

Ižanga.....	5
Kas yra mikčiojimas?.....	6
Koks aš esu?.....	7
Ką apie mane galvoja kiti žmonės?.....	8
Mikčiojimo piešinys.....	9
Mano jausmai.....	10
Mikčiojimas nuolat keičiasi.....	11
Aš mokykloje.....	12
Kas tau tinka?.....	13
Mano mikčiojimo požymiai.....	14
Užsikirtimų žymėjimas.....	15
Kaip mes kalbame?.....	16
Kvėpavimas.....	17
Balsas.....	18
Tarimas.....	19
Žinių patikrinimas.....	20
Sklandaus kalbėjimo mokymasis.....	21
Atsipalaidavimas.....	22
Kalbėjimo tempo sulėtinimas.....	24
Kalbėjimo lėtu tempu užduotys.....	25
Kvėpavimo pratimai.....	31
Švelnus žodžio pradžios tarimas.....	33
Švelnaus žodžio pradžios tarimo pratimai.....	34
Žodžių jungimas.....	38
Žodžių jungimo pratimai.....	39
Švelnus garsų tarimas įvairiose žodžio vietose.....	42
Švelnaus garsų tarimo pratimai.....	43
Sklandaus kalbėjimo klaidos.....	46
Mano mikčiojimo istorija.....	47
Ką daryti, jei pajutai užsikirtimus?.....	48
Sustojimo taikymas.....	49
Užsikirtimų naikinimas.....	50
Užsikirtimų naikinimo taikymas.....	51
Kalbėjimo natūralumas.....	52
Pokalbis telefonu.....	53
Pokalbių telefonu įvertinimas.....	54
Sklandaus kalbėjimo įgūdžių taikymas realiose situacijose.....	56
Užduočių realiose situacijose įvertinimas.....	57
Mikčiojančiojo interviu.....	59
Pabaigos žodis.....	60
Literatūra.....	61