Eastern Africa Journal of Kiswahili

[ISSN 2958-1036]
Volume: 04 Issue: 01 | May-2025

EAJK

Dhima ya Futuhitandao Katika Kukabiliana na Masuala ya Afya ya Akili Miongoni mwa Wakenya

Authors

Magambo Emilly Angushi [(1)]; Simiyu Fred Wanjala [(2)]; Orina Felix Ayioka [(3)]

Main author's email: emilymagambo77@gmail.com

(1.2.3) Kibabii University, Kenya.

Cite this article in APA as;
Magambo, E. A., Simiyu, F. W., & Orina, F. A. (2025). Dhima ya futuhitandao katika kukabiliana na masuala ya afya ya akili miongoni mwa Wakenya. *Eastern Africa journal of Kiswahili*, 4(1), 11–22. https://doi.org/10.51317/eajk.v4i1.741

OPEN ACCESS
A publication of Editon Consortium Publishing (online)

Article history
Received: 2025-03-28
Accepted: 2025-04-25
Published: 2025-05-27

Scan this QR to read the paper online

Copyright: ©2025 by the author(s). This article is an Open Access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License (CC BY-NC-SA 4.0).

IKISIRI

Fasihi kupitia utambuzi na tanzu zake tofauti, tangu jadi, imekuwa na majukumu mahususi ya kutekeleza katika jamii. Kama utanzu mojawapo wa fasihi simulizi, futuhi imetumika pakubwa katika vyombo vya habari kama vile televisheni na redioni kuwafurahisha na kuwachekesha watazamaji na wasikilizaji. Hata hivyo, katika siku za hivi karibuni, futuhi imechukua mkondo tofauti katika uwasilishaji wake. Hii ni kwa sababu ya njia mpya ya mawasiliano ya teknolojia ya kisasa ambayo imezua mitandao ya kijamii kama vile Facebook, TikTok, Twitter, Instagram na YouTube. Mbinu mpya za kiteknolojia sasa zipo kwa wingi kuliko wakati mwingine wowote. Licha ya mkurupuko wa mbinu hizi, tusisahau kwamba tangu jadi futuhi imekuwa muhimu katika jamii mbalimbali. Lakini sasa futuhi imekuwa karibu zaidi kwa sababu ya teknolojia ya kisasa. Vile vile, suala la afya ya akili limekuwa nyeti miongoni mwa Wakenya. Hivyo basi, kukawa na haja ya kuchunguza zaidi kuhusu futuhi katika mitandao hii ya kijamii na afya ya akili miongoni mwa Wakenya. Mada hii vile vile ilichaguliwa kwa sababu tafiti ambazo zilihusu futuhi, ziliegemea futuhi katika vitabu vya riwaya na tamthilia na hazikujikita katika suala la afya ya akili. Hivyo basi, makala hii ilinuia kujaza pengo hili kwa kutafitia futuhitandao na afya ya akili miongoni mwa Wakenya, na hasa kwa kuzingatia futuhi zinazopatikana kwenye mitandao ya kijamii hususan Facebook, Twitter na YouTube. Makala hii ilitumia nadharia ya Burudiko ya Sigmund Freud. Utafiti huu ulitumia muundo wa kiethnografia, mkabala wa kithamano. Data kuhusu futuhitandao ilikusanywa kwa mbinu ya Uchanganuzi wa Yaliyomo. Uteuzi wa sampuli ulikuwa wa kimakusudi na kinasibu. Umuhimu wa makala hii ni kuwa, matokeo yake yatasaidia katika ufundishaji wa futuhi. Inapendekezwa kuwa tafiti zaidi zifanywe kuhusu suala la afya ya akili kwa kurejelea vipera vingine vya fasihi simulizi.

Maneno Muhimu: Afya ya akili, dhima, futuhitandao, kukabiliana, masuala.

UTANGULIZI

Masuala ya afya ya akili yamekuwa changamoto kubwa miongoni mwa Wakenya, hasa kutokana na ongezeko la msongo wa mawazo na shinikizo za maisha kila siku. Futuhi imeonekana tangu awali kama tiba na njia bora ya kukabiliana na maisha. Hii ni kwa sababu, vichekesho hudhaniwa kuwa njia ya kipekee ya kukabiliana na mawazo. Ngure (2011), anasema kuwa dhima katika fasihi ni wajibu mkubwa au uwezo wa kufanya jambo. Arnott (1965), alitambua ya kuwa, dhima ya futuhi mtandaoni, ilijihusisha zaidi na uhalisia wa maisha ya wananchi. Maelezo ya kisaikolojia ya namna futuhi huendeleza afya ya akili yamegusiwa, kwa mfano, kupunguza fikira nyingi.

Futuhi zinazolenga hali ngumu ya maisha hufanya watu kuwa na fikra ya namna ya kukabiliana na hali hizo. Kwa mfano, mtu anayekabiliana na hali ngumu kama mtihani, upasuaji au mahojiano ya kikazi, huweza kupata uoga au kuwa katika hali tatanishi asiyokuwa na mamlaka juu yake, kupitia kicheko, huweza kukabiliana na suala hili kwa namna tofauti. Bloch (1983), aliangazia kuwa futuhi katika kundi la watu huendeleza uwazi na namna ya kuangazia mambo, huendeleza pia stadi za kijamii, na kule kujieleza wazi na kukifanya kikundi kiwe na nguvu, maono na kupunguza kutoelewana.

Makala hii inaangazia dhima ya futuhitandao katika kukabiliana na afya ya akili. Tafiti mbalimbali zilizoangazia athari za futuhi zimeonyesha matokeo tofauti tofauti. Baadhi zimeonyesha athari chanya kwenye afya ya akili. Kwanza kabisa, baadhi ya tafiti zilionyesha kuwa mazoea ya matuzi ya futuhi huweza kuwa na jukumu la kupunguza msongo wa mawazo. Masimulizi ya kuchekesha wakati wa kutazama filamu iliyojaa mawazo, huibua athari ambayo inakuwa na kiwango cha chini cha msongo wa mawazo kuliko kubuni filamu iliyo na mawazo mazito. Kulingana na mtaalam Martin (2007), vichekesho chanya huwa na athari chanya kwenye afya ya akili.

MAPITIO YA MAANDISHI

Ponera (2016) alitafiti kuhusu ufutuhi katika jamii za Watanzania: Mjadala kuhusu sura za utokeaji na dhima zake. Anashadidia kuwa ufutuhi ni hali za uchangamfu, furaha na kicheko inayojengwa na maneno, matendo, matukio au mazingira yoyote yenye mnato na mvuto. Jumbe za kifutuhi hizi zilizokusanywa kutoka katika vyanzo anuwai vya mifumo ya kimawasiliano itokanayo na tehama, hususan kupitia ujumbe wa kawaida, *WhatsApp*, *Facebook* na barua pepe zilirejelewa. Halikadhalika, Ponera (2016) anahoji kuwa kimatumizi, dhana ya ufutuhi huweza kuchukuliwa kwa mitazamo mikubwa miwili: Mtazamo wa kwanza ni huo wa kuuegemeza kwenye matokeo (ya vijenzi kama vile kejeli, ubeuzi na utani). Mtazamo wa pili ni mpana zaidi ambapo ufutuhi huchukuliwa kuwa ni jumla ya hatua na mambo yote yanayounda mazingira ya kutokea kwa tabasamu, kicheko au furaha. Mambo hayo hujumuisha mhusika mwenyewe, maneno au matendo yake, hatua za utendaji au unenaji pamoja na mwonekano wake, jambo ambalo huwezesha habari kupashwa kwa mbinu ambazo hutuliza akili, hivyo kupunguza msongamano wa mawazo.

