# 最新禁毒心得体会500汇总

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-08-04

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。禁毒心得体会50...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面是小编帮大家整理的心得体会范文大全，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

禁毒心得体会5001

毒品，就是一个大恶魔，是毒害人们的天敌。它摧毁人们的健康体魄，让人们丧失了斗志，对家庭、对社会、对个人来说，都造成了恶劣的影响。

对于每个家庭，家庭中一旦出现了吸毒者,家便不成其为家了。吸毒者在自我毁灭的同时，也破害自己的家庭，使家庭陷入经济破产、亲属离散、甚至家破人亡的困难境地。

对于我们的社会，会造成生产力的巨大破坏。吸毒首先导致身体疾病，其次是造成社会财富的巨大损失和浪费,。同时毒品活动还造成环境恶化,人类的生存空间也跟着受到影响。

对于个人而言，吸毒所致最突出的精神障碍是幻觉和思维障碍。他们的行为特点围绕毒品转，甚至为吸毒而不顾一切法律，从而丧失人性。

有很多有名气的大明星，他们就是因为吸食毒品导致犯罪，不但白白浪费了自己奋斗来的钱财，而且还坐了牢，还使得身体受到了严重的伤害，到最后毒瘾发作还要独自承受痛苦，你说这是一桩划算的买卖吗?

在中国的历史上，中国人民是吃尽了毒品的苦头。1840年，美、英、法等八国联军，为了侵占中国的财产，分割中国的土地，先是大量向中国发送毒品，麻痹了大量的中国人民的斗志，使大量的老百姓丧失了坚强的体魄，为反动派涌入中国、大肆掠夺中国财产、分割中国土地创造了条件。“苟利国家生死以,岂因祸福避趋之”，林则徐焚烧毒品时，那振奋、积极、向上的力量，那英雄的气概，在数亿中国人民的心里，扎下了深深的根。

“烟枪一支，不见枪声震地，打得妻离子散。锡纸半片，不见火光冲天，烧尽财产家园”。毒品的危害可不小，不管我们平时有多好奇，也千万不能去尝试。很多仗着自己年轻的少男少女，什么事情都好奇，什么事情都敢去做，经不住别人的诱惑，吸食了毒品，最后在戒毒所里，心中有多后悔、有多自责，一切都晚了，说什么都是徒劳。生命只有宝贵的一次，为了我们自己，也为了我们身边的人，一定要珍惜生命。吸食一次毒品就足以让你后悔一生，不要白白去糟蹋自己的生命。

“中国梦”，就是全中国人民共同的梦想。如果没有全国人民兢兢业业的工作，国家怎能得到建设，日夜富强起来?如果因为吸食毒品而民心涣散，民族失去了斗志怎能振兴?如果健康的体魄被毒品恶魔残害，人民的生活怎能达到幸福?失去了好的社会环境，中国梦怎么能够实现呢?

我们一定不要只把“珍爱生命，远离毒品”挂在嘴边上，而要付出实际行动。作为一个中国人，我们要永远记住历史的教训，在当前的大好形式下，努力去建设祖国，早日实现中华民族的伟大复兴。

禁毒心得体会5002

1840年，西方列强凭借船坚炮利敲开中国大门的那场战争，史称“鸦片战争”从那一刻起，毒品，给中华民族留下刻骨铭心之痛。

历史的教训告诉我们，毒品问题往往会成为一个国家、一个地区经济落后、社会动荡的重要根源，是危害国家，影响经济发展和社会稳定的一大祸患。

在此次暑假中，学院就组织我们投入到了这场禁毒防艾的战争中。

在丽江进行的宣传活动共进行了五天，我们分别到丽江古城口、丽江市第一高级中学、云南省的四劳教所和居民社区进行宣传。

活动中，我们查阅了许多关于禁毒防艾的资料，从中学到了许多禁毒知识，了解到了一些中国禁毒的现状，其中让我感受颇深的是期少年吸食毒品的情况。

今年3月，国家禁毒委向社会公众通报了一份令人震撼的数字统计结果.：2024年，我国累计在册吸毒人员达105万人，现有吸毒人员已超过74万人。然而，近几年青少年吸毒的比例始终在吸毒人口中占80%左右。据不完全统计，16岁以下的青少年吸毒人数有所增加，青少年已成为最容易受到毒品侵害的“高危人群”。

“年强则中国强”不论什么年代，青少年的成长问题永远是最受关注的社会问题。青少年的成长影响着国家命运的发展。今年一月，中宣部、公安部、教育部、国家禁毒委办公室第十一部委联合印发《全名禁毒教育实施意见》的通知，全面部署了禁毒教育工作，明确了教育任务的第一对象是青少年。

