

TABLE DES MATIÈRES

Introduction	5
1. Installer la gentillesse	11
2. Augmenter la gratitude	27
3. Cultiver l'amour	41
4. Chercher le compromis.....	59
5. Choisir le pardon	77
6. Améliorer la communication	97
7. Améliorer la confiance	113
8. Développer la compassion	131
9. Augmenter la patience	149
10. S'organiser	167
11. Créer des occasions de s'amuser	183
12. Créer du lien.....	199
Épilogue. Entretien de la maison	217
Inspection des travaux. Quiz sur la vie à la maison.....	223
Remerciements	230