110 Strategier til at reducere afledelighed

Hvad er det, der distraherer?	Strategier, der hjælper

Oversat og modificeret af Dorte Damm efter Safren, S.A., Otto, M.W., Sprich, S., Winett, C.L., Wilens, T.W. & Biederman, J. (2005). Cognitive behavioral therapy for ADHD in medication-treated adults with continued symptoms. *Behaviour Research and Therapy*, 43 (7): 831-842.

© Mikkel Arendt & Nicole K. Rosenberg (red.): *Kognitiv terapi – nyeste udvikling*. Hans Reitzels Forlag 2012.