

# Turinys

Padėka	9
Įžanga	11
Pažintis su Hariu, kuris mikčioja	12
Kalbėjimas mokykloje	16
Geros ir prastos dienos	18
Kai jautiesi sugniuždytas ir vienišas	22
Mokytis įveikti mikčiojimą	26
Atviras ir užslėptas mikčiojimas	32
Kaip padėti	36
Rekomenduojama literatūra	41
Organizacijos, internetinės svetainės	43