

QUELQUES NOUVELLES SOCIALES

Loi Macron : Principales mesures sociales (partie 2)

Epargne salariale

A compter du 1er janvier 2016, le taux du forfait social est fixé à 8% (au lieu de 20%) pour les entreprises de moins de 50 salariés mettant pour la première fois en place un dispositif d'intéressement ou de participation (ou dont le précédent accord ayant plus de 5 ans). Ce taux s'appliquera pendant une durée de 6 ans à compter de la date d'effet de l'accord.

Par ailleurs, l'intéressement sera placé par défaut, comme la participation, sur un PEE (plan d'épargne d'entreprise) ou un PEI (plan d'épargne inter entreprises) lorsqu'il existe. Ces sommes ne seront donc plus versées directement au salarié. En outre, lorsque qu'un accord d'intéressement comporte une clause de tacite reconduction, il n'a pas à être renégocié tous les 3 ans.

Licenciement économique collectif

La loi autorise l'employeur à fixer unilatéralement les critères d'ordre des licenciements. En outre, ces critères peuvent être fixés à un niveau inférieur à l'entreprise, par exemple, au niveau de l'établissement.

Par ailleurs, les accords de maintien dans l'emploi passent de 2 à 5 ans. (Cf. lettre d'information CIOI n°52) Cet accord peut aussi prévoir une période de suspension de l'accord "en cas d'amélioration ou d'aggravation de la situation économique de l'entreprise". Cette suspension peut être décidée pour une durée au plus égale à la durée restant à courir à la date de la suspension. Les salariés qui refusent l'application de cet accord ne pourront plus bénéficier de mesures de reclassement. En revanche, ils seront toujours considérés comme licenciés économiques.

Barème des indemnités prud'homales :

Le conseil constitutionnel est finalement venu retoquer le barème des indemnités prud'homales (évoqué dans la dernière lettre d'information CIOI) calculées selon la taille de l'entreprise et l'ancienneté des collaborateurs. Le conseil constitutionnel a en effet estimé qu'il s'agissait d'une rupture de l'égalité entre les salariés.

En bref : gratification des stagiaires en hausse

Le montant de la gratification horaire obligatoire versée au stagiaire passe à 3,60 euros pour les conventions signées à partir du 1^{er} septembre 2015. Avant cette date, il correspondait à 3,30 euros par heure de présence effective.

POINT MANAGEMENT : APPRENDRE À MIEUX GÉRER SA RESISTANCE AU STRESS



Cette année, la rentrée ne nous fera pas stresser !

Si le stress est un phénomène naturel qui nous aide à faire face à des situations difficiles, il devient néfaste lorsqu'il dépasse une certaine mesure. Il est cependant possible d'apprendre à gérer sa résistance au stress en travaillant sur l'interprétation que l'on fait de certaines situations et en respectant certaines règles de vie

Essayer d'adopter une posture de défi : Là où initialement, l'on pourrait voir un problème, il est possible de s'efforcer de voir un défi à relever, une opportunité d'améliorer certains aspects d'une situation : voir le verre à moitié plein en quelque sorte !

Travailler sur l'affirmation de soi : Les personnes qui disent facilement ce qu'elles pensent sont moins sujettes au stress. Elles évitent ainsi la frustration liée à la peur de ne pas oser dire. Il peut falloir du temps pour développer un comportement affirmé.

Développer une attitude de « contrôle interne » :

Certaines personnes considèrent qu'elles ont une influence sur le cours des choses (contrôle interne). Ces personnes sont moins sujettes au stress que celles qui pensent qu'elles ne peuvent pas agir sur les situations car « ce qui doit arriver, arrive » (personnes « externalistes »). Par exemple, face à un supérieur difficile d'accès, les premières chercheront à quel moment il est possible de le voir ou bien quels types d'arguments font mouche alors que les deuxièmes penseront qu'il est impossible de discuter avec lui et verront leur stress augmenter à chaque fois qu'un RDV est repoussé. Il s'agit donc de prendre conscience de son penchant nature afin de développer une attitude favorable et ainsi mieux gérer son stress.

Connaître son niveau de stress optimal : Mieux se connaître est également clé dans la gestion de son stress au quotidien. Apprendre à détecter ses réactions face au stress (hyperactivité, somatisation ou idées noires par exemple),

et anticiper le niveau de stress à partir duquel on sera en situation inconfortable peut permettre d'anticiper certaines situations et de se préparer à y faire face.

Avoir une vie saine :

Enfin, une bonne hygiène de vie est essentielle afin de pouvoir faire face au stress : le respect de son rythme de sommeil, une alimentation équilibrée, la pratique d'un exercice physique régulier sont autant de facteurs qui permettent à toute personne de mettre à nu sa capacité face aux difficultés rencontrées dans le cadre du travail.

Il est également clé de pouvoir, dans le cadre de son travail se ménager des pauses régulières ou de pratiquer certains exercices simples de relaxation (notamment la pratique de la respiration).

