



USAGE DES RÉSEAUX SOCIAUX, PERCEPTIONS ET EFFETS PSYCHOSOCIAUX CHEZ LES ADOLESCENTS À KINSHASA (RDC) : UNE ÉTUDE TRANSVERSALE DANS LA LOCALITÉ DE DELVAUX

Gisèle Bupela Tshilumbaⁱ

Doctorante en Elaboration et Evaluation Curricula,
Université Pédagogique Nationale (UPN),
Kinshasa, RD Congo

Résumé :

L'essor des technologies de l'information et de la communication (TIC) a profondément transformé les modes de communication et de socialisation des jeunes adolescents. Les réseaux sociaux occupent aujourd'hui une place centrale dans leur quotidien en offrant de nombreuses possibilités d'échanges, d'information et de divertissement. Toutefois, leur utilisation intensive soulève également des préoccupations majeures quant à leurs répercussions sur la santé mentale et le bien-être psychosocial des adolescents. Cette étude transversale et descriptive a pour objectif d'analyser l'usage, les perceptions et les effets psychosociaux perçus de l'utilisation des réseaux sociaux chez les adolescents de la localité de Delvaux (commune de Ngaliema, Kinshasa). L'enquête s'appuie sur un questionnaire structuré administré auprès d'un échantillon de convenance de 105 adolescents. La cohérence interne de l'instrument a été validée par l'Alpha de Cronbach ($\alpha = 0,82$), et les analyses statistiques associent descriptions fréquentielles et tests inférentiels du χ^2 (χ^2). Les résultats révèlent une utilisation prédominante de Facebook (31,4%) et de TikTok (26,7%), 67,6% des enquêtés déclarant être connectés en permanence. La principale motivation d'usage réside dans le maintien des liens d'amitié (72,4%). Sur le plan psychosocial, si les répondants reconnaissent des bénéfices significatifs en matière de renforcement du lien social (78,1%) et d'expression personnelle (19,0 %), ils identifient la comparaison sociale défavorable comme le principal risque (83,8 %). En outre, le test du χ^2 confirme une association statistiquement significative entre une exposition temporelle intensive et la présence d'anxiété ou de dépression ($\chi^2 = 3,92$; $p = 0,047$). L'étude conclut à la nécessité urgente de développer des programmes d'éducation au numérique et d'accompagnement psychosocial adaptés aux réalités urbaines de Kinshasa.

Mots-clés : réseaux sociaux ; adolescents ; effets psychosociaux ; comparaison sociale ; Kinshasa ; RDC

ⁱ Correspondence: email fistonmutombo961@gmail.com

Abstract:

The rapid development of information and communication technologies has profoundly transformed adolescent communication and socialization. Social media platforms now play a pivotal role in daily life, providing opportunities for interaction, entertainment, and self-expression. However, intensive social media engagement raises growing concerns regarding adolescent mental health and psychosocial well-being. This cross-sectional study aimed to examine social media practices, perceptions, and perceived psychosocial effects among adolescents residing in the Delvaux neighbourhood (Ngaliema Municipality, Kinshasa). Data were collected using a structured questionnaire administered to a convenience sample of 105 adolescents. The instrument's internal consistency was confirmed with a Cronbach's alpha coefficient of $\alpha = 0.82$. Statistical analysis combined descriptive metrics and inferential Chi-square (χ^2) tests. Findings indicate that Facebook (31.4%) and TikTok (26.7%) are the most frequently used platforms, with 67.6% of respondents reporting continuous daily connectivity. Maintaining peer relationships emerged as the primary motivation (72.4%). Psychosocially, while participants acknowledged major benefits such as social connection (78.1%) and self-expression (19.0%), social comparison was identified as the predominant negative effect (83.8%). Furthermore, Chi-square testing demonstrated a statistically significant association between intensive daily engagement and anxiety or depression symptoms ($\chi^2 = 3.92$; $p = 0.047$). The study highlights the urgent need for digital literacy initiatives and psychosocial support tailored to urban Sub-Saharan African contexts.

