**主题班会**

期中考试过后，为缓解心理压力、开导紧张情绪，工信2202班展开了一场别开生面的心理班会。两位心理委员依次分享了压力造成的原因以及缓解压力的一些小措施，为存在心理压力的同学提供了行之有效的办法。

在放松的环境下，我们还开展了一个有趣的减压小游戏。大家都沉浸在欢乐的氛围中，期中考试的紧迫感荡然无存，我们以积极向上的心态面对未来的学习和生活。

