

VIP Makkerskap

Tiltak for et godt læringsmiljø fra
VIP Psykisk helse i skolen

Til elevens foresatte, vgs
2026/2027



Til foresatte til elever som skal ha VIP Makkerskap

Skolen benytter programmet VIP Makkerskap. Dette skrivet vil gi deg som foresatt informasjon om VIP Makkerskap, slik at du kan støtte din ungdom best mulig i gjennomføringen.

Hva er VIP Makkerskap?

VIP Makkerskap er et tiltak for et godt læringsmiljø og en trygg og forutsigbar skolestart. I korte trekk innebærer programmet at kontaktlærer deler klassen i makkerpar og makkergrupper fra første skoledag. Makkerpar og makkergrupper har bestemte oppgaver knyttet til hverandre, og inndelingen benyttes også til faglig samarbeid. Etter tre uker byttes makkere og makkergrupper, og ordningen rullerer gjennom hele skoleåret. I forbindelse med makkerbyttene gjennomføres det enkle øvelser i samarbeid og kommunikasjon.

Elevene bruker ofte mye energi de første ukene av skoleåret på å finne sin sosiale plass. Ved å starte med VIP Makkerskap allerede første skoledag kan det være lettere å skape et inkluderende og trygt klasserom hvor det er fokus på fellesskap og trivsel. Trygge sosiale relasjoner i klassen gir også gode forutsetninger for å jobbe med fag. Gjennom VIP Makkerskap får elevene øvelse i å samarbeide med forskjellige mennesker, som også kan komme til nytte senere i studie- og arbeidsliv.

Bak VIP Makkerskap står tjenesten VIP Psykisk helse i skolen, som er en del av Vestre Viken Helseforetak. Grunnet tilleggsfinansiering fra Helsedirektoratet tilbys VIP Makkerskap nasjonalt uten kostnad for skolene. VIP Psykisk helse i skolen tilbyr ulike programmer og kurs gratis til skolene med mål om å fremme god psykisk helse for skolens elever. VIP Makkerskap er et utbredt og populært program, som får veldig gode tilbakemeldinger fra skolene som benytter det.

Målsetting

Hovedmålet med VIP Makkerskap er å skape et godt psykososialt læringsmiljø hvor elevene opplever trygghet og tilhørighet.

Delmålene er:

- Elevens psykiske helse, trivsel og læring styrkes
- Elevens sosiale og relasjonelle kompetanse utvikles
- Oppstart av nytt skoleår oppleves trygt og forutsigbart
- Et godt klassemiljø etableres tidlig
- Elevene blir kjent med de andre i klassen
- Elevene lærer å skape gode arbeidsrelasjoner

Hva betyr det å være i et makkerskap?

- Makkerne sitter ved siden av hverandre i klasserommet i alle fag hvor hele klassen er samlet. Faglærere som har elevgrupper på tvers av klasser opererer med egne makkerskap og -grupper.
- Makkerne hilser på hverandre når de treffes og viser interesse for hverandre, for eksempel ved å spørre hverandre om hvordan helga har vært.
- Makkerne er oppmerksomme på om den andre trives. Har makkeren noen å være sammen med i friminuttene? Kommer makkeren til sosiale arrangementer med klassen/på skolen? Hvis makker blir bekymret, bør hen henvende seg til en lærer.
- Makkerne kontakter hverandre ved fravær (husk at den som er borte også gir beskjed til læreren). Den som er borte sender en melding til sin makker for å gi beskjed, for eksempel «Hei! Jeg kommer ikke på skolen i dag». Hvis hen glemmer dette, sender makker en melding der det for eksempel kan stå: «Hei! Ser at du er borte i dag. Håper vi sees i morgen.» Unngå spørsmål, da fraværsgrunn er privat.
- En makkergruppe består av to makkerpar. Disse bør sitte i nærheten av hverandre i klasserommet (foran/bak hverandre).
- I timene kan lærer be elevene om å jobbe sammen i makkerpar eller i makkergruppe. Makkerne kan også samarbeide om lekser.
- Etter tre uker byttes makkerpar og -grupper. Ved hvert makkerbytte anbefales bruk av oppgaver/aktiviteter for en god start med nye makkere (se oppgavesamling i lærerveiledningen).

Tips til foresatte ved gjennomføring av VIP Makkerskap

- En av hensiktene med VIP Makkerskap er å øve på samarbeid i par og grupper. Vis gjerne interesse for de medelevene som din ungdom er i makkerpar og i makkergruppe med.
- Del gjerne egne erfaringer med å jobbe/samarbeide med andre du ikke selv har valgt, i ulike sammenhenger (studier/jobb/fritid). Del erfaringer på en måte som kan motivere til gode samarbeid med ulike medelever.
- Fremsnakk målsettingen med VIP Makkerskap og viktigheten av tilhørighet og trivsel for alle elever i skolen.

Hvis du har spørsmål om gjennomføringen, kan du henvende deg til kontaktlærer.

For mer informasjon, se vår hjemmeside:

vippsykiskhelse.no