

# LA SOLITUDINE

COS'È PER NOI LA  
SOLITUDINE

## ASPETTI POSITIVI

Quando si è soli si può riflettere meglio sui propri pensieri e stare in pace con se stessi, senza nessuno che ti infastidisce.

### Lati positivi della solitudine:

- Tranquillità
- Pace
- Silenzio
- Privacy

## ASPETTI NEGATIVI

La solitudine può essere anche motivo di sofferenza per la persona che viene esclusa, perciò in maniera eccessiva può essere pericolosa.

### Lati negativi della solitudine:

- Sofferenza
- Esclusione
- Tristezza
- Bullismo

# LA SOLITUDINE:

La solitudine è una cosa molto brutta, che si può trasformare in bullismo e che può portare la vittima a diventare una persona violenta o a mettere in discussione la propria autostima.

Molte volte non ci accorgiamo nemmeno di escludere una persona oppure che questa persona soffre perché la escludiamo. Diamo per scontato che esistiamo solo noi e l'importante è solo la nostra felicità, certe volte ci fissiamo su questa affermazione e tendiamo a escludere dal nostro gruppo della gente, che può sentirsi ferita, e se è una persona aggressiva risponderà all'offesa ma se è una persona timida tenderà a pensare che il problema sia lei, che lei sia diversa o diverso e perciò si sentirà inadatto.

ALCUNI ESEMPI  
DI SOLITUDINE



LA VERA SOLITUDINE È VIVERE  
TRA TUTTE QUELLE PERSONE  
GENTILI CHE TI CHIEDONO  
SOLO DI FINGERE.

