

# PRIMER EMPLEO

Becas y premios | El currículum europeo | [www.primerempleo.infoempleo.com](http://www.primerempleo.infoempleo.com)

RESCISIÓN DE LA RELACIÓN LABORAL, QUÉ HACER Y DÓNDE ACUDIR

## Si te despiden de tu empresa... que no cunda el pánico

EN EL MERCADO LABORAL SIEMPRE HAY UNA PRIMERA VEZ PARA TODO, HASTA PARA EL DESPIDO. POR ESO CONVIENE ESTAR REPARADO PARA SACAR LO MEJOR DE LO PEOR

### LAURA DE CUBAS

En el amor no todo tiene que ser para siempre, y en el caso de la pareja formada por empresario y trabajador, el empleo, tampoco. Sin embargo, y siguiendo esta comparación, el hecho de terminar con una relación, en este caso laboral, no significa que se acabe el mundo. Es más, en muchas ocasiones suele ser el inicio del camino hacia un trabajo mejor. Pero cuidado, que veamos una luz al final del túnel no quiere decir que nos quedemos con los brazos cruzados esperando a que ésta guíe nuestros pasos.

► **El primer mal trago, la notificación.** Tiene que ser realizada por escrito. En caso de ser verbal, tal y como afirman desde el Estudio Jurídico EJASO, «es causa de improcedencia en los supuestos de despido disciplinario y, de nulidad, en los de despido objetivo». En dicho documento debe aparecer, por Ley, la fecha de efectos y razones del mismo para «no causar indefensión al trabajador». Luego, y según el convenio, se pueden establecer otras exigencias formales que la empresa también debe cumplimentar.

► **No estoy de acuerdo.** Los despidos pueden ser calificados como procedentes, improcedentes o nulos según diferentes supuestos. Si el trabajador no está de acuerdo con las causas que conducen al primero de los casos, éste puede negarse a firmar la carta de despido o hacerlo mostrando su disconformidad. EJASO recomienda que en ambos casos se cuente con la presencia de un representante de los trabajadores y recal-



Antes de recoger los bártulos, lo primero que se debe hacer ante un despido es informarse de cómo reaccionar. / S.STOCK

**La firma del despido debe hacerse ante un representante de los trabajadores**

ca que, en el primer supuesto, como es un documento para la empresa, «ésta podría remitir un *bu-rofax* al domicilio del empleado que tendría los mismos efectos».

► **No puedo con esto yo solo.** Ni se debe. Conviene asesorarse rápidamente por profesionales para emprender las acciones parti-

**La conciliación ha de realizarse durante los 20 días hábiles tras la comunicación de cese**

nentes habilitadas por la Ley. «La primera acción es interponer una papeleta de conciliación ante los organismos competentes en un plazo de 20 días hábiles, donde, además, habría que preparar la demanda ante los Juzgados de la jurisdicción social», explican desde este estudio jurídico especializado en Derecho laboral.

► **¿Qué es eso de conciliar?** «Es un trámite obligatorio que tiene por fin que las partes lleguen a un acuerdo antes de acudir a juicio y previo a la presentación de la demanda», afirman los expertos de EJASO. A él deben acudir el trabajador con o sin abogado y un representante de la empresa —de no hacerlo justificadamente se le interpondrá una multa— y tras su celebración puede haber acuerdo —reincorporación al puesto o indemnización— o falta del mismo. En este caso el trabajador debe presentar la demanda ante el Juzgado de lo Social los días que falten para los 20 desde que se comunicó el despido.

### Algo que perder pero también algo que ganar

► **Finiquito** Debe incluir la parte proporcional del salario de los últimos días trabajados durante el mes del cese así como el pago de las vacaciones no disfrutadas —calculadas a partir del 1 de enero del año en curso, a razón de 2,5 días por mes y descontando los ya disfrutados— y la prorrateada de las pagas extraordinarias desde el comienzo del año hasta su marcha. Este importe puede incluir indemnizaciones y otros conceptos establecidos por convenio. La firma de este documento se suele tomar como el fin de la relación laboral. Si no se está de acuerdo con el despido pero sí con la cantidad y, a menos que el texto del documento especifique que su firma cierra cualquier otro tipo de reclamación, se puede suscribir añadiendo las palabras «no conforme» y así poder continuar con el proceso judicial correspondiente.

