

## I. Comment rompre son contrat de travail et toucher le chômage ?

*Vous envisagez de quitter votre emploi en 2022 pour monter votre propre entreprise ou donner un nouveau souffle à votre carrière professionnelle ? Démissionner est la solution la plus rapide, mais vous ne pouvez pas vous permettre d'être privé de ressources financières. Des alternatives à la démission permettent de toucher le chômage.*

### Sommaire

- [1. Justifier d'un cas de démission légitime](#)
- [2. Démissionner pour suivre un projet de reconversion professionnelle, de création ou de reprise d'entreprise](#)
- [3. Signer une rupture conventionnelle](#)
- [4. Rompre le contrat aux torts de l'employeur](#)
- [5. Faire un abandon de poste](#)
- [6. Demander la rupture anticipée du CDD](#)

### 1. Justifier d'un cas de démission légitime



En principe, seuls les salariés involontairement privés d'emploi peuvent prétendre au chômage, à moins que leur démission ne soit considérée comme un cas de démission légitime.

*Exemple : démission pour suivre votre conjoint qui change de lieu de résidence pour exercer un nouvel emploi. Vous pouvez donc, dans certains cas, toucher le chômage en cas de démission.*



## 2. Démissionner pour suivre un projet de reconversion professionnelle, de création ou de reprise d'entreprise

Depuis le 1er novembre 2019, ont également droit aux allocations chômage, sous certaines conditions, les salariés qui démissionnent pour **poursuivre un projet de reconversion professionnelle** nécessitant le suivi d'une formation ou un **projet de création ou de reprise d'une entreprise**.

Pour avoir droit au chômage, plusieurs conditions doivent être remplies :

- votre projet professionnel doit présenter un **caractère réel et sérieux**, attesté par la commission paritaire interprofessionnelle régionale (CPIR) ;
- vous devez justifier d'une **durée d'affiliation spécifique** équivalant à au moins 1.300 jours travaillés au cours des 60 mois (soit 5 ans d'ancienneté dans la même entreprise) qui précèdent la fin du contrat de travail (terme du préavis) .

## 3. Signer une rupture conventionnelle



Vous pouvez proposer à votre employeur de mettre un terme à votre relation contractuelle en CDI, d'un **commun accord** .

Signer une **rupture conventionnelle** vous permet de bénéficier des **allocations chômage**, dès la fin de votre contrat et après écoulement d'un délai de carence, d'un différé d'indemnisation congés payés et d'un différé d'indemnisation spécifique.

Toutefois, vous ne pouvez pas imposer à votre employeur la signature d'une rupture conventionnelle. Vous allez donc devoir faire preuve de persuasion pour négocier votre rupture conventionnelle.

## 4. Rompre le contrat aux torts de l'employeur

Lorsque votre employeur commet des **manquements graves** à ses obligations contractuelles et que malgré vos sollicitations, il ne prend aucune mesure pour que la situation s'améliore, vous pouvez rompre votre contrat de travail aux torts de celui-ci.

La **rupture du contrat de travail aux torts de l'employeur** est possible notamment dans les cas suivants :

- en cas de manquement ou de **discrimination** commis par votre employeur ;
- en cas de **non-paiement du salaire** ou paiement non conforme (prime oubliée, non-respect du salaire minimum prévu par la convention collective...) ;
- en cas de **modification de votre contrat** de travail sans votre autorisation.

Pour rompre votre contrat de travail aux torts de votre employeur, il existe 2 solutions :

## 5. Faire un abandon de poste

Il est fréquent que des salariés songent à l'**abandon de poste** pour quitter leur emploi. On constate le plus souvent que c'est pour créer leur entreprise et se lancer dans un nouveau projet professionnel. Mais, abandonner votre poste de travail peut être une fausse bonne idée !

En effet, si l'abandon de poste vous assure le paiement de l'allocation d'aide au retour à l'emploi (ARE) par Pôle emploi une fois le licenciement prononcé, vous vous trouvez privé de votre **indemnité de licenciement**.



### À retenir :

*L'abandon de poste peut vous priver aussi de tout revenu pour les semaines ou les mois à venir puisque, tant que le licenciement n'est pas prononcé, votre employeur n'a aucune obligation de maintenir votre salaire.*

De plus, cela peut vous nuire dans le cas où un futur employeur souhaite prendre des références auprès de votre ancien employeur.

## 6. Demander la rupture anticipée du CDD

Le cas du salarié en CDD est différent, puisque la démission d'un CDD n'existe pas, de même que la rupture conventionnelle n'est pas possible.

Il existe toutefois des **cas de rupture anticipée du CDD**, vous permettant de quitter votre emploi avant le terme de votre contrat.

### Réflexion

*Dans tous les cas, quitter son emploi doit être le fruit d'une longue réflexion. Les conséquences psychologiques et sociales dues à l'absence de travail, doivent aussi être prises en compte. En fonction du marché de l'emploi, il peut être judicieux d'évaluer précisément ses chances de retrouver un emploi dans la région ou ailleurs. Quelle que soit votre décision, il est préférable de ne pas agir dans la précipitation au risque de le regretter ultérieurement. Privilégiez le dialogue avec l'employeur afin de trouver une solution, s'il en existe une, qui convienne aux 2 parties.*



254 boulevard de l'Usine – CS 90022 - 59045 LILLE CEDEX

☎ 03.20.85.10.85 - FAX : 03.20.85.83.03

-Email : [lille.ulfo@wanadoo.fr](mailto:lille.ulfo@wanadoo.fr)

Janvier 2022