

LAURA
SAGNIER

Más cansadas que infelices

SOBRE EL RETO
DE SER MUJER
HOY



PAIDÓS

Índice

Portada	
Sinopsis	
Portadilla	
Dedicatoria	
Mi primer día sabático	
Barcelona, 18 de septiembre de 2014	
Feliz cumpleaños	
Siena, 28 de septiembre de 2014	
Un mes sabático	
Cuánto sufrimos por nuestras hijas	
Feliz de haberte recuperado	
Aventura literaria	
Mi segunda clase de narrativa	
Nuevas vivencias	
Investigación en marcha	
Desayuno con Claudia y sus amigas	
Barcelona, 8 de enero de 2016	
Un muy buen comienzo de año	
Barcelona, 17 de febrero de 2016	
Tiempo que destinamos al trabajo de «la casa» y de «los hijos»	
¿A cuántas nos gustan los trabajos de «la casa»?	
¿Nos sentimos felices con nuestra pareja?	
¿Cómo repartimos el cuidado y la educación de los hijos con nuestra pareja?	
¿Qué es aquello con lo que nos sentimos menos felices?	
Día Internacional de las Mujeres	
¿Quién es el propietario de nuestro tiempo?	
¿Cuáles son las edades clave en la vida de las mujeres?	
Mujeres que viajamos por trabajo	
Características y hábitos de las parejas homosexuales	
El sexo con nuestra pareja	

Qué insoportable es ver sufrir a nuestros seres queridos

¿Qué es lo que nos hace sentirnos más felices?

Coherencia y ejemplo en la educación de nuestros hijos

Día de Sant Jordi

El reparto de las «tareas de la casa» entre mujeres y hombres

Equilibrio entre hombres y mujeres en puestos directivos

¿Qué hacer para fomentar la presencia de mujeres en puestos directivos?

Madres con hijos preadolescentes

La amistad entre mujeres

Qué bien vivís

¿Mujeres y hombres somos diferentes?

El tramo de edad más complicado para las mujeres

Las adolescentes y el tabaco

Independencia económica cueste lo que cueste

Hemos de ponernos las pilas

Disfruta todo lo que puedas

El efecto de la llegada de los hijos

Baja por maternidad & Jornada reducida

¿Cómo concilian las mujeres con cargos directivos?

¿Cuál es en España la realidad de las mujeres que hemos de conciliar?

¿Qué es lo que nos hace sentirnos más felices con nuestra pareja?

La primera etapa en la vida de las mujeres

Parejas equilibradas en los trabajos no remunerados: una rareza

Cómo conciliar sin perder la salud por el camino

Una edad clave en la vida de las mujeres

Hijos malcriados

Hemos de aprender a delegar y a decir NO

Que no nos obliguen

Torrent d'Empordà, 27 de julio de 2016

El momento ideal para tener hijos

Madres arrepentidas

Nueve situaciones vitales muy distintas

Flujos entre situaciones vitales

Cuántas mujeres están viviendo una vida como la tuya

La vida de las Profesión ama de casa

¿Qué rol debe desempeñar cada miembro de la pareja?

Con qué trabajos remunerados nos sentimos más felices

La difícil tarea de educar a los hijos

Torrent d'Empordà, 3 de septiembre de 2016

El reto de ser mujer

Agradecimientos

Notas

Créditos

Gracias por adquirir este eBook

Visita [Planetadelibros.com](https://planetadelibros.com) y descubre
una
nueva forma de disfrutar de la lectura

¡Regístrate y accede a contenidos exclusivos!

Primeros capítulos
Fragmentos de próximas publicaciones
Clubs de lectura con los autores
Concursos, sorteos y promociones
Participa en presentaciones de libros

Comparte tu opinión en la ficha del libro
y en nuestras redes sociales:



Explora

Descubre

Comparte

SINOPSIS

Laura Sagnier realizó una investigación con la idea de conseguir una base de datos fiable sobre lo que piensan y sienten las mujeres en España en relación a diferentes facetas de sus vidas (como el trabajo, la pareja, los hijos, la familia o las amistades) y pensó que las conclusiones que se desprendían eran tan beneficiosas que merecía la pena hacerlas llegar a muchas personas más.

Así nace *Más cansadas que infelices*, un libro ameno y entretenido que, mediante una serie de mails y cartas que Julia, la protagonista de esta historia, escribe a las mujeres de su entorno, nos permite comprender de dónde vienen tantos y tantos estereotipos que tenemos tan interiorizados, mientras nos reímos de nosotras mismas.