► **Indemnización** En caso de despido improcedente, a la liquidación se le deben sumar 45 días de salario por año de servicio con un máximo de 42. Si el contrato que finaliza es «para el fomento de la contratación indefinida», los días valorables por año de servicio que se computarán serán 33 y se prorratearán por meses en el caso de que el empleado haya trabajado en la empresa durante un tiempo inferior a un año y hasta un máximo de 24 meses.

► **Salario de tramitación** Se calcula a partir del salario del trabajador desde el día en el que se toma la decisión de rescindir su contrato hasta el fallo judicial que declara el despido como improcedente, procedente o nulo. En el caso de que este periodo sea superior a 60 días el empresario puede solicitar al Estado que sea éste el que se encargue de abonar la cifra encionada. Durante todo ese tiempo el trabajador también cotizará a la Seguridad Social por su compañía.

## El día después, ¿qué hago?

### CRISTINA M. FRUTOS

Sin miedos y, sobre todo, sin complejos. Así es como según los expertos hay que afrontar el temido «día después» de un despido.

El secreto para adoptar esta actitud lo desvela Elena Terol, socia directora de la empresa de búsqueda y captación de directivos ExcellentSearch & Selection: «No es la mejor situación posible, pero hay que tratar de convertirlo en una oportunidad de mejora laboral». Con este planteamiento coincide Lucía de Zavala, Directora CEO de la Fundación Junior Achievement España. La responsable de esta or-

ganización que promueve el espíritu emprendedor entre los jóvenes identifica el despido también como «una ocasión para reflexionar cuál es el tipo de trabajo y empresa que nos conviene».

De acuerdo con estas premisas, el paso inmediato a un despido consiste en ponerse rápidamente las pilas y comenzar a buscar un nuevo empleo. Lucía de Zavala explica claramente este proceso que no deja lugar a tiempos muertos: «Después de haber reflexionado sobre las circunstancias del despido, después de haber pensado en lo que uno quiere hacer y quizá identifi-

cado posibles referenciantes, hay que ponerse manos a la obra».

### Inscribirse en el INEM

Lo primero que hay que hacer es inscribirse como demandante de empleo en la oficina del Servicio Público de Empleo (INEM) más cercana al domicilio. Es imprescindible que este trámite se realice antes de que transcurran 15 días laborables desde el momento del despido. Si el recién parado ha cotizado, es decir, ha trabajado al menos 360 días, tiene además derecho a solicitar la prestación por desempleo de nivel contributivo, lo que conocemos como «cobrar el paro».

La cuantía —que varía entre los 482,44 euros y los 1.055,33 euros— y duración (de 120 a 720 días) de

esta prestación depende del tiempo cotizado. La página *web* del INEM cuenta con una herramienta virtual muy sencilla que permite calcular, aproximadamente, estos datos.

Además, la prestación económica se complementa con acciones de formación y ofertas de trabajo que ayudan a la reinserción laboral. Sin embargo, no conviene dejarlo en manos del azar ni del INEM y sí diseñar un plan de búsqueda de trabajo. Los primeros días son un buen momento para hacer un par de currículum distintos —variarán en función de las ofertas que interesen—, para darse de alta en páginas de búsqueda de empleo, consultar ofertas vigentes... En este sentido Lucía de Zavala apunta que «no debemos asustarnos ni li-

mitarnos a los empleos 'súper seguros'. Hay que procurar mantener un espíritu emprendedor».

Cuando nos llamen para comenzar un proceso de selección hay que volver a aplicar eso de ir «sin complejos». Como explica Elena Terol un despido improcedente no es una mancha en nuestra trayectoria, y por eso incluso puede mencionarse a lo largo de las entrevistas. «En este caso, es importante que el joven ofrezca una explicación sincera de las circunstancias», añade Lucía de Zavala.

Mientras llega el momento del desempleado, paradójicamente, no debe quedarse parado. Crear rutinas horarias, mejorar el CV con cursos y estar siempre activo en el mercado laboral es la mejor opción.