Keywords: social media; adolescents; psychosocial effects; social comparison; Kinshasa; DR Congo

1. Introduction

L'évolution rapide des technologies de l'information et de la communication (TIC) a profondément transformé les modes de communication, d'apprentissage et de socialisation dans le monde. Grâce à Internet et aux réseaux sociaux numériques, les individus peuvent désormais échanger instantanément des informations, partager des expériences, créer des communautés virtuelles et développer des relations sociales au-delà des frontières géographiques. Cette révolution numérique a particulièrement modifié le quotidien des jeunes, qui constituent aujourd'hui la catégorie la plus active sur les différentes plateformes numériques.

Selon Castells (2010), nous vivons désormais dans une « société en réseaux » où les interactions sociales, économiques, politiques et culturelles s'organisent autour des technologies numériques. Les réseaux sociaux occupent ainsi une place centrale dans la vie quotidienne des jeunes, influençant leurs modes de communication, leurs apprentissages, leurs comportements ainsi que leur construction identitaire.

Les réseaux sociaux tels que Facebook, TikTok, Instagram, WhatsApp, Snapchat ou encore X (anciennement Twitter) offrent de nombreuses possibilités. D'après Boyd (2014), ces plateformes permettent aux adolescents de maintenir leurs relations sociales, de développer leur identité personnelle et d'élargir leurs réseaux d'interactions. Elles constituent également un espace privilégié d'expression, de créativité et de participation citoyenne.

Cependant, plusieurs chercheurs soulignent que l'utilisation intensive des réseaux sociaux peut produire des effets négatifs sur les adolescents. Les travaux de Twenge *et al.* (2022) montrent qu'une utilisation excessive des médias sociaux est associée à une augmentation de l'anxiété, de la dépression, de la solitude et de la baisse de l'estime de soi chez les jeunes. De leur côté, Odgers et Jensen (2020) estiment que les effets des réseaux sociaux dépendent essentiellement de la fréquence d'utilisation, du contexte social et des caractéristiques individuelles des adolescents.

Par ailleurs, Bandura (1986), à travers la théorie de l'apprentissage social, explique que les comportements des jeunes se construisent largement par l'observation et l'imitation des modèles présents dans leur environnement. Aujourd'hui, les réseaux sociaux sont devenus de puissants espaces de modélisation des comportements, des attitudes, des valeurs et des modes de vie. Les adolescents peuvent ainsi adopter aussi bien des comportements favorables que des comportements à risque selon les contenus auxquels ils sont exposés.

En République démocratique du Congo, l'accès croissant aux smartphones et à Internet favorise une utilisation de plus en plus importante des réseaux sociaux par les jeunes. Toutefois, peu d'études empiriques se sont spécifiquement intéressées aux attitudes et répercussions psychosociales chez les adolescents vivant dans les localités urbaines de Kinshasa. Or, les réalités socio-économiques, culturelles et éducatives propres à ce milieu peuvent influencer la manière dont ces jeunes utilisent les réseaux sociaux ainsi que les effets qui en découlent.

Cette insuffisance de recherches locales justifie la réalisation de la présente étude, qui vise à mieux comprendre les attitudes des jeunes adolescents de la localité Delvaux face aux réseaux sociaux ainsi que les effets perçus de leur utilisation. Les résultats attendus pourront contribuer à orienter les actions de sensibilisation des parents, des éducateurs, des établissements scolaires et des pouvoirs publics en faveur d'une utilisation responsable des réseaux sociaux.

Au regard de ce qui précède, les interrogations suivantes, Quelles sont les habitudes d'utilisation des réseaux sociaux chez les jeunes adolescents de la localité Delvaux (commune de Ngaliema) ? Quels sont les principaux effets positifs et négatifs psychosociaux perçus liés à cette utilisation ? Existe-t-il une association statistique significative entre le temps d'exposition quotidienne aux réseaux sociaux et la survenue de troubles psychosociaux (anxiété, comparaison sociale) ?

L'objectif général de cette étude est d'analyser les usages, les perceptions ainsi que les effets psychosociaux de l'utilisation des réseaux sociaux chez les jeunes adolescents de la localité Delvaux, dans la commune de Ngaliema à Kinshasa. De cet objectif général

décline les objectifs tels que, identifier les réseaux sociaux les plus utilisés et analyser la différenciation d'usage selon le genre, déterminer le temps moyen consacré quotidiennement à l'utilisation des réseaux sociaux, identifier les principales motivations qui poussent les jeunes adolescents à utiliser les réseaux sociaux, évaluer les effets positifs perçus (renforcement des liens, expression personnelle) et les effets négatifs (comparaison sociale, anxiété, cyber harcèlement), tester statistiquement l'existence d'un lien entre la durée d'exposition et la vulnérabilité psychologique des adolescents, formuler des recommandations académiques et pratiques pour promouvoir une éducation au numérique responsable.

