



Name _____

Relaxation Techniques Word Search

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

Yoga
 Massage
 Mantra
 Visualization
 Deep
 breath

Music
 Art
 Nature
 Bubble bath
 Mindfulness
 Grounding

Aromatherapy
 Coloring
 Silence
 Soothing