Naye Mbogo (2015) anahoji kuwa futuhi huwezesha mawasiliano ya kisanii kati ya makundi mawili ya watu, waigizaji na watazamaji. Anaongezea kuwa, futuhi hukuza uwezo wa kufikiri na ubunifu wa kisanii kwa watunzi na watazamaji. Anaendelea kusema kuwa futuhi ni chanzo cha ajira kwa vijana hata na wazee kuweza kuwa waigizaji na watunzi wa tamthilia. Futuhi huwapa wengi waigizaji na watunzi umaarufu mkubwa wakafahamika ndani ya nchi na hata nje ya nchi. Futuhi yaweza kuwa chanzo cha maarifa yanayoweza kutumika katika kuelimisha jamii katika masuala mbalimbali. Vile vile, anashadidia kuwa futuhi inayo nafasi ya pekee ya kuhifadhi na kukuza utamaduni wa jamii husika. Anaeleza kuwa futuhi yaweza kutumika kama sehemu ya kupunguza msongo wa kimawazo kwa watazamaji na wasomaji wa kazi za futuhi, kwani huweza kuwafanya wahusika kufurahi, kucheka na hata kusahau matatizo mbalimbali ambayo yalikuwa yanawakabili kabla ya kutazama futuhi husika.

Tunapata kuwa Gwanko (2017) alitafiti kuhusu mbinu za futuhi katika kuelimisha jamii kuhusu janga la ukimwi katika tamthilia ya *Embe Dodo* na *Ushuhuda wa Mifupa*. Gwanko (2017) anashadidia kuwa futuhi huwa kazi ya sanaa ambayo hubuniwa ili kuleta furaha miongoni mwa wanajamii au hadhira inayotazama mchezo husika. Lengo la msingi la futuhi, anasema ni kuchangamsha, na huishia kwa namna ya kufurahisha. Kwamba maisha ya binadamu yamefungamana sana na ucheshi au futuhi. Kibayolojia, kicheko kinasemekana kufanya misuli kutulia na kupunguza kasi ya damu mwilini, husaidia mwili kupigana na

magonjwa, husaidia ubongo katika kufanya kazi yake na kukinga moyo. Inasemekana kwamba kucheka, huongeza hewa safi ndani ya damu ambayo huchochea uponyaji.

Msingi wa Nadharia

Makala hii iliongozwa na Nadharia ya Burudiko. Nadharia hii iliasisiwa na Sigmund Freud. Kulingana na Scheel na Gockel (2017) mwasisi mkuu wa Nadharia ya Burudiko ni Sigmund Freud. Nadharia hii huchukulia kicheko kama burudani inayotoa tiba kwa aina mbalimbali za maradhi. Sababu ni kuwa kicheko hubeba dhima ya kusukuma msongamano wa mawazo kutoka akilini na mwilini mwa mtu.

Nadharia ya Burudiko ina mihimili ifuatayo: Kwanza, lazima futuhi ifurahishe akili na wala sio hali tu. Pili, futuhi inapaswa kuwa ya kibinadamu, na kuwa na uwezo wa kumudu ubinadamu. Tatu, inastahili pawepo na maadili yaliyokubalika kijamii ambayo mpokeaji au mtazamaji ana uzoefu nayo, aidha kupitia maisha ya kila siku au kupitia mwandishi katika maelezo yake. Nne, lazima pawepo na hali na sehemu zake (matukio yanayotendwa na mazungumzo). Tano, burudiko ichukuliwe na mtazamaji kama isiyo na madhara au isiyo ya kusababisha maumivu kwa washiriki. Makala hii ilijikita katika mhimili wa pili unaoshikilia kwamba futuhi inapaswa kuwa ya kibinadamu, na kuwa na uwezo wa kumkumbusha kuhusu ubinadamu, katika kuchaganua dhima ya futuhitandao katika kukabiliana na masuala ya afya ya akili miongoni mwa Wakenya.

MBINU ZA UTAFITI

Kazi hii ilitumia mkabala wa kithamano. Simiyu (2020) akiwarejelea, anashadidia kuwa utafiti wa kithamano ni uchunguzi unaohusisha mkabala wa kufasili uasilia wa mambo kwa mujibu wa wanaohusika. Madhumuni ya utafiti wa kithamano ni kubaini sifa, mienendo na kategoria ya kitu au watu wanaotafitiwa.

Muundo wa utafiti huu, uliwezesha kujibu maswali ya utafiti kwa usahihi bila upendeleo kama ilivyopendekwa na Kothari (1990). Muundo pia huhakikisha mchakato mzima wa utafiti huweza kuzingatia utaratibu wa kisayansi. Vile vile, muundo wa utafiti unahakikisha matokeo ya utafiti yanakuwa ya kutegemewa na yanaweza kutumiwa katika hali halisi. Muundo wa kazi hii ulikuwa wa kimaelezo. Maelezo yalitumiwa katika kuwasilisha na kuchanganua data husika. Vile vile, mkabala wa kithamano ulitumiwa kuchanganua maandishi kama yalivyopatikana katika data.

Makala hii ilishirikisha futuhitandao mbalimbali zinazopatikana mitandaoni. Mitandao ya *Facebook, Twitter* na *YouTube* ilihusishwa katika kazi hii. Hadhira lengwa pia ilihusishwa katika utafiti huu, na ilikuwa ina muundo usio wa kawaida; yaani ilikuwa na hadhira ya mirejesho ya mitandaoni. Hatimaye, maoni ya watazamaji na wasomaji kwenye mitandao ya kijamii yalihusishwa kwa kuzingatia malengo mahususi ya utafiti huu.

Mbinu ya usampulishaji wa kimakusudi ilitumika katika kazi hii. Simiyu (2020) anasema kuwa usampulishaji kimakusudi pia huitwa usampulishaji wa kimatilaba. Kwamba ni mbinu ambayo humpa mtafiti uhuru wa kuteua kimakusudi sampuli anayotaka kwa ajili ya kukidhi matakwa maalum ya kitafiti. Sababu ni kuwa, ilifaa na iliwakilisha kundi lengwa ambalo lilijumuisha wanaotumia mitandao ya kijamii hasa *Facebook, Twitter* na *YouTube*. Wanafutuhi 13 maarufu nchini na wenye wafuasi wengi walichaguliwa kwa madhumuni ya kukusanya data. Usampulishaji wa kimaksudi ulitumiwa katika kuchagua matini kwenye mitandao ya *Facebook, Twitter* na *YouTube.* Vile vile, ilitumika kuchagua futuhitandao zilizorejelewa.

Kazi hii pia ilitumia usampulishaji wa kinasibu hasa katika kuteua matini za mirejesho. Simiyu (2020) anahoji kuwa mbinu hii ya kinasibu huhusu uteuzi wa sampuli bila mpangilio maalum, ili kila sehemu ya umma iwe na nafasi sawa ya kuchaguliwa. Simiyu (2020) akimnukuu Kothari (2004), anashadidia kuwa chini ya mfumo huu wa usampulishaji wa kinasibu, kila kipengele cha umma lengwa kina nafasi sawa ya kujumulishwa kwenye sampuli.