Au regard de la problématique développée et des objectifs poursuivis, l'étude émet des réponses provisoires comme suit, les jeunes adolescents de la localité Delvaux manifesteraient un niveau d'engagement numérique élevé, caractérisé par un usage quotidien et régulier des réseaux sociaux orienté principalement vers le maintien des relations interpersonnelles et le divertissement. L'utilisation des réseaux sociaux exercerait des effets ambivalents sur les adolescents : elle favoriserait le renforcement des liens sociaux et l'expression personnelle (effets positifs), mais engendrerait simultanément une vulnérabilité psychologique significative (comparaison sociale, anxiété), cette dernière étant statistiquement associée à l'intensité de l'exposition quotidienne.

2. Cadre théorique et modèle conceptuel

2.1 Le concept d'attitude et ses dimensions

L'attitude est un concept fondamental de la psychologie sociale. Selon Allport (1935), l'attitude est un état mental et neuropsychique de préparation, organisé à partir de l'expérience, qui exerce une influence dynamique sur les réponses de l'individu à l'égard des objets et des situations. Pour Eagly et Chaiken (1993) ainsi que Fishbein et Ajzen (1975), l'attitude désigne une tendance psychologique ou une prédisposition apprise conduisant à évaluer un objet social de manière favorable ou défavorable.

Selon Rosenberg et Hovland (1960), toute attitude comporte trois dimensions complémentaires :

- La **composante cognitive**, relative aux connaissances, croyances et perceptions concernant l'objet ;
- La **composante affective**, qui renvoie aux sentiments et émotions associés à cet objet ;
- La **composante comportementale**, qui se traduit par les intentions et comportements effectifs adoptés envers l'objet.

1.2. L'adolescence et la construction identitaire numérique

L'adolescence constitue une période charnière entre l'enfance et l'âge adulte. Pour Erikson (1968), l'adolescence correspond au stade majeur de la construction de l'identité. Durant cette phase, le jeune cherche à définir ses valeurs, son rôle social et son

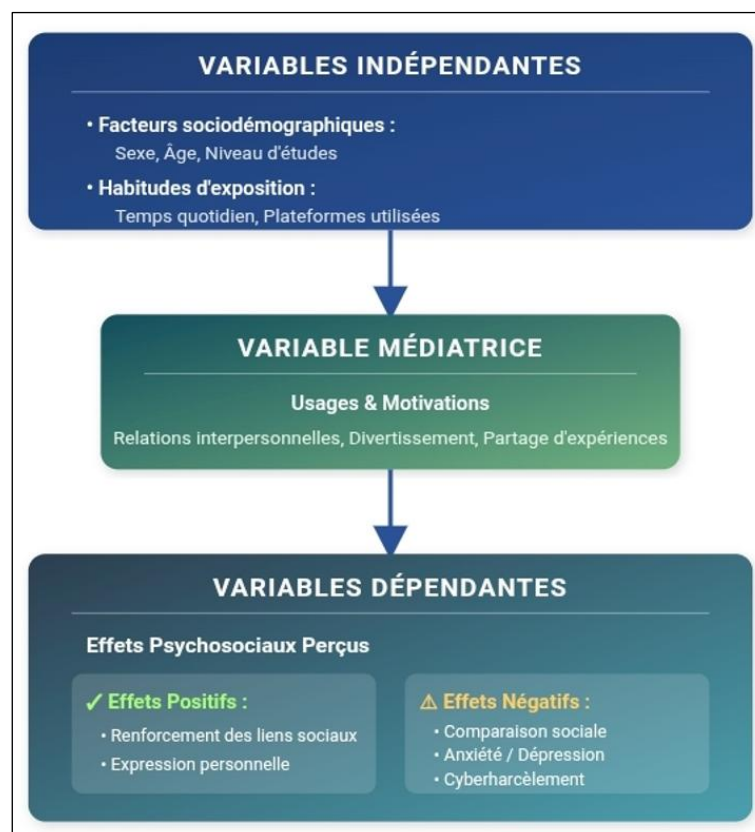
appartenance aux groupes de pairs. Dans le contexte contemporain, les réseaux sociaux deviennent des espaces numériques privilégiés où s'opère cette quête identitaire à travers l'auto-présentation et la quête de validation sociale (Dumas *et al.*, 2023).

