



**Ministero della Pubblica Istruzione**

Istituto Comprensivo di Zanica

## Come stare bene in classe

---

In una classe in cui si sta bene, il bullismo non ha spazio. Se all'interno della classe tutti agiscono avendo a cuore i compagni, non c'è bisogno che si combatta contro il bullo. Formare un gruppo unito e in una classe in cui si sta bene insieme è un traguardo che si raggiunge con un certo sforzo, e per arrivarci c'è un percorso da fare con l'impegno di tutti. Prima di tutto occorre pensare che le differenze e le diversità siano una ricchezza, non essere tutti uguali e non cercare di avere lo stesso comportamento. Riconoscere che le diverse capacità vadano valorizzate, per apprezzare le qualità che altri possiedono e che a volte noi non possediamo.

L'impegno personale è fondamentale per costruire un gruppo, ma ogni gruppo deve avere delle regole da rispettare. Le regole stabiliscono cosa puoi fare e cosa non, senza regole sarebbe difficile sapere come ci si deve comportare, come: cosa succederebbe se chi guida una macchina non conoscesse il significato dei semafori? oppure se in una partita di pallavolo qualcuno pensasse di poter rigiocare la palla dopo che è caduta a terra?

Per stare bene in classe bisogna:



## **Ministero della Pubblica Istruzione**

Istituto Comprensivo di Zanica

- avere dei buoni rapporti con i compagni;
- fissare delle regole che vadano bene per tutta la classe come evitare di punzecchiarsi;
- non fare cose che possano dare fastidio ai compagni;
- e in caso di prepotenze parlare con i professori oppure parlarne con un compagno/a.

Per combattere il cyberbullismo, prima di tutto essere consapevoli di quello che si sta facendo su internet:

- conoscenza delle regole della privacy, delle responsabilità personali e penali
- un uso corretto del cellulare
- un uso corretto di internet
- uso corretto delle chat.
- consapevolezza delle conseguenze di quello che pubblici soprattutto delle foto e dei video.