

Name: _____

Date: _____

Coping skills

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

breathing exercises
word search
cleaning
reading
music

talking with staff
meditating
Coloring
walking
yoga

socializing
showering
sharing
Groups