1.3. Les réseaux sociaux et l'apprentissage social

Les réseaux sociaux numériques désignent des plateformes en ligne permettant aux utilisateurs de créer un profil public ou semi-public, d'articuler une liste d'utilisateurs partagés et d'interagir au sein du système (Boyd, 2014 ; Castells, 2010). Dans le cadre de cette étude, nous mobilisons la théorie de l'apprentissage social d'Albert Bandura (1986). Selon ce modèle, les individus apprennent leurs comportements en observant les autres et en reproduisant les modèles jugés valorisants. Appliquée aux environnements numériques, cette théorie explique comment les adolescents adoptent des normes, attitudes et modes de vie observés auprès de leurs pairs ou des influenceurs.

1.4. Modèle conceptuel de la recherche

Le modèle conceptuel de cette recherche postule que les caractéristiques sociodémographiques (sexe, âge, niveau scolaire) et les modalités d'exposition aux réseaux sociaux (temps passé, choix de la plateforme) influencent la nature des usages (relationnels ou récréatifs). En retour, ces usages et comportements numériques déterminent les effets psychosociaux perçus par les adolescents, qu'ils soient bénéfiques (renforcement des liens sociaux, expression de soi) ou délétères (comparaison sociale défavorable, anxiété, cyber, harcèlement).



3. Méthodologie

3.1. Type d'étude et devis de recherche

La présente étude s'inscrit dans un devis quantitatif transversal à visée descriptive et analytique. Elle a été menée au cours de l'année scolaire 2024-2025 auprès des adolescents résidant dans la localité de Delvaux, située dans la commune de Ngaliema à Kinshasa (RDC).

3.2. Échantillonnage et détermination de la taille de l'échantillon

En raison de l'absence de registre cadastral ou de liste exhaustive actualisée de la population adolescente résidant dans la localité Delvaux, le recours à une méthode d'échantillonnage probabiliste strict (aléatoire simple ou stratifié) s'est révélé irréalisable sur le terrain. L'étude a donc fait appel à un échantillonnage non probabiliste de convenance (ou occasionnel). Ce choix est justifié par le caractère exploratoire de la recherche dans un milieu urbain spécifique de Kinshasa, tout en garantissant un accès direct et éthique aux participants volontaires.

Pour évaluer la portée statistique de notre échantillon ($N = 105$), nous avons appliqué la formule de calcul d'échantillon de Cochran pour les populations inconnues ou très larges avec un niveau de confiance de 90% ($Z = 1,645$), une proportion attendue $p = 0,5$ et une marge d'erreur acceptable $e = 0,08$ (8%) :

$$n = (Z^2 \cdot p \cdot (1 - p)) / e^2 = ((1,645)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5) / (0,08)^2 = 2,706 \cdot 0,25 / 0,0064 \approx 105,7$$

L'échantillon de 105 adolescents retenu offre ainsi une puissance statistique suffisante pour détecter des associations significatives en sciences sociales au seuil de risque toléré.

3.3. Opérationnalisation de l'instrument de mesure

La collecte des données a été réalisée au moyen d'un questionnaire structuré administré en direct. Le Tableau I présente la structure détaillée du questionnaire et l'opérationnalisation des variables.

Tableau 1 : Structure et opérationnalisation du questionnaire de recherche

Dimension / Variable	Nombre d'items	Échelle de mesure / Format	Indicateurs & Exemples
Caractéristiques sociodémographiques	3	Nominale & Ordinale	Sexe, Tranches d'âge (12–18 ans), Niveau d'études (Primaire, EB, Humanités)
Habitudes d'exposition	5	Choix multiples & Binaire	Plateformes utilisées, fréquence d'accès, durée quotidienne d'utilisation
Motivations d'usage	4	Nominale / Choix unique	Maintien des amitiés, divertissement, actualités, partage d'expériences