Cresswell (2009) anahoji kuwa usampulishaji ni kitendo cha kuteua sampuli ambayo itawakilisha watafiti wote wanaolengwa katika utafiti unaotarajiwa kufanyika. Sampuli huweza kutumika katika utafiti kwa vile mtafiti hana uwezo wa kushughulikia idadi inayofikika katika utafiti wake. Mitandao mitatu ya

kijamii *Facebook, Twitter* na *YouTube* iliweza kukidhi haja ya mahitaji ya kukamilisha malengo mahususi, na kuweza kujibu maswali ya utafiti husika. *Facebook* kwa mfano ilikuwa kati ya mitandao ya kwanza nchini na Wakenya wengi walikwama huko katika kuutumia. *Twitter* nayo ni mtandao unaopendelewa sana na wasomi au vijana kwa vile inahusisha wengi na kwa njia ya mkato. *YouTube* vile vile inapendwa na wengi kwa vile maigizo yake ni mafupi mafupi.

Mbinu ya Uchanganuzi wa Yaliyomo ilitumika katika kukusanya na kuchanganua data. Mbinu hii ilimwezesha mtafiti kusoma na kutazama matini kwenye mitandao ya kijamii. Simiyu (2020) akimnukuu Stemler (2001) anahoji kuwa, mbinu ya Uchanganuzi wa Yaliyomo, ambayo hujumuisha utazamaji na upekuzi wa matini humwezesha mtafiti kupitia kwa makini matini na kudondoa sehemu mahususi zinazotumiwa katika kufasili dhana husika.

Data zilizosanywa zilichanganuliwa ili kuchuja data iwe katika umbo la umaizi na ufasiri, na la kuonyesha uhusiano wa matatizo ya utafiti yaliyochunguzwa na kutathminiwa. Data za kazi hii ziliainishwa kwa misingi ya malengo mahususi ya utafiti na kwa kutumia mhimili wa pili wa Nadharia ya Burudiko unaosema, futuhi inapaswa kuwa ya kibinadamu na kuwa na uwezo wa kumudu ubinadamu. Halikadhalika, data iliyokusanywa ilichanganuliwa kupitia kwa maelezo ya kina na kuongozwa na Nadharia ya Burudiko.

Uwasilishaji wa data ulifanywa kwa kuzingatia malengo mahususi ya makala hii na maswali yaliyoambatana na malengo hayo. Data hiyo iliwasilishwa kwa kutumia maelezo ya kifafanuzi. Matini zilizotumiwa katika uchanganuzi ziliwekwa bayana.

Makala hii ilizingatia maadili ya kitafiti, kwa kuomba kibali cha kufanya utafiti mtandaoni kutoka chuoni. Kisha kuomba kibali kutoka kwa Baraza la Kitaifa la Kisayansi na Teknolojia katika Wizara ya Elimu. Maadili yafuatayo ya utafiti wa kidijitali yalizingatiwa: kupatiana habari ambazo ni za kuaminika, kudumisha heshima, uajibikaji, haki, faragha ya data na usalama wa mitandao na kuepuka dhuluma za mitandaoni.

MATOKEO YA UTAFITI

Dhima ya Futuhitandao katika Kukabiliana na Masuala ya Afya ya Akili

Futuhitandao ni njia ya kipekee ya binadamu kutangamana na kuwasiliana. Kwa mfano inatambuliwa kuwa njia ya mahusiano ya watu katika jamii. Futuhitandao ina dhima zifuatazo: Kuimarisha hisia, kusaidia wanajamii kutangamana, humfanya mtu kuwa mbunifu na kusuluhisha shida, husaidia wanajamii kuimarika kisaikolojia, huwasaidia wanajamii kukabiliana na hali mbalimbali za maisha, na isitoshe humsaidia mtu kupunguza msongo wa mawazo. Dhima hizi zimejadiliwa katika sehemu zifuatayo:

Futuhitandao katika Kuimarisha Hisia za Wanajamii Mtandaoni

Futuhitandao kwa kawaida huzua vichekesho. Kicheko ni tiba imara, kwani huwaleta watu pamoja na kuzua mabadiliko ya kihisia na kupunguza uchungu na kukinga binadamu kutokana na athari za msongo wa mawazo. Senkoro (2004) anaeleza kuwa, dhana ya ucheshi kama mbinu ya kifani hutumiwa katika kazi ya fasihi ili kuifanya hadhira itabasamu au icheke. Ucheshi ni mbinu ya mahusiano ya jamii, mahusiano kati ya mtu na mtu, au mtu na kikundi cha watu na huhitaji kuwatekenya wenzio ili kuwafanya wacheke, unachoweza kufanya ni kuwahadithia tu habari ya utani. Suala la ucheshi ni jambo linaloambukizwa kutoka kwa mtu mmoja hadi mwingine.

Kuna ucheshi chanya na ucheshi hasi. Futuhitandao ni nyenzo ya kurekebishia vionjo vya hisia za mtu na, hatimaye kuimarisha afya ya akili na ya viungo vya mwili (kwa kutumia ucheshi chanya). Huu mtazamo umekuwa na mashiko tangu ulipoasisiwa na mwanasaikolojia Sigmund Freud mwishoni mwa karne ya 19. Mtaalamu Sigmund Freud anaeleza kuwa kicheko ni namna muhimu sana ya mawasiliano ambayo binadamu huitumia kila siku. Hivyo, kicheko ni suala la kijamii, kwa kuwa watu hukitumia kudhihirisha mambo mengi sana kama vile hisia, hadhi, dharau na matarajio. Kuongezea, kicheko ni tiba kwa kuwa, binadamu anapokitumia, huwa na uwezo wa kuzitoa sumu kadhaa mwilini. Lakini hakijapewa kipaumbele unaostahiki, ikilinganishwa na umuhimu wake.

Kupitia kazi ya '*Churchil Show*' dhima ya futuhitandao ya kuimarisha hisia kupitia kuchekesha, ilijitokeza katika futuhitandao ifuatayo:

Flexx KE: Hii Nairobi ukikutana na mtu akijiongelesha pekee yake wachana naye...ile kuoshwa watu huoshwa hii Nairobi… ni ya aerial.
Phoebe Makau: Let me laugh, my neighbor was washed, given akabambe full of mud (Wacha nicheke, jirani wangu alioshwa, akapewa kabambe iliyojaa matope). Asubuhi kufika ananiambia jirani nitengenezee wewe ndiwe unajuana na hizi.
Stivo Modern Interior's: Mimi niliambiwa leta hiyo pesa ningojee apa nikuletee na hivyo ndo nilishinda Town the whole day adi leo namngoja kwa the same spot. (Hivyo ndivyo nilishinda jijini siku nzima mpaka ninangoja mahali pale pale).
Sandra amani: Iko na wale vijana wa kwaya. Sauti Saul.. mimi niokotwe aki waaa.
Mohamed Kasiri: Same happened to me in Nairobi 2011 niliuziwa simu ya matope.
Tonny Mverahi: Mwalimu wa Maths (hesabu), kumbe ata yeye alianzia somewhere (mahali fulani).
Frankie Szy: Heshimu kanairo (Nairobi).