LAURA SAGNIER

MÁS CANSADAS QUE INFELICES

Sobre el reto de ser mujer hoy

PAIDÓS 
Barcelona • Buenos Aires • México

La investigación que ha servido de base para este libro ha sido publicada por Deusto con el título: *Las mujeres hoy. Cómo son, qué piensan y cómo se sienten*. Está a la venta en librerías.

Para todas las mujeres, las que conozco, las que conoceré algún día y las que no tendré el gusto de conocer, y en especial, para las destinatarias de las misivas que configuran este texto:

Mi madre

Mis hijas

Mis hermanas

Mis dos sobrinas mayores: Paula y Alejandra

Mis amigas del colegio: Maruja y Silvia

Mis amigas de los veranos de la infancia: María y Elena

Las madrinas de mis hijas: Paz y Asun

Mi amiga portuguesa: Teresa

Mi amiga más literaria: Reig

Mi amiga más artista: Cuca

Mis amigas de L'Empordà: Emma, Ariadna y Mery

Mi amiga más joven: Inés

Mi amiga canadiense: Lydia

Mi cliente y amiga: Ania

Mi amiga más reciente: Montse

De: julia.dg@gmail.com

Enviado el: lunes, 15 de septiembre de 2014

Para: pazuu@gmail.com

Asunto: Mi primer día sabático

Hola, Paz.

Espero que estés muy bien. He decidido escribirte porque necesitaba contarte lo que acaba de pasarme recién estrenada esta etapa sabática que hoy empiezo. La verdad es que hubiera preferido mil veces quedar contigo para contártelo en persona tomando un café con un crujiente cruasán o una tierna ensaimada, pero al ser hoy día laborable es muy posible que, a estas horas, estés enfrascada en alguna de tus múltiples reuniones.

Anoche decidí que, aunque hoy no tuviera que ir al despacho, me levantaría, como siempre, a la misma hora que las niñas, así que, esta mañana, mi despertador ha sonado puntual a las 7.10 h. Sin embargo, por primera vez en un día laborable de los últimos veinticinco años no me he duchado, secado el pelo y vestido a toda prisa, sino que he preparado el desayuno de Carlota y de Claudia con calma, con mucha calma, y ¡todavía en camisón y bata!

La primera en llegar a la cocina ha sido Claudia, que, con cascos en las orejas y cara de dormida y alucinada al mismo tiempo, ha formulado un escueto «Buenos días, mami» y se ha sentado a mi lado. Me ha sorprendido verla aparecer con los cascos puestos, aunque, bien pensado, no tengo ni idea de cuáles son sus hábitos matinales ya que desde hace un par de años ellas desayunan solas mientras yo paso por el *túnel de lavado*. (Ja, ja... Así es como bauticé, hace un tiempo, al proceso de ducha-secado-vestido.) Al cabo de unos pocos minutos ha llegado Carlota y ha

procedido de forma similar. Mientras ellas desayunaban, yo, divertida con la situación, alternaba la lectura de algún titular del periódico con miradas de reojo a lo que iban comiendo y bebiendo, porque decir, no decían ni mu. Se han limitado a dar respuestas breves a las pocas preguntas que me he atrevido a formular, hasta que Claudia se ha quitado los cascos, me ha mirado muy seria y ha dicho:

—Oye, mamá, no tendrás intención de sentarte cada día a la mesa con nosotras mientras desayunamos, ¿verdad?

—Pensaba que os gustaría, ya que este año no voy a acompañaros al autocar —he respondido mirándolas primero a una y luego a la otra.

—Es que nosotras ya tenemos nuestras costumbres —ha añadido Carlota, intentando suavizar la frase de su hermana.

—Mensaje recibido. A partir de mañana me quedaré en la cama hasta que os oiga salir por la puerta de casa —he contestado con un escuchimizado hilo de voz.

Así que, ya ves, Paz, el primer puñetazo de mi tan esperada temporada sabática no ha tardado nada en llegar y lo ha hecho de la mano de quienes menos hubiera imaginado: mis queridas hijas. Está claro que no están dispuestas a que los cambios en mi vida afecten a las suyas. Dos cosas me consuelan: por un lado, que hayan sido tan sinceras conmigo y, por otro, que podré olvidarme del despertador mientras no haya decidido en qué ocuparé el tiempo libre del que voy a disponer a partir de hoy mismo.

¡Cuánto me está costando entender a este par de adolescentes! Yo me había montado la película de que estarían felices de tener a su madre en casa mucho más disponible para ellas, pero es indudable que mi película y la suya tampoco coinciden en esta ocasión. Una vez más, no he sido capaz de aplicar la teoría de Enrique: para saber qué piensan y qué quieren los adolescentes, solo hay que recordar lo que nosotros pensábamos y queríamos cuando teníamos

su edad. Sé que mi chico tiene mucha razón, pero la memoria, como bien sabes, no es uno de mis puntos fuertes. ¿Cómo voy a acordarme de lo que sentía con 15 o con 17 años? Es evidente que tendremos todos que adaptarnos a esta nueva situación, pero ¿sabes, Paz?, a estas alturas de la vida, ya tengo clarísimo que, una vez más, me va a tocar a mí hacer el esfuerzo.

