

Counselling

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

breathing technique
positivity
guidance
support
coping
skills

picture technique
self worth
wellness
talking
family
help

confidence
self help
friends
caring
growth
love