Utafiti wake Gwanko (2017) ulibaini kuwa, futuhi huwa kazi ya sanaa ambayo hubuniwa ili kuleta furaha miongoni mwa wanajamii au hadhira inayotazama mchezo husika. Aliongezea kuwa lengo la msingi la futuhi ni kuchangamsha na huishia kwa namna ya kufurahisha. Kwamba maisha ya binadamu yamefungamana sana na ucheshi au futuhi. Kupitia kwa mfano uliopo hapo juu, imedhihirika wazi kuwa futuhitandao ina dhima ya kuchekesha watu na kuimarisha hisia zao, anavyosema mmoja wa wahusika Phoebe Makau "*Let me laugh, my neighbor was washed, given akabambe full of mud* (Wacha nicheke, jirani wangu alilaghaiwa, akapewa simu iliyojaa matope). *Asubuhi kufika ananiambia jirani nitengenezee wewe ndiwe unajuana na hizi.*" Kupitia futuhitandao, jamii inapata nafasi ya kucheka na kutuliza akili hivyo kuimarisha hisia.

Kupitia futuhitandao wanajamii wanaweza kuzielimisha jamii zao kuhusu mambo mbalimbali kwa mfano kupitia futuhitandao hii, wanajifunza kuhusu wizi uliojaa jiji la Nairobi, historia yao, utamaduni na mtazamo wao kiulimwengu kutoka kizazi kimoja hadi kingine, ilivyo katika tanzu nyingine za fasihi simulizi kama vile hadithi, ushairi, semi na kadhalika. Nadharia ya Burudiko huchukulia kicheko kama burudani itoayo tiba kwa afya ya akili kwa sababu kicheko hubeba dhima ya kusukuma msongamano wa mawazo kutoka akilini na mwilini mwa mtu. Makala hii inaonyesha dhima ya futuhitandao, inavyojitokeza katika mitandao ya kijamii kwamba, futuhitandao huzua kicheko ambacho huchangia kutuliza akili na kupunguza msongo wa mawazo hivyo kuimarisha hisia na afya ya akili miongoni mwa Wakenya.

Futuhitandao katika Kuendeleza Utangamano baina ya Wanajamii Mtandaoni

Kupitia futuhitandao, wanajamii huweza kutangamana hasa tunaporejelea mitandao ya kijamii ya *Facebook*, *Twitter* na *YouTube*. Utafiti umeonyesha kuwa futuhitandao huendeleza utangamano kwa kushirikisha mahusiano muhimu (Buss, 1988). Wakati mwingi watu hucheka wanapotangama kwenye mitandao hii. Kucheka huku huleta furaha kwao na wanaotangamana nao. Kushiriki futuhitandao sio tu kusikiza vichekesho bali kule kutangamana na wanajamii. Kutangamana huku ndiko huleta manufaa ya vichekesho. Wanajamii wanapotangamana kwenye mitandao hii huweza kuhamasishana. Kuhamasisha ni mchakato wa kutia watu hamu ya kufanya kitu. Dhima hii ya utangamano na kuhamasishana baina ya wanajamii ilijitokeza katika kazi ya mwanafutuhi Flaqo Raz ifuatayo:

Kevin Voks: I thought Baba Otis is always focused, nothing could distract him until a big nyash came in picture (Nilifikiri baba Otis huwa hachanganyikiwi mpaka walipopata kijakazi wa makalio makubwa) enyewe women were created to finish us (enyewe wanawake waliumbwa kutumaliza).
Mary Andika: Kevin Voks, finish you completely or completely finish you, whichever the case you are finished (kukumaliza kabisa ama kabisa kukumaliza lolote liwalo mmemalizwa).
Merisia Anyango: Mama Otis is right, you must protect what is yours lest you get overturned. (Mama Otis yu sahihi lazima uchunge kilicho chako au upinduliwe).
Vallery Okech: Now ma Otis got all the house chores alone. (Sasa Mama Otis lazima atafanya kazi zote za nyumba pekee yake).
Alaji Jb: Compe (Mashindano).

Babake Carniel: … Housing levy is not leaving at all (Ushuru wa nyumba hauondolewi kwa sasa).

Kupitia mhimili wa pili wa nadharia ya burudiko usemao, futuhi inapaswa kuwa ya kibinadamu na kuwa na uwezo wa kumudu ubinadamu, tunapata kuwa panastahili pawepo na maadili yaliyokubalika kijamii ambayo mpokeaji au mtazamaji ana uzoefu nayo, aidha kupitia maisha ya kila siku au kupitia mazungumzo katika maelezo yake. Lazima pawepo na hali na sehemu zake (matukio yanayotendwa na mazungumzo).

Hali hii imejitokeza katika mazungumzo yaliyonakiliwa kuhusu Baba Otis kuwa, mbali na kuchekesha wafuasi wake, futuhitandao hii inahamasisha kuhusu suala la vijakazi wa nyumbani wanaowajaribu waume wa familia hizi kupitia mbinu mbalimbali. Jambo hili Mama Otis analitambua mara moja, na kuamua heri kumuachisha kazi na azifanye kazi za nyumba yeye mwenyewe kuliko kuivunja familia yake, inavyosemekana kupitia mazungumzo ya Vallery Okech: *Now ma Otis got all the house chores alone*. (Sasa Mama Otis lazima atafanya kazi zote za nyumba pekee yake).

Hali hii ni ya kuwahamasisha kina mama kwamba wanapowaajiri wasaidizi wa nyumbani wawe waangalifu, kwa sababu huenda wakawa tishio katika jamii zao anavyoashiria Alaji Jb: *Compe* (Mashindano) na kuchunga kilicho chao, Merisia Anyango anaposema "*Mama Otis is right, you must protect what is yours lest you get overturned.* (Mama Otis yu sahihi lazima uchunge kilicho chako au upinduliwe). Kupitia mazungumzo ya mhusika Kevin Voks: *I thought Baba Otis is always focused, nothing could distract him until a big nyash came in picture* (Nilifikiri baba Otis huwa hachanganyikiwi mpaka walipopata kijakazi wa makalio makubwa) *enyewe women were created to finish us* (enyewe wanawake waliumbwa kutumaliza).

Jambo hili la vijakazi huwa mtego kwa mwanamume wa nyumba hata wale wanaoonekana kuwa makini katika maisha. "Mary Andika: *Kevin Voks, finish you completely or completely finish you, whichever the case you are finished* (kukumaliza kabisa ama kabisa kukumaliza lolote liwalo mmemalizwa)." Kwamba wanawake wanaweza kukumaliza kabisa na ni lazima kuwa makini. Kwa hivyo mbali na futuhitandao kufurahisha na kuchekesha ina dhima ya kuwaleta wanajamii pamoja ili kujadiliana masuala wanayokabiliana nayo na namna ya kupata suluhisho ambalo linaweza kusaidia wale wanaotangamana pale kwenye mitandao na kusaidia kuimarisha afya ya akili miongoni mwa Wakenya.

Futuhitandao katika Ukuzaji wa Ubunifu na Kusuluhisha kwa Changamoto katika Jamii Mtandaoni

Futuhitandao ni njia moja ya kusaidia wanajamii kuwa wabunifu na kuweza kusuluhisha shida zinazowakabili. Futuhitandao hutumiwa kama mbinu za kuwakosoa wanajamii kwa kuwarekebisha iwapo wametenda jambo ambalo halifurahishi au haramu. Dhima mojawapo ya fasihi huwa, kurekebisha na kusuluhisha mambo mbalimbali yanayowakabili wanajamii. Ni jukumu la fasihi kupitia tanzu zake mbalimbali kuwaelekeza wanajamii kwa njia ya ubunifu.

