

Name: _____

Date: _____

Coping

A O J B C B I D B I B T T S B T G N I K L A T M
D M M J B Y W U U L X P R Q T E E J V X E W R Y
O C Q Y M V O Q B L Z O Q T N R R X G T G W F B
X S U X R Y P E J F S X G W D C S J R U N G Z V
H N Y C S P Q H Y Y E I B E G F S Y Y U L W T H
U M C B L N W V C C M M Q N I Q I D E J K X V S
L I M A L F U J Q A A A A E E E Z G N W X E V R
O N U Y Z B M F D P G O T J M L A E P D Q R R C
I D C K N D T X A F W J H V K Y K J K S Z Y L H
F F M Z Z V B T O A X K G N I D A E R E Z S W W
O U I J E G K M P M O N Y L X O U M B K P T T C
M L D I Y O G L B I A S B D S G O W E Z D K K P
Y N M A T U S N D L K Z E J P D N I Y S H K G L
R E E V L E W N O Y F R V K F K K I K Q E O Y E
P S D X N S Z P R S N F V R X O C Q K D X U J W
E S I P M T Z D W C E Y I K D L Y T H L R W K B
X T C E V Q S D E Y Y E U J K Z D H K X A M T Y
E R A T X G A C U S N Z A W U W A P T B W W A C
R A T X N M V K K D L C G N I L A N R U O J L Y
C V I N K S T Y S U M S N S E C G C P J J Z F S
I C O J V M V D K F U S N Q J T H E R A P Y G D
S S N M U S I C Z Y F S E I L Q U R F M N L G H
E E W G X T S U U M Y U L V U P J Q A D R T U J
M G M U S M P L D X N L E N K J L E U F O D T H

Mindfulness

Medication

Journaling

Exercise

Therapy

Friends

Talking

Reading

Walking

Family

Games

Music