

Sólo despedidos: ¿Y ahora qué?



*Muchos trabajadores han sido despedidos alguna vez durante su vida laboral. Considerando que pocos trabajos ofrecen seguridad laboral de por vida, todo trabajo es un trabajo temporal. Esta guía provee información que Ud. Puede utilizar en la búsqueda de un nuevo empleo, también querrá Ud. revisar la guía de JobSearch Guide **Ajuste de personal!***

Los despidos...

- Se deben generalmente a circunstancias más allá del control del empleado. La economía puede estar estática o en caída; los productos de la empresa ya no están en demanda, o no son competitivos con productos similares.
- Ocurren típicamente porque las compañías deben adaptarse a los rápidos cambios de las necesidades del mercado. De su Centro local de Carreras “One-Stop” Ud. puede obtener información importante sobre las tecnologías que son obsoletas y las que tienen más demanda. Utilice estas claves para encontrar un nuevo empleo.
- Son a menudo temporales en las industrias que tienen ciclos estacionales, por ejemplo la industria de la construcción baja mucho en los meses de invierno. En contraste, cuando una compañía reduce el personal (es decir, se hace un negocio más chico o cierra), los despidos son usualmente permanentes.
- Pueden causar un desgaste en su fortaleza emocional, su bienestar físico y económico y sus relaciones con otras personas. Esté preparado para hacer todo lo posible para proteger estas áreas de su vida.

Recuerde....

Cosas que Usted no puede cambiar:

- ✓ No puede cambiar el pasado.
- ✓ No puede cambiar el hecho de que lo despidieron. Eso está en el pasado.

Cosas que Usted puede cambiar:

- ✓ Puede cambiar su futuro, cambiando lo que hará ahora.
- ✓ Puede encontrar un nuevo empleo.



Qué hacer cuando lo despiden.

Muy pocas personas se sorprenden completamente cuando les avisan que quedan despedidos. Las compañías raramente cierran sus puertas y se van en medio de la noche. Las señales de un despido inminente usualmente son evidentes semanas antes de que ocurra. Los trabajadores a veces ignoran las señales o están convencidos que ellos no están incluidos.

Cuando le pase, esté preparado:

1. **¡Pídale por escrito!**
2. Pregunte si el despido es permanente. Si no lo es, pregunte cuándo quieren ellos que los empleados regresen a trabajar.
3. Ese día pida una carta de recomendación de su supervisor.
4. Pregunte cuándo recibirá su último cheque, pago de despido y tiempo de vacaciones no utilizado. Averigüe sobre beneficios tales como el seguro médico y el retiro. Obtenga todo por escrito.
5. Pregunte a su supervisor si hubo algo que Ud. hizo que contribuyó a su despido. Esto le aclarará dudas o le ayudará a evitar futuros despidos.
6. Consiga los nombres de otros que han sido despedidos. Forme un grupo de búsqueda de trabajo.
7. Averigüe dónde y cómo solicitar beneficios de desempleo. Lleve la carta de despido con Ud.
8. **¡Inicie su búsqueda de trabajo!**



Más acerca de los acuerdos de indemnización. . .

Por lo general, su patrón le pedirá firmar algunos documentos – incluyendo la indemnización por despido. Lo que Ud. haga ahora será crítico para su futuro. No firme nada sin haberlo leído antes y quizá habérselo enseñado a alguien en cuya opinión confíe. Está bien sí:

- Le dice al patrón que se sorprendió y necesita tiempo para pensar.
- Hace una cita para la próxima reunión.
- Sale de la oficina y se lleva los papeles.
- Pide a su representante del sindicato que revise los papeles.

¡La indemnización por despido es con frecuencia negociable!

Las 3 cosas importantes que Ud. quiere son:

1. **Ingresos**
 - En la mayoría de las industrias, hay una fórmula, como una o dos semanas de pago por cada año que trabajó para la compañía. Revise su manual del empleado.
 - Si cierto número de empleados están siendo despedidos, averigüe lo que han obtenido los demás – o lo que las otras personas han recibido en el pasado.
2. **Beneficios del seguro médico**
 - Averigüe durante cuánto tiempo van a pagar por su cobertura.
3. **Servicios de colocación en otro lugar**
 - Pregunte qué hará la compañía para ayudarle a encontrar un nuevo trabajo.

Organization
can insert their
Logo here.

From the JobShop website, the Organization can input
and print up to five lines of text on every Guide.
For example, the organization may chose to insert and
print their name, address, telephone number, web address and
hours of operation automatically on every Guide.

Organization
can insert a
second Logo
here.

¿Por qué lo despidió la compañía? ¿Lo llamarán de vuelta?

Averigüe por qué fue despedido de la compañía. ¿Fue debido a un historial de malas decisiones de los directivos, la economía, o por otra razón? Puede ser una combinación de varios factores. Esta información puede ayudarle a *decidir qué hacer enseguida*.

¿Es el despido permanente o es Ud. elegible a ser llamado de regreso? Es posible que la empresa no le pueda dar respuesta a estas preguntas, así que Ud. debe ser realista sobre el futuro de la empresa y sus probabilidades de ser re-contratado. En vez de esperar un tiempo indefinido hasta que la empresa lo llame (lo cual puede que no hagan nunca), puede ser más sabio el buscar un nuevo empleo

Tal vez es momento de obtener nuevas destrezas y habilidades.