Y dime, ¿cómo se vuelve una invisible en su propia casa? No quiero ni imaginar qué pasará esta tarde cuando lleguen del colegio y yo me interese por cuáles son las novedades del curso y por cómo les ha ido el primer día de clase. Ahora que lo pienso, lo mejor será que me organice para no estar en casa a esa hora. Llegaré justo para la cena. Así me limitaré a charlar con ellas mientras cenamos, respetando las costumbres adquiridas en mi anterior etapa de madre trabajadora a tiempo completo. Acabo de pensar que quizá hoy sea un buen día para empezar a recopilar la información que voy a necesitar para diseñar la investigación sobre las mujeres de la que te hablé.

Por cierto, hoy también es un día de cambios para ti: ¿cómo te sientes en el día de la liberación de madres y abuelas? Supongo que tenías tantas ganas como yo de que empezara el nuevo curso escolar. Te aseguro que he llegado al final de estas teóricas vacaciones estivales mentalmente exhausta de tanto discutir, por casi todo y más o menos a diario, con mi querido par de adolescentes. E imagino que intentar entretener, durante estas interminables semanas, a mi ahijada te habrá dejado a ti agotada físicamente. Ya verás, Paz, qué diferentes serán los veranos cuando Ana sea una adolescente. Si te soy sincera, yo todavía no he decidido cuáles prefiero. No sé qué opinarás tú. Pero para eso te quedan todavía unos cuantos años, así que a disfrutar del presente. Ah, y felicita a tu madre de mi parte porque seguro que también le habrá tocado apechu-

gar a ella con su nieta. ¿Qué haríamos sin las santas abuelas las madres que trabajamos dentro y fuera de nuestras casas?

¿Sabes, Paz? Lo he pasado muy bien con esta conversación unidireccional. ¿Qué te parece que haya tardado la friolera de treinta años en escribirte por primera vez para ponerte al día de las novedades de mi vida? Al hacer este cálculo, acabo de darme cuenta de que Carlota tiene ahora justo la misma edad que teníamos tú y yo cuando nos conocimos. Ojalá ella consiga, a lo largo de su vida, tener alguna amiga como tú.

Espero que hayas pasado un buen rato leyendo este correo. Qué capacidad de enrollarse tiene tu amiga, ¿eh? Ya me dirás qué día te va bien que cenemos para charlar sin prisas y celebrar el inicio de esta nueva fase de mi vida. Esta vez invito yo.

Cuídate mucho,
JULIA

Barcelona, 18 de septiembre de 2014

Querida mamá:

¿Sorprendida de ver una carta de tu hija mayor entre el correo? Cuántos años sin recibir una carta mía, ¿verdad? Si la memoria no me falla, la última os la mandé a papá y a ti, desde Montreal, cuando estuve haciendo prácticas en mi último año de carrera, hace algo así como veintisiete años. Cómo pasa el tiempo, ¿no? ¿Te acuerdas de que durante aquellos dos meses os escribí, sin excepción, todas las semanas? Qué remedio, entonces el teléfono era carísimo y no había Skype, ni FaceTime, ni tampoco mail, ni nada que se le pareciera.

¿Qué tal vuestro viaje? Espero que haya sido todo un éxito. Por mi parte, quería explicarte cómo me está yendo en el inicio de esta nueva fase y no tengo paciencia para esperar tres semanas, el tiempo que he calculado que, entre vuestro viaje y el nuestro, tardaremos en vernos. Así que he decidido escribirte, ¿qué te parece la idea?

No sé si te habrás fijado en que esta es la primera carta que va dirigida exclusivamente a ti. Dudo mucho que papá esté preocupado por si me costará o no adaptarme a esta nueva etapa. Seguro que él da por sentado que no me será difícil. Y es que, en realidad, no tendría por qué serlo, ¿no? Sobre todo porque ha sido una decisión que he tomado yo y, además, digamos que de forma más o menos voluntaria, a raíz de la última visita que tuve que hacer a urgencias, porque o me recetaban una pócima de caballo o no conseguía irme a São Paulo. Recuerdo que ese día el médico me miró muy serio y me recomendó que hiciera una pausa. Y como bien sabes, aquí estoy, siguiendo sus indicaciones. Después de los primeros tres días, ya puedo