Effets positifs perçus	5	Échelle de Likert (1 à 4)	Renforcement des liens sociaux, expression de soi, accès à l'information
Effets négatifs perçus	6	Échelle de Likert (1 à 4)	Comparaison sociale, anxiété/dépression, cyberharcèlement
Perceptions de l'évolution future	7	Nominale	Protection vie privée, réglementation, rôle de l'IA, addiction

2.4. Validation et fiabilité de l'instrument

La cohérence interne de l'instrument de mesure a été évaluée à l'aide du coefficient Alpha de Cronbach (α) appliqué aux échelles de Likert d'effets perçus lors d'une phase de pré-test ($n = 15$) :

- Sous-échelle des effets positifs perçus : $\alpha = 0,81$,
- Sous-échelle des effets négatifs perçus : $\alpha = 0,84$,
- Indice global de cohérence interne du questionnaire : $\alpha = 0,82$.

Un score $\alpha \geq 0,80$ atteste d'une excellente cohérence interne selon les standards psychométriques (Nunnally & Bernstein, 1994).

2.5. Traitement et analyse des données

Les données ont été codifiées et traitées sur le logiciel SPSS. L'analyse combine des statistiques descriptives (effectifs, pourcentages) et des statistiques inférentielles comprenant des tests de dépendance du Chi² (χ^2) avec un seuil de signification fixé à $p < 0,05$.

4. Résultats

4.1. Caractéristiques sociodémographiques des participants

L'échantillon comprend 56 garçons (53,3%) et 49 filles (46,7%), présentant une répartition équilibrée par genre. Concernant le niveau d'études, 45,7% des répondants fréquentent les humanités (1re à 4e), 37,1% sont inscrits dans l'éducation de base (7e et 8e) et 17,1% poursuivent encore l'enseignement primaire. En ce qui concerne l'âge, la tranche de 14–15 ans est la plus représentée (31,4%), suivie des 16–17 ans (28,6%), des 12–13 ans (22,9%) et des jeunes de 18 ans (17,1%).

4.2. Analyses fréquentielles et tests inférentiels des usages et impacts

4.2.1. Préférence des réseaux sociaux selon le genre

Le Tableau 2 croise le genre des adolescents avec la plateforme sociale qu'ils utilisent le plus régulièrement.

Tableau 2 : Croisement entre le genre et le principal réseau social utilisé

Réseau Social	Garçons (n = 56)	Filles (n = 49)	Total (N = 105)	% Total
Facebook	22 (39,3%)	11 (22,4%)	33	31,4%
TikTok	10 (17,9%)	18 (36,7%)	28	26,7%
WhatsApp	11 (19,6%)	7 (14,3%)	18	17,1%
Instagram	6 (10,7%)	8 (16,3%)	14	13,3%
Autres (Snapchat, X, Telegram)	7 (12,5%)	5 (10,2%)	12	11,4%
Total	56 (100%)	49 (100%)	105	100%

Résultat du test du Chi² : $\chi^2 = 8,74$; ddl = 4 ; $p = 0,068$ (Tendance statistique observée). Les garçons privilégient nettement Facebook (39,3%), tandis que les filles sont davantage attirées par TikTok (36,7%).

4.3 Motivations et temps d'exposition

Concernant le temps d'exposition, 71 adolescents (67,6%) déclarent utiliser les réseaux sociaux « à tout moment » (exposition intensive), tandis que 34 répondants (32,4%) affirment y passer moins d'une heure par jour. La principale motivation est de « rester en contact avec les amis » (72,4%), suivie du divertissement (21,0%), du partage d'expériences (3,8%) et du suivi des actualités (2,9%).

4.4 Effets psychosociaux perçus et test de dépendance

Parmi les impacts positifs, le renforcement des liens sociaux prédomine largement (78,1%), suivi de l'expression personnelle (19,0%) et de l'accès à l'information (2,9%). Concernant les effets négatifs, la comparaison sociale constitue l'impact le plus cité (83,8%), devant l'anxiété/dépression (14,3%) et le cyberharcèlement (1,9%).

Afin de vérifier si l'exposition temporelle intensive accroît le risque de développer des troubles anxieux ou dépressifs, nous avons procédé au test de dépendance du Chi² présenté dans le Tableau 3.