Lo malo de las nuevas tecnologías es que empleados con destrezas viejas son a menudo desplazados. Lo bueno de la nueva tecnología, sin embargo, es que pocas personas son expertas por lo novedoso de las mismas. Esto significa que hay usualmente muchos programas de capacitación y mucha demanda para aquellos que se capacitan. En el mundo de hoy y sus constantes cambios, una de sus principales fortalezas será su voluntad de aprender y adquirir nuevas destrezas.



Revise **las guías de JobSearch**: *Oportunidades de entrenamiento y Usando su Centro local de Carreras "One-Stop"*.

Cómo responder preguntas sobre su despido durante una entrevista.

A veces las personas que han sido despedidas tienen temor que el empleador potencial los vea negativamente simplemente porque fueron despedidos. Ud. puede utilizar los siguientes ejemplos de guiones cuando se comunique con empleadores futuros. Estas respuestas pueden ayudarle a explicar por qué esta Ud. desempleado.

"La compañía fue reestructurada y mi posición resultó afectada".

"La compañía cerró la división donde trabajaba".

Estas frases explican que su actual desempleo no tuvo nada que ver con su voluntad y habilidad de trabajar, sino que fue una decisión de la empresa. Cuando Ud. hable sobre su previo empleador, evite decir cosas negativas sobre su ex supervisor o la empresa.

Busque maneras seguras de expresar su rabia y frustración.



Es totalmente comprensible que después de ser despedido Ud. sienta enojo durante un tiempo. Sin embargo, una actitud de molestia o rabia, pueden perjudicar su búsqueda de trabajo, especialmente si hace comentarios con rabia hacia su ex supervisor o la empresa que lo despidió. Una manera constructiva de apaciguar esa rabia es hablando con algún amigo de confianza, clérigo, o un terapeuta, que le ayude a ventilar esa ira en un ambiente seguro.

Un periodo de lamentos

La gente que ha sido despedida está tan desolada como con el fracaso de un matrimonio, o la pérdida de un ser querido. Espere atravesar por un proceso de aflicción debido a la pérdida de seguridad, el golpe al ego y el futuro que pudo haber sido. Por lo tanto, permítase un corto periodo de lamentación.

Mientras más pronto comience a tomar medidas por Ud. mismo, mejor se sentirá.

Cuestiones de dinero

- Si usted no tiene todavía un presupuesto, ahora es el tiempo de hacer uno. Es vital saber cuánto dinero necesita para sobrevivir cada mes. Su lista de pagos mensuales incluirán la hipoteca o renta, los servicios públicos, la comida, el seguro, los costos de salud (vea abajo), los costos de desplazamiento y cualquier otra cosa que necesite.
- Calcule cuántos meses puede darse para encontrar un trabajo, determinando cuánto durará su dinero. Recuerde incluir sus pagos de desempleo.
- Cuando el dinero es escaso, no dañe su crédito dejando amontonar las deudas sin pagarlas. En lugar de esto, es más fácil pagar sus deudas. Dese más tiempo para buscar trabajo, disminuyendo sus compromisos mensuales.
- Póngase en contacto con sus acreedores y negocie para recortar la cantidad de sus pagos mensuales sobre un periodo más largo. Explíqueles que la situación es temporal y que Ud. está buscando trabajo activamente.
- Hable con un consejero sus Centro local de Carreras "One-Stop." Muchos centros tienen consejeros financieros que le pueden ayudar a negociar con sus acreedores. Ellos también pueden proveerle información sobre programas de asistencias del gobierno.



Cobertura del seguro médico

- ¿Ya firmó y aceptó el paquete de indemnización por despido? Si es así:
 - ✓ Tómese el tiempo para leer términos y condiciones.
 - ✓ Vea cuántas semanas de seguro médico tiene.
 - ✓ ¿Cuándo se termina su cobertura de seguro médico?
 - ✓ Busque un nuevo seguro médico antes que expire su cobertura actual.
- Si su esposo/a es un empleado de tiempo completo con acceso a beneficios completos, vea si lo/a puede incluir en su póliza.

Solicite el apoyo de su familia

Para sugerencias de cómo hacer esto, lea **la guía de JobSearch** *Involucre a su familia en su búsqueda de empleo*.

Recursos de Internet



www.doleta.gov/layoff/workers.cfm -- Información del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos sobre empleados despedidos.

www.job-hunt.org/boomer-job-search/laid-off-now-what.shtml -- Información para trabajadores de más de 50 años de edad.

www.job-hunt.org/layoffs/layoffs.shtml -- Serie de artículos de mucha ayuda.

www.learnvest.com/knowledge-center/your-unemployment-guide-the-dos-and-donts/ -- Qué hacer y no hacer después de perder el empleo.

<http://career-advice.monster.ca/in-the-workplace/leaving-a-job/100-things-to-do-if-youve-been-laid-off/article.aspx> -- Gran información de Monster.com.