Vivyo hivyo, kupitia futuhitandao utafiti wetu uling'amua ya kwamba wanajamii, kupitia mitandao ya kijamii ya *Facebook, Twitter* na *YouTube,* huweza kukosoana wenyewe kwa wenyewe kwa njia ya ubunifu ili kusuluhisha shida zinazowakumba. Jambo hili lilijitokeza katika futuhitandao ya msanii Jemutai Comedian akizungumuzia suala la kuadhibu watoto namna lilivyotekelezwa katika jamii, tofauti na inavyofanywa sasa.

Jemutai Comedian: Mimi kuna siku waliniua (akicheka sana). Wewe???

Milka Kerubo Bichang'a: Wale wazazi walikuwa wanatuchapa saii hawataki tuchape wetu.

Dorothy Kimosop: Sisi tulikuwa tunachapwa na unachapwa tena juu ya kulia (akicheka) what was wrong surely? (Nini kilikuwa kibaya)?

Godfrey Elimah: Those days children were very much disciplined but now days children are walking a half naked infront of their parents. Not only that, they like doing bad things than good once… ulimwengu umepasuka. (Hizo siku watoto walikuwa na nidhamu sana lakini siku hizi watoto wanatembea uchi mbele ya wazazi wao. Si hivyo tu, wanapenda kufanya maovu kuliko mazuri… ulimwengu umepasuka).

Koros Memo: I punish my kids accordingly. I however thank heavens for their safety because what they do can cause you heart attack. (Mimi

huwaadhibu wanangu ipasavyo. Lakini ninashukuru mbingu kwa ulinzi wao kwa sababu wanachokifanya kinaweza kukuletea ugonjwa wa moyo).

Millicent Atieno: Spare the rod spoil the child, nowadays no discipline at all. (Achana na kiboko mharibu mtoto, siku hizi hakuna nidhamu kabisa).

Rubani Mc Enoshy: Ukiguza mtoto wa siku hizi kidogo tu anafaint (anazimia).

Rose Gathoni: Our kids are spoiled and we did spoil them. Ushago manenos ziliisha. Wachunge mbuzi. (Watoto wetu wameharibika na ni sisi tumewaharibu. Mambo ya kuenda nyumbani ili wachunge mbuzi yaliisha).

James Mutua: Hawachapwi ndio maana wanapinga askari akiwa na uniform (sare).

Ruth Sarah: Have you tried working or reasoning with those kids? We failed to raise a better generation, if we don't change now sijui kutakuwaje in future. (Umewahi jaribu kufanya kazi au kuwaza na hao watoto? Tulishindwa kukuza kizazi bora, tusipobadilika sasa sijui kutakuwaje baadaye.)

Robert Kisingile: Sahizi ukichapa mtoto kidogo 2 (tu) hata labda ndio unaanza, unasikia mzazi anakuja mbio eti wacha haraka kwani unafanya revenge (unalipiza) vile nilikuwa nakuchapa ukiwa mdogo?? Kama ni revenge (kulipiza kisasi) nichape mimi hapa.

Abby Sabuka: Kwani hiyo hali ilikuwa everywhere. I thought it was my dad alone. (Kwani hiyo hali ilikuwa kila mahali. Nilifikiri ilikuwa babangu pekee).

Mazungumzo haya ya kifutuhi yanakumbusha jinsi wazazi wa zamani walivyowalea watoto wao vizuri kwa kuwaadhibu vikali. Jemutai Comedian anaeleza kuwa aliadhibiwa vikali karibu wamuue kwa kusema (*Mimi kuna siku waliniua* (akicheka sana). *Wewe???*) Naye Milka Kerubo Bichang'a anawakosoa hao wazazi kwamba waliwaadhibu lakini sasa hawataki wazazi wa sasa kufanya hivyo anasema kuwa (*wale wazazi walikuwa wanatuchapa saii hawataki tuchape wetu*). Jambo ambalo linaungwa mkono na Robert Kisingile anaposema (*sahizi ukichapa mtoto kidogo 2* (tu) *hata labda ndio unaanza, unasikia mzazi anakuja mbio eti wacha haraka kwani unafanya revenge* (unalipiza kisasi) *vile nilikuwa nakuchapa ukiwa mdogo? Kama ni revenge* (kulipiza kisasi) *nichape mimi hapa*. Zamani watoto waliadhibiwa kwa kuchapwa anavyoshadidia Dorothy Kimosop kwa kusema "*Sisi tulikuwa tunachapwa na unachapwa tena juu ya kulia* (akicheka) *what was wrong surely*? (Nini kilikuwa kibaya)?

Tunaarifiwa enzi za kale, watoto walikuwa na nidhamu ya hali ya juu. Lakini wazazi wa sasa wanakosolewa kwa kuzembea katika kuwashauri watoto wao kuhusu masuala mbalimbali, inavyojitokeza katika mazungumzo ya Godfrey Elimah akisema kuwa "*Those days children were very much disciplined but now days children are walking a half naked infront of their parents. Not only that, they like doing bad things than good once… ulimwengu umepasuka*.
(Hizo siku watoto walikuwa na nidhamu sana lakini siku hizi watoto wanatembea uchi mbele ya wazazi wao. Si hivyo tu, wanapenda kufanya maovu kuliko mazuri… ulimwengu umepasuka).

Kwa sababu ya kutowachapa watoto siku hizi, nidhamu haipo kabisa, jambo hili linaathiri hata ndoa za kisasa anavyoshuhudia Millicent Atieno na Fay Soy "*Spare the rod spoil the child, nowadays no discipline at all* (achana na kiboko mharibu mtoto, siku hizi hakuna nidhamu kabisa). Fay Soy anasema "*Kuna siku babangu alichapa mamangu hadi niliogopa kuoleka, lakini sai ukichapwa kofi n ur husband* (na bwanako) *ni kuita kikao ya wazee*" (akicheka sana).

Wazazi wa kale walikuwa wazuri sana kwa kuwaadhibu watoto, ndio maana watoto walikuwa na nidhamu, lakini kwa sasa tunakosolewa kama wazazi kwamba, hatujawajibika kabisa katika malezi ya watoto wetu wanavyoshadidia wahusika wafuatao;

Gabriel Ngethe: *Those days parents were so good, that's why we are responsible for ourselves, mum and dad live long.* (Siku hizo wazazi walikuwa wazuri sana, ndio maana tumewajibika, mama na baba muishi siku nyingi).

Rose Gathoni: *Our kids are spoiled and we did spoil them. Ushago manenos ziliisha. wachunge mbuzi*. (Watoto wetu wameharibika na ni sisi tumewaharibu. Mambo ya kuenda nyumbani ili wachunge mbuzi yaliisha).

Jambo hili limefanya watoto wamekuwa walegevu sana anavyoshadidia Rubani Mc Enoshy: *Ukiguza mtoto wa siku hizi kidogo tu anafaint* (anazimia).

Kwa sababu ya kutowaadhibu na kutokuwa na nidhamu, hawawajibiki watoto wa siku hizi. Ni vigumu kushauriana nao na hata kufanya kazi nao kwa kuwa hawaogopi yeyote hata askari, na lolote haliwashtui wanavyosema wafuatao;

James Mutua: *Hawachapwi ndio maana wanapinga askari akiwa na uniform* (sare).

Ruth Sarah: *Have you tried working or reasoning with those kids? We failed to raise a better generation, if we don't change now sijui kutakuwaje in future* (Umewahi jaribu kufanya kazi au kuwaza na hao watoto? Tulishindwa kukuza kizazi bora, tusipobadilika sasa sijui kutakuwaje baadaye).

