

En bouleversant la vie personnelle et professionnelle, le licenciement est toujours un cap difficile à passer. Cet événement amène souvent à se remettre en question. La période de recherche d'emploi qui suit ne doit pas être improvisée. Levallois Emploi propose quelques conseils pour rebondir après un licenciement.

Surmonter un licenciement

Gérer son préavis

A l'annonce du licenciement, il faut commencer à organiser sa recherche d'emploi. Avant le départ de l'entreprise, la période du préavis peut être mise à profit. La loi permet de disposer de deux heures par jour sur son temps de travail pour chercher un emploi. Selon les opportunités, il est possible de négocier son préavis avec l'employeur en réduisant sa durée, voire ne pas l'effectuer mais sans rémunération si la demande émane du salarié.

Faire un bilan de ses besoins en formation

Dès le préavis de licenciement, il est essentiel de faire une analyse de l'expérience acquise en entreprise et d'établir ses aspirations professionnelles. Si une réorientation est envisagée, faire un bilan de compétence permettra d'identifier ses savoir-faire et ses qualités. Une telle démarche peut inciter à la préparation d'une Validation des Acquis et de l'Expérience (VAE) certifiant ainsi ses qualifications. Pour s'assurer d'être en accord avec les nouvelles exigences du marché du travail, il peut s'avérer nécessaire de développer ses compétences par la formation. Grâce à la loi sur la "formation tout au long de la vie", le salarié peut bénéficier du Droit Individuel à la Formation (DIF), sur simple demande. Payé par l'employeur, il accorde un crédit de formation, calculé selon l'ancienneté et la rémunération.

Activer ses réseaux

Pour mettre toutes les chances de son côté, aucune piste est à négliger. La recherche d'emploi s'appuie sur plusieurs vecteurs : annonces d'emploi (Internet, presse, ANPE ou APEC), candidatures spontanées, agences de recrutement ou encore le réseau relationnel. 70% des emplois sont pourvus à partir de ce dernier. Un réseau de contacts utilise les relations personnelles avec la famille, les amis, le voisinage et les relations professionnelles : collègues, fournisseurs, clients... Toutes ces personnes peuvent aider à obtenir des informations précieuses sur des postes disponibles ou déposer sa candidature au bon interlocuteur. Il faut donc autant que possible conserver de bonnes relations auprès de son ex employeur, malgré l'amertume du renvoi.

Michaël Lévy

L'oeil de l'experte

Anne Kechiche, conseillère à Levallois Emploi

"La recherche d'emploi doit s'opérer au plus vite après l'annonce du licenciement. Il y a certes besoin d'une période de transition pour laisser un temps de réflexion sur son projet professionnel et surmonter le choc émotionnel du licenciement. Mais plus les démarches tardent à commencer, plus le demandeur d'emploi risque de s'inscrire dans le cercle



vicieux du chômage de longue durée. Rechercher immédiatement un emploi, c'est aussi montrer sa réactivité et sa motivation aux recruteurs."

