कामका लागि प्रयोग गरिन्छ । एउटा पूर्ण वृत्तमा सम्पूर्ण सूचनाहरू समावेश गरी बनाइएको हुनाले देख्नेले पनि सजिलै र सरल भाषामा बुझ्न सक्छन् । पूर्ण वृत्तलाई आवश्यक भएका तथ्याङ्कका आधारमा वैज्ञानिक तरिकाले भाग लगाइ बनाइएको हुन्छ । उदाहरणका लागि नेपालको जनगणना सन् २०११ मा नेपालमा रहेका मुख्य जातजाति तथा आदिवासीहरूको प्राप्त तथ्याङ्कका आधारमा पूर्ण वृत्तलाई विभाजन गरी निकालिएको छ ।



क्रियाकलाप

नेपालको मोनोग्राफको प्रयोग गरी विषय शिक्षकको सहयोगमा समूहमा विभाजन भई नेपालको जनसङ्ख्यासम्बन्धी विभिन्न सूचनाहरू सङ्कलन गरी प्राप्त तथ्याङ्कका आधारमा रेखाचित्र र वृत्रचित्र निर्माण गरी कक्षाकोठामा प्रस्तुत गनुहोस् ।

अभ्यास

१. तलका प्रश्नहरूको अति छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) मध्यिकाको प्रयोग किन गरिन्छ ?

(ख) रीत भन्नाले के बुझिन्छ ।

(ग) आवृत्ति भनेको के हो ?

(घ) रेखाचित्र किन प्रयोग गरिन्छ ?

(ङ) रेखाचित्र कति प्रकारले प्रयोग गर्न सकिन्छ ?

(च) वृत्तचित्र कस्तो आकारको हुन्छ ?

२. तलका प्रश्नहरूको छोटो उत्तर दिनुहोस् :

(क) तथ्याङ्क र जनसङ्ख्या शिक्षाको कस्तो सम्बन्ध रहेको हुन्छ ? वर्णन गर्नुहोस् ।

(ख) आवृत्ति वितरणलाई कति भागमा विभाजन गर्न सकिन्छ ? उल्लेख गर्नुहोस् ।

(ग) रीतको प्रयोग किन गरिन्छ ? प्रष्ट पार्नुहोस् ।

(घ) मध्यिका निकाल्ने सूत्र प्रष्टसँग लेख्नुहोस् ।

(ङ) स्तरीय विचलनको प्रयोग जनसङ्ख्या शिक्षामा किन गरिन्छ ? सङ्क्षेपमा लेख्नुहोस् ।

३. तलका प्रश्नहरूको लामो उत्तर दिनुहोस् :

१. निम्न तथ्याङ्कहरूको प्रयोग गरी मध्यिका निकाल्नुहोस् ।

प्राप्ताङ्क	०-१०	१०-२०	२०-३०	३०-४०	४०-५०	५०-६०	७०-८०	८०-९०
विद्यार्थी सङ्ख्या	२	६	१८	२२	१८	९	११	५

२. नेपाल जनसाङ्ख्यिक स्वास्थ्य सर्वेक्षणको Web side मा गई नेपालको हालसम्मको कुल प्रजनन दरको तथ्याङ्क निकाली रेखाचित्र बनाउनुहोस् ।

३. नेपालका शीर्ष आठ जिल्लाका घरपरिवार सङ्ख्या तल दिइएको छ । उक्त तथ्याङ्कलाई स्तम्भ चित्रमा देखाउनुहोस् ।

I	काठमाडौं	४६९०००
II	मोरङ	२२१०००
III	झापा	१८८०००
IV	रुपन्देही	१७००००
V	सुनसरी	१६७०००
VI	धनुषा	१४८०००
VII	कैलाली	१४६०००
VIII	सर्लाही	१४००००

जिल्लागत घरपरिवार सङ्ख्या

५. तलको तथ्याङ्कबाट वृतचित्र निर्माण गर्नुहोस् ।

Item	**Food**	**Clothing**	**House**	**Education**	**Fuel and lighting**	**Others**	
Expendi-ture	140	100	70	40	50	80	