Ruth Sarah anatukosoa na kutushauri kwamba tusiporekebisha kizazi cha sasa, baadaye hali itakuwa mbaya sana.

Futuhitandao ya Jemutai Comedian inaonyesha ubunifu wa kuzua mada ya malezi, ambayo inajadiliwa kwa mapana kwenye mtandao na kusaidia wahusika kutafuta suluhisho kwa jambo hili kwamba inabidi tuwe wabunifu wa njia mbadala za kuadhibu kizazi cha sasa kwa sababu mambo yamebadilika. Hivyo basi, kusaidia kukabiliana na afya ya akili miongoni mwa Wakenya, kwa sababu jambo hili lisiposhughulikiwa linaweza kuwaletea wazazi msongo wa mawazo.

Futuhitandao katika Kuimarika Kisaikolojia kwa wanajamii mtandaoni

Futuhi ni njia mojawapo ya kuwasaidia wanajamii kuimarika kisaikolojia. Mbogo (2015) katika utafiti wake alishadidia kuwa, futuhi yaweza kuwa chanzo cha maarifa yanayoweza kutumika katika kuelimisha jamii katika masuala mbalimbali. Isitoshe, anashadidia kuwa futuhi inayo nafasi ya pekee ya kuhifadhi na kukuza utamaduni wa jamii husika. Anaeleza kuwa futuhi yaweza kutumika kama sehemu ya kupunguza msongo wa kimawazo kwa watazamaji na wasomaji wa kazi za futuhi kwani huweza kuwafanya wahusika kufurahi, kucheka na hata kusahau matatizo mbalimbali ambayo yalikuwa yanawakabili kabla ya kutazama futuhi husika.

Kupitia usanii wa Mulamwah tunapata dhima ya futuhitandao ya kuimarika kisaikolojia kupitia kwa uzinduzi wa wanajamii.

Mulamwah: Mtu asiwahi kwambia huwezi…move slow, move correctly. Songa na pace yako. Ujanja ni kujifanya fala tu. (Mtu asiwahi kukuambia huwezi… songa tu polepole, na usonge vyema. Songa na kasi yako. Ujanja ni kujifanya mjinga tu).

Sam Edwards: Hata kama hunanga masikio usiwasikie omwana wefwe move silently. (Hata kama huna masikio usiwasikize mtoto wetu wewe songa tu pole pole).

Martin Kim: Sam Edwards weuh!

Sickly Sweet: Good advice, Anyango mambo ni slow by slow, mambo ya beb nibayieko gari achana nayo. (Ushauri mzuri, Anyango mambo ya rafiki ninunulie gari achana nayo).

Mickey Atetwe: Ufala na kufaulu ni classmates kumbe. (Ujinga na kufaulu ni vitu vya darasa moja)

Ruth Jebiwott: 7 min 216 comments (dakika 7 tayari mrejesho 216) kweli serikali ipee watu kazi.

Mbali na futuhitandao kutuchekesha na kutufurahisha, huwa na dhima ya kuwazindua wengi na kuwasaidia kuimarika kisaikolojia, anavyoshadidia Mulamwah: *Mtu asiwahi kwambia huwezi…move slow, move correctly. Songa na pace yako. Ujanja ni kujifanya fala* (mtu asiwahi kukuambia huwezi… songa tu polepole, na usonge vyema. Songa na kasi yako. Ujanja ni kujifanya mjinga tu). Msanii Mulamwah kupitia futuhi yake anawazindua watu kuwa, mtu asiwahi kukuua moyo kwamba hutaweza kufanya jambo fulani. Anawaeleza kuwa siri ni kusonga pole pole na kuwa na uhakika wa kile unachokifanya. Kwamba watu wafanye maendeleo yao kulingana na uwezo wao.

Mhusika Sickly Sweet anashadidia kuwa huo ni ushauri mwema na kukubaliana na Mulamwah kwamba kila jambo ni kufanya pole pole na kwa makini ili ufaulu. (*Good advice, Anyango mambo ni slow by slow, mambo ya beb nibayieko gari achana nayo*). Sam Edwards anaongezea kwa kusema kuwa (*Hata kama hunanga masikio usiwasikie omwana wefwe move silently*), (kwamba, hata kama huna masikio usiwasikize mtoto wetu wewe songa tu polepole).

Watu wengi wanaelewa kuwa wapo wengi badala ya kuwahimiza wenzao kufanya maendeleo, wao daima

dawamu huwa na mashauri hasi, ndiposa kupitia futuhitandao wengi wanapata motisha ya kujikaza kuendelea na liwe liwalo na kuimarika kisaikolojia. Haya yanaashiriwa na wengi kutuma mirejesho yao kwa muda mchache sana baada ya msanii Mulamwah kutuma ujumbe wake inavyodhibitishwa na Ruth Jebiwott: *7 min 216 comments* (dakika 7 tayari mirejesho 216) *kweli serikali ipee watu kazi.*

Mhimili wa pili wa Nadharia ya Burudiko usemao lazima futuhi iwe ya kibinadamu na iwe na uwezo wa kumkumbusha kuhusu ubinadamu, inastahili pawepo na maadili yaliyokubalika kijamii ambayo mpokeaji au mtazamaji ana uzoefu nayo, aidha kupitia maisha ya kila siku au kupitia mwandishi katika maelezo yake, ulitusaidia kuchanganua dhima ya futuhitandao ya kuimarika kisaikolojia. Mhimili huu ulituongoza katika kubaini dhima hii ya futuhitandao katika jamii ambayo ni kusaidia watu kuimarika kisaikolojia ili kupunguza msongo wa mawazo na kuimarisha afya ya akili miongoni mwa Wakenya.

Futuhitandao katika Kukabiliana na Hali Mbalimbali za Maisha ya Wanajamii Mtandaoni

Kupitia mbinu ya kejeli Binadamu huweza kung'amua namna ya kukabiliana na hali ngumu zinazomkumba katika maisha. Kejeli ni mbinu ambayo kwa mapana yake, huweza kuchukua nafasi kubwa na kutoa mchango wake si katika mazungumzo pekee bali pia katika utoaji wa mawazo yetu ya kila siku. Mbinu hii ya kejeli katika fasihi, imetumiwa na inaendelea kutumiwa na waandishi ili kuiwezesha hadhira au wasomaji wafikirie kwa undani suala linaloongelewa ili waweze kupata ujumbe uliokusudiwa, kufikishwa kwao, mbali na kule kucheka kuhusu yanayosemwa huweza kuwasaidia Wakenya kukabiliana na hali mbalimbali za maisha.

Wamitila (2002) anashadidia kuwa, kejeli ni mojawapo ya mbinu zinazotawala maongezi yetu hasa kutokana na uwezo wake wa kuficha hisia, maoni na mitazamo yetu sahihi. Kwa kawaida, kejeli hujengwa kwenye msingi wa kuwepo na msigano au mgongano wa namna Fulani, kati ya hali ya maisha na matarajio ya baadaye ya wanaohusika, hivyo kusaidia wanajamii kukabiliana na hali mbalimbali zinazowakumba katika maisha.