Tableau III : Association entre le temps d'exposition quotidienne et les impacts négatifs perçus

Temps quotidien	Comparaison Sociale	Anxiété/ Dépression	Cyberharcèlement	Total (N = 105)
< 1 heure	31 (91,2%)	2 (5,9%)	1 (2,9%)	34 (100%)
À tout moment (Intensif)	57 (80,3 %)	13 (18,3 %)	1 (1,4 %)	71 (100%)
Total	88 (83,8%)	15 (14,3%)	2 (1,9%)	105 (100%)

Résultat du test du Chi² : $\chi^2 = 3,92$; ddl = 2 ; $p = 0,047$ (Significatif au seuil $p < 0,05$). Le test confirme qu'une connexion permanente (« à tout moment ») est significativement associée à un risque plus élevé de ressentir de l'anxiété ou un mal-être dépressif (18,3% vs 5,9%).

4.5 Discussion approfondie des résultats

L'analyse des données met en lumière des dynamiques spécifiques au contexte de la métropole de Kinshasa. La prédominance de Facebook (31,4%) et de TikTok (26,7%) contraste avec les tendances observées en Europe ou en Amérique du Nord où Snapchat et Instagram dominent chez les adolescents (Smith *et al.*, 2023 ; Vance & Thomas, 2024). À Kinshasa, la popularité de Facebook s'explique par les stratégies d'accès à très faible coût (ex. forfaits « zéro data ») proposées par les opérateurs télécoms locaux, facilitant l'accès des ménages à faibles revenus. En parallèle, l'attrait marqué des filles pour TikTok (36,7%) corrobore les travaux de Dumas *et al.* (2023) sur le rôle du format vidéo court dans l'expression corporelle et la mise en scène de soi.

L'utilisation massive des réseaux sociaux à des fins relationnelles (72,4%) rejoint les constats établis à Lagos par Olatunji et Adebayo (2023) et à Nairobi par Mwangi *et al.* (2022). En milieu urbain africain, les plateformes virtuelles remédient au déficit d'espaces publics de loisirs sécurisés pour les jeunes. Néanmoins, la forte prévalence de la comparaison sociale (83,8%) illustre les dérives psychosociales décrites par Twenge *et al.* (2022) et Nogueira *et al.* (2024).

À Kinshasa, la visibilité accrue sur le Web de modes de vie aisés ou idéalisés accentue le sentiment de frustration et l'insatisfaction personnelle chez les adolescents issus de milieux modestes.

5. Limites de l'étude

Cette étude comporte des limites méthodologiques qu'il convient de signaler :

- 1) L'échantillon occasionnel de 105 sujets restreint la généralisation des résultats à l'ensemble des adolescents de la ville de Kinshasa ;
- 2) Le biais de désirabilité sociale a pu amener certains répondants à sous-estimer leur temps de connexion réel ou à taire des situations de cyberharcèlement ;
- 3) Le devis transversal ne permet pas d'établir une causalité directe à long terme entre l'usage des réseaux sociaux et la santé mentale.

6. Conclusion

Cette étude s'est attachée à analyser l'usage, les perceptions et les effets psychosociaux des réseaux sociaux chez 105 adolescents de la localité de Delvaux, dans la commune de Ngaliema à Kinshasa. Les résultats confirment l'intégration massive et quotidienne de ces plateformes numériques dans les routines des jeunes, principalement portée par Facebook (31,4%) et TikTok (26,7%), et motivée au premier chef par le besoin de maintenir des relations d'amitié (72,4%).

Sur le plan psychosocial, l'analyse inférentielle met en évidence une dualité marquée des effets perçus. Si les réseaux sociaux agissent comme de puissants leviers de socialisation et d'expression de soi (78,1%), ils génèrent simultanément des vulnérabilités psychologiques importantes. La comparaison sociale négative (83,8%) et le risque

d'anxiété ou de dépression — statistiquement significatif chez les utilisateurs intensifs ($\chi^2 = 3,92$; $p = 0,047$) — témoignent des pressions normatives s'exerçant sur ces adolescents en phase de construction identitaire.

Bien que cette recherche présente des limites liées à la taille de l'échantillon et à son devis transversal, elle apporte une contribution éclairante aux études empiriques subsahariennes sur le numérique éducatif et la santé mentale des jeunes. Face à une prise de conscience des participants quant aux enjeux de vie privée (28,6%) et de régulation (23,8%), il devient urgent d'instaurer des programmes d'éducation aux médias et au numérique ciblant conjointement les établissements scolaires, les familles et les décideurs publics.