Fasihi simulizi ndilo kundi kubwa la fasihi linalobeba mzigo mkubwa wa kejeli, hivyo basi futuhitandao kuwa mojawapo ya tanzu ambazo hutumia sana kejeli kupitisha ujumbe wake. Kejeli kwa kawaida huangalia mbinu ya ulaghai, kinyume cha mambo, udanganyifu, au masimulizi yasiyo na ukweli ndani yake katika kumzungumzia, kumkebehi au kumtetea mtu fulani. Kejeli halikadhalika, huonyesha vituko na mbwembwe nyingi zinazopelekea kufurahisha, kutetea, kufunza na kuonya kiasi kwamba si rahisi kuvitambua, kuvikubali au kuvikataa ndani ya jamii. Mara kwa mara, mbinu hii kazi yake huwa mahususi kwa lengo la kutetea au kuweka hadharani yale yaliyo kinyume na matakwa ya jamii na kusaidia wanajamii kukabiliana na hali mbalimbali zinazowakumba katika maisha.

Katika kazi ya Mca Tricky, dhima ya futuhitandao ya kukabiliana na hali ya maisha ilibainika.

MCA Tricky: Imagine Avocado ingekuwa inatoshana na water melon? (akicheka) ILE COMMENT ITAKUWA NA ZERO REPLIES & LIKES, BY KESHO, NAMPEA 10K AS PART OF MY FANS APPRECIATION!! (Ule mrejesho hautakuwa na maoni yoyote kufikia kesho, nampea mfuasi elfu kumi kama shukrani kwa kuwa mfuasi wangu). (akicheka sana).

Wenje Tobby: (akionyesha ishara ya kulia). Niko hospitali mniachie hii nilipe nayo bill (malipo ya matibabu). (akionyesha kulia tena).

Hillary Chirchir: Wenje Tobby utapona in Jesus name (katika jina la Yesu).

Evano De Prnce Rotich: (akicheka) Nyinyi si wazuri ata mgonjwa amwonei huruma.

Ogutu Ngasi Benvis: Wenje Tobby wagonjwa pia wanajua ku-type (kupiga chapa).

Jaimak Ludvick: Wenje Tobby Yaani watu wako na wivu na mgojwa, Ghai!

MCA Tricky: Wenje Tobby (akicheka sana) unatusi na uko mgonjwa Wenje, get well soon though (hata hivyo pokea uponyaji).

Wenje Tobby: MCA Tricky (akicheka) Niaje mkuu?

Wenje Tobby: Hillary Chirchir kumbaf nyinyi (akicheka).

Kalove Laven: Wenje Tobby haloo mgonjwa.

Prince Leom Waynes: MCA Tricky si yeye ni ugonjwa inaongelea ndani yake (akicheka).

Michael Kyalo: Kufa, asimamie mazishi (akicheka).

Elijah Mong'are: Wenje Tobby we kufa (akicheka).

Vituko Vya veve University Meru: Na mnaendendelea kucomment (kutoa mirejesho) haki na wakenya wanapenda kukula kwa mazishi.

Katika haya mazungumzo tunapata kwamba, futuhitandao ina dhima ya kusaidia watu kutafuta njia ya kukabiliana na hali mbalimbali za maisha. MCA Tricky anapoahidi mfuasi wake ambaye hakuna mtu atakayechangia maoni yake, atamzawadi elfu kumi Wenje Tobby anajitokeza na kuomba apewe hizo pesa ili alipie deni lake la hospitali. Jambo hili linakejeliwa na wengi kwa njia ya kuchekesha. Wenje mwenyewe analichekelea wazo lake anaposema; *(akicheka) Mkizika ndio mnasikia poa (akicheka). Naye MCA Tricky mwenyewe analifanyia kejeli wazo lake anaposema, (akicheka sana) Wenje Tobby unatusi na uko mgonjwa, get well soon though (hata hivyo pokea uponyaji). Prince Leom Waynes anamjibu kwa kumweleza MCA Tricky kuwa si yeye Wenje, ni ugonjwa unaongelea ndani yake (akicheka).*

Hivyo dhima mojawapo ya futuhitandao ni kusaidia Wakenya kutambua namna ya kukabiliana na hali mbalimbali za maisha kwa njia ya kejeli wanayoyapitia kupitia kicheko. Ogutu Ngasi Benvis anamkejeli Wenje Tobby kuwa *wagonjwa pia wanajua ku-type* (kupiga chapa) Alicia Mother Twinnie anajibu kuwa, *sio rahisi* (akicheka sana). Wenje Tobby mwenyewe anamweleza Sang Aron huku akicheka kuwa *mkizika ndio mnasikia poa*. Kucheka kwake kunaashiria kuwa futuhitandao ina dhima ya kukejeli mawazo na matendo ya watu lakini wakati huo huo kujifunza namna ya kukabiliana na hali tofauti tofauti za maisha.

Wenje Tobby anapomwambia Hillary Chirchir *kumbaf nyinyi* (akicheka) *inaonyesha kuwa yeye si mgonjwa bali anataka tu pesa hizi za bure ndiposa* Weritap Koech anamweleza Wenje Tobby (akicheka) *kumbaf*. Naye Weritap Koech anamwelezea Wenje Tobby (akicheka) *pia kumbaf*. Upcoming Madam Principle anamwambia Wenje Tobby, *ugua pole mkuu* (akicheka) kuashiria si mgonjwa ni kejeli tu ili kuchekesha watu na katika hali hiyo, kusaidia Wakenya kukabiliana na hali wanazozipitia katika maisha. Kupitia futuhitandao, hii Wakenya wanaimarisha afya yao ya akili na kupata utulivu hata kwa kulijadili jambo hili la ugonjwa kwa njia ya kuchekesha.

Futuhitandao katika Kupunguza Msongo wa Mawazo katika Jamii Mtandaoni

Msongo wa mawazo tunavyofahamu, ni ile hali ya shinikizo la kiakili au la kihisia linalopatikana kutokana na mahitaji yanayofikiriwa. Vichekesho vimekuwepo katika kila jamii enzi zote, na kuwa na nafasi kubwa katika maisha ya mwanadamu. Wanafilosofia wa awali wakiwemo Aristotle na Plato, na baadaye Descartes, Hobbes, Locke, Kant na Darwin na vile vile wanafilosofia wa kisasa wamechukulia kicheko kama sehemu ya kimsingi katika maisha ya watu na jamii katika kukabiliana na msongo wa mawazo. Mtu anapocheka huweza kuzua hisia za kujisikia vyema.

Hali hii humfanya kupunguza msongo wa mawazo. Katika harakati za kupunguza msongo wa Mawazo, wanajamii vile vile huweza kuelemishana kuhusu mambo mbalimbali. Kulingana na TUKI (2004), maana ya kuelimisha ni kupata elimu au kufundisha. Kupitia futuhi kwenye mtandao tulipata kuwa futuhi ina dhima ya kupunguza msongo wa mawazo. Mbali na kule kufurahia na kuburudika tunapata pia kuna kuelimishana baina ya wafuasi kuhusu masuala yanayowakumba kama Wakenya. Hali hii ilibainika katika futuhitandao ya msanii Flaqo Raz mtandaoni, aliyebobebea kudhihirisha kuwafurahisha Wakenya na kupunguza msongo wa mawazo.

Flaqo Raz: Buying land. (kununua shamba).

Jaji Mkuu Mnyama: The English of this guy na combination with luopean is just a big deal. (Kingereza cha huyu jamaa na mchanganyiko wa Kijaluo ni jambo kubwa.)

Crispas Yanken: The land is below the floods. (akicheka). (Shamba liko chini ya mafuriko).