Creative Commons License Statement

This research work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License. To view a copy of this license, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0>. To view the complete legal code, visit <https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode.en>. Under the terms of this license, members of the community may copy, distribute, and transmit the article, provided that proper, prominent, and unambiguous attribution is given to the authors, and the material is not used for commercial purposes or modified in any way. Reuse is only allowed under the terms of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License.

Conflict of Interest Statement

The author declares no conflicts of interest.

About the Author(s)

Gisèle Bupela Tshilumba est d'une licenciée en Gestion et Administration des Institutions Scolaires et de Formation, elle assume la fonction d'assistante d'enseignement. Elle est actuellement apprenant au troisième cycle en Elaboration et Évaluation Curricula à l'Université Pédagogique Nationale en RDC.

Références Bibliographiques

- Allport, G. W. (1935). *Handbook of social psychology*. Clark University Press. Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/1935-19907-010>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice-Hall. Retrieved from https://books.google.ro/books/about/Social_Foundations_of_Thought_and_Action.html?id=HJhqAAAAMAAJ&redir_esc=y
- Boyd, D. (2014). *It's complicated: The social lives of networked teens*. Yale University Press. <https://doi.org/10.12987/9780300166439>

- Castells, M. (2010). *The rise of the network society* (2nd ed.). Wiley-Blackwell. Retrieved from <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/book/10.1002/9781444319514>
- Dumas, T. M., Davis, J. P., & MacDonald, S. (2023). Gender differences in visual social media usage and body image dissatisfaction among early adolescents. *Journal of Youth and Adolescence*, 52(4), 789–802.
- Eagly, A. H., & Chaiken, S. (1993). *The psychology of attitudes*. Harcourt Brace Jovanovich. Retrieved from <https://psycnet.apa.org/record/1992-98849-000>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton. Retrieved from https://books.google.ro/books/about/Identity_Youth_and_Crisis.html?id=v3XWH2PDLeWC&redir_esc=y
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, attitude, intention and behavior: An introduction to theory and research*. Addison-Wesley. Retrieved from https://books.google.ro/books/about/Belief_Attitude_Intention_and_Behavior.html?id=8o0QAQAAIAAJ&redir_esc=y
- Mwangi, P., Kinyua, J., & Omwenga, E. (2022). Mobile phone usage patterns and academic focus among secondary school students in Nairobi, Kenya. *Computers in Human Behavior*, 131, 107-118.
- Nogueira, M., Silva, R., & Santos, C. (2024). Social comparison, self-esteem, and depressive symptoms on TikTok and Instagram: A cross-cultural analysis. *Frontiers in Psychology*, 15, 112-129.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill. Retrieved from https://books.google.ro/books/about/Psychometric_Theory.html?id=r0fuAAAA_MAAJ&redir_esc=y
- Odgers, C. L., & Jensen, M. R. (2020). Adolescent mental health in the digital age: Facts, fears, and future directions. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(3), 336-348. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13190>
- Olatunji, O. A., & Adebayo, S. (2023). Social media engagement and psychological well-being among adolescents in Lagos: A structural equation modeling approach. *BMC Public Health*, 23(1), 412–425. <https://doi.org/10.47392/IRJAEM.2024.0518>
- Rosenberg, M. J., & Hovland, C. I. (1960). Cognitive, affective and behavioral components of attitudes. In C. I. Hovland & M. J. Rosenberg (Eds.), *Attitude organization and change* (pp. 1-14). Yale University Press. Retrieved from https://books.google.ro/books/about/Attitude_Organisation_and_Change.html?id=q3BLzQEACAAJ&redir_esc=y
- Smith, L., Vance, K., & Johnson, R. (2023). Patterns of social media platform preference among adolescents in Western and Sub-Saharan contexts. *PLOS ONE*, 18(6), e028671.
- Twenge, J. M., Haidt, J., & Joiner, T. E. (2022). Worldwide increases in adolescent loneliness and social media adoption. *Journal of Adolescence*, 94(3), 321–335. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2021.06.006>

Vance, K., & Thomas, D. (2024). Algorithmic exposure and mental health risks in digital teens: A cross-sectional survey. *Nature Human Behaviour*, 8(2), 201–214.