Reece Reinah Omondi: Bakari is right, the land is under the water. (Bakari yu sahihi shamba liko chini ya maji).

Bridget Moraa: (akicheka sana) Akona submarine.

Bildad Omari: These days getting a trustworthy person is hard. (siku hizi kupata mtu anayeaminika ni vigumu sana).

Susan Ouma: Good lesson. (mafunzo mazuri).

Brian Nyamera: (akicheka sana) but the message is very much at home. Kuna cons. (akicheka sana - Lakini ujumbe umefika nyumbani. Kuna walaghai).

Bresh Bre: (akicheka sana) my favourite Bakari. (Akicheka sana - Bakari wangu mzuri.)

Ouma Awuonda: Jayuesh is completely cracking me. (Jayuesh ananichekesha sana).

Kupitia mazungumzo haya watu wanaelimishwa kuhusu kulaghaiwa wakati wa kununua shamba, ya kuwa wawe waangalifu. Katika kulaghaiwa huko wanacheka na kupunguza msongo wa mawazo ambao ungetokea baada ya mtu kugundua kuwa amelaghaiwa katika harakati za kununua shamba. Flaqo Raz anasema: *Buying land* (kununua shamba). Naye Bildad Omari anashadidia kuwa: *These days getting a trustworthy person is hard*. (siku hizi kupata mtu anayeaminika ni ngumu sana). Bildada Omari anawaelimisha watu kuwa wawe makini wakati wa kununua shamba kwa sababu wanaouza hawaaminiki jambo ambalo linaweza kuwaletea msongo wa mawazo.

Katika video hii, Bakari anamuuzia shamba mtu kutoka ng'ambo, anapokuja kulitazama na kulidai, Bakari anajikoroga tu na kusema yafuatayo, Crispas Yanken: *The land is below the floods*. (akicheka) (Shamba liko chini ya mafuriko). Reece Reinah Omondi: *Bakari is right, the land is under the water.* (Bakari yu sahihi shamba liko chini ya maji) Bridget Moraa: (akicheka sana) *akona submarine*. Evans Ongir: *The land is below* (akicheka sana). *Eti shamba liko* (akicheka sana). Wazungumzaji hawa wanacheka, kumaanisha Bakari amemlaghai huyu mnunuzi. Majibu yake yanachekesha sana ingawa kupitia hii futuhitandao, watu wanajifunza mengi, kucheka na kupunguza msongo wa mawazo. Kwa mfano Julius Richard anasema: *I love the message is home*. (naupenda ujumbe umetufikia nyumbani). Naye Susan Ouma anashadidia: *Good lessons* (mafunzo mazuri). Brian Nyamera: (akicheka sana) *but the message is very much at home. Kuna cons.* (akicheka sana) Lakini ujumbe umefika nyumbani. Kuna walaghai. Bresh Bre: (akicheka sana) *my favourite Bakari*.

Hivyo basi, kupitia futuhitandao ya Flaqo Raz tunapata kuwa alidhamiria kuwafunza Wakenya ambao mara nyingi hulaghaiwa hasa wakati wa kununua mashamba, lakini kwa njia ya kuchekesha. Hivyo kupunguza msongo wa mawazo na kusaidia katika kuimarisha afya za Wakenya.

HITIMISHO NA MAPENDEKEZO

Hitimisho: Makala hii imeonyesha kuwa Wakenya hutumia futuhi kwa ajili ya mawasiliano ya kila siku. Halikadhalika, huitumia kuakisi matukio yatokeapo kila siku katika jamii. Kupitia mitandao ya kijamii ya Facebook, Twitter na YouTube, futuhitandao huweza kujitokeza zaidi katika mawasiliano wayafanyayo Wakenya. Kuna aina mbalimbali za ujumbe ambao ndani yake kuna futuhi, na matokeo yameonyesha kuwa sehemu kubwa ya Wakenya hujihusisha na kupokea au kutuma ujumbe wenye futuhi.

Dhima ya futuhitandao katika kukabiliana na masuala ya afya ya akili miongoni mwa Wakenya imejadiliwa kwenye Makala hii. Hii ni idhibati kuwa, futuhitandao ni kazi ya fasihi, kwa vile hakuna kazi ya fasihi isiyo na majukumu ya kutekeleza. Futuhitandao kama utanzu wa fasihi simulizi, umejitokeza kama utanzu unaoendeleza majukumu mbalimbali ya fasihi katika jamii. Baadhi ya majukumu hayo ni, kuimarisha hisia, kuendeleza utangamano, kuendeleza ubunifu na kutoa suluhisho kwa shida wanazokumbana nazo Wakenya, kumfanya mtu kuimarika kisaikolojia, kukabiliana na hali mbalimbali za kimaisha na kupunguza msongo wa mawazo.

Mapendekezo: Makala hii inapendekeza kuwa, kuna haja ya kuchunguza kuhusu suala la afya ya akili kwa kurejelea vipera vingine vya fasihi simulizi. Pili, Suala la futuhitandao na afya ya akili lifanyiwe utafiti kwa kurejelea mitandao mingine ya kijamii.

MAREJELEO

Arnott, P. D. (1965). *An Introduction to Greek Theatre*. St. Martin's Press.

Bloch, S. (1983). Humor in group psychotherapy. *British Journal of Medical Psychology, 56*(1), 89–97.

Buss, D. M. (1988). The evolution of human intrasexual competition: Tactics of mate attraction. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(4), 616–628. https://doi.org/10.1037/0022-3514.54.4.616

Cresswell, J. W. (2009). *Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches*. SAGE Publications.

Gwanko, L. C. (2017). Kutathmini mbinu za ufutuhi katika kuelimisha jamii kuhusu janga la ukimwi katika tamthilia ya *Embe Dodo* na *Ushuhuda wa Mifupa* [Unpublished master's thesis]. Chuo Kikuu cha Huria.

Kothari, C. R. (1990). *Research Methodology: Method and Techniques*. Wikey Prakashan.

Kothari, C. R. (2004). *Research Methodology: Methods and Techniques* (2nd ed.). New Age International (P).

Martin, R. A. (2007). *The Psychology of Humor: An Integrative Approach*. Elsevier Academic Press.

Mbogo, E. (2015). Matumizi ya dhana na sanaa katika sanaa za maonyesho za jadi katika tamthilia ya leo. In M. Mulokozi & Mung'ong'o (Eds.), *Wah* (n.p.).

Ngure, A. (2011). *Fasihi Simulizi*. Phoenix Publishers Ltd.

Ponera, A. S. (2016). Ufutuhi katika jamii za Watanzania: Mjadala kuhusu sura za utokeaji na dhima zake. *Mulika, 37*(1), 23–44.

Scheel, T., & Gockel, C. (2017). *Humor at Work in Teams, Leadership, Negotiations, Learning and Health*. Springer Science, Business Media.

Senkoro, F. E. M. K. (2004). Fools, drunkards and imbeciles tell more truth: Wither satire in Tanzania. *Jarida la Kiswahili, 67*(2), 25–30.

Simiyu, W. F. (2020). *Safina ya Utafiti wa Fasihi Simulizi*. Elgon Epitome Publishers Ltd.

TUKI. (2004). *Kamusi ya Kiswahili Sanifu* (2nd ed.). Oxford University.

Wamitila, K. W. (2002). *Uhakiki wa Fasihi: Misingi na Vipengele Vyake*. Phoenix Publisher.