正处于青春期的青少年心里还未完全成熟，好奇心和寻求刺激的心理强烈，容易受到诱导，所以应当给予青少年正确的指导，让其对毒品有理性的认识。我们在丽江市一高级中学为高二年级播放禁毒防艾幻灯片和宣传教育片过程中，当银幕上出现有关性方面的内容时，许多同学都不自然的笑起来，相互张望。可以看出，这些青少年学生在禁毒防艾方面的知识还有所欠缺。无知往往时导致犯错的根本原因。

在历史血和泪的教训下，我们都对海洛因、鸦片深恶痛绝，对其防范意识较强。但随着科技的发展，毒品的种类越来越多，目前新型毒品在我国流行甚广。新型毒品是由人工化学合成的制幻剂、兴奋剂类毒品。直接作用于中枢神经，使人兴奋或抑制。其中最常见的有摇头丸、K粉等。这些毒品外观好看，平且不易成隐，所以又被称为安全毒品，在娱乐场所广为流行。兜售者以其“安全”、刺激为由向自我防范意识较差的青少年推销，自制力弱的青少年就很容易吸食成瘾，无法自拔。

在劳教所里，我们也听工作人员介绍说那里也有一些青少年是因为在娱乐场所沾染毒品，三翻五次复吸而进了劳教所。

宣传片中一个个真实的案例也告诉我们，青少年是在禁毒工作中的重中之重，所以做好超前预防工作，是解决青少年吸毒问题的根本途径和出路。

那么，怎么做好青少年毒品预防教育工作呢?在这次活动中我也有了一些体会：

一、 社会：我们首先要做的就是改变观念，更加关注青少年身心健康的发展，帮助吸食成瘾的青少年摆脱毒品，媒体应加大对禁毒防艾工作的宣传。13至14日 我们在丽江古城口进行宣传活动，来往的行人很配合我们的活动，但有个别群众对禁毒事业还缺乏关心和了解。组织“禁毒防艾”的志愿者行动，以通过宣传实践，提高禁毒防艾的警觉性是很有必要也很有意义的。

学校、家长的引导教育：一些教师和家长在毒品预防教育工作上还存在一些误区:一是怕学生知道毒品而产生好奇心，促使他们冒险尝试;二是认为禁毒是公安部门的事与学校无关。产生这些认识误区也是因为目视在学校内吸毒罕见，其实毒品蔓延速度相当快，若等到毒品出现于学校时才教育则为时已晚。

二、 领导重视，常抓不懈：领导的重视能推进禁毒教育事业的发展，在我们进行活动之前。禁毒大队从6月26日国际禁毒日开始已经举行过以演出形式进行宣传的活动，当我们走访禁毒大队、司法局等相关部门时领导都很欢迎，还说我们的活动也帮了他们禁毒宣传工作的大忙，在相关部门支持下我们的活动得以顺利进行。

三、 青少年自身：青少年应慎重交友，拒绝和毒品有染的人来往，在娱乐场所提高警惕、不抽陌生人的烟，不要有看见朋友尝试自己不加入就没面子的攀比心理。

培养和造就具有高尚思想品质和良好道德的合格建设者和接班人对于中国的发展和振兴具有重要的意义。中华民族伟大的复兴就在青少年的手中。因此不断深化德育改革，加强青少年思想道德建设对我国的发展极为重要。

虽然我们的活动不像缉毒工作那样轰轰烈烈，我们也不像缉毒英雄那样英勇，但我们也为禁毒事业尽了一份力，作为一名警院学生，尤其是毒品犯罪矫治专业的学生，这次的活动使我受益非浅。

禁毒心得体会5003

毒品，就是一个大恶魔，是毒害人们的天敌。它摧毁人们的健康体魄，让人们丧失了斗志，对家庭、对社会、对个人来说，都造成了恶劣的影响。

对于每个家庭，家庭中一旦出现了吸毒者，家便不成其为家了。吸毒者在自我毁灭的同时，也破害自己的家庭，使家庭陷入经济破产、亲属离散、甚至家破人亡的困难境地。

对于我们的社会，会造成生产力的巨大破坏。吸毒首先导致身体疾病，其次是造成社会财富的巨大损失和浪费，。同时毒品活动还造成环境恶化，人类的生存空间也跟着受到影响。

对于个人而言，吸毒所致最突出的精神障碍是幻觉和思维障碍。他们的行为特点围绕毒品转，甚至为吸毒而不顾一切法律，从而丧失人性。

有很多有名气的大明星，他们就是因为吸食毒品导致犯罪，不但白白浪费了自己奋斗来的钱财，而且还坐了牢，还使得身体受到了严重的伤害，到最后毒瘾发作还要独自承受痛苦，你说这是一桩划算的买卖吗?

在中国的历史上，中国人民是吃尽了毒品的苦头。1840年，美、英、法等八国联军，为了侵占中国的财产，分割中国的土地，先是大量向中国发送毒品，麻痹了大量的中国人民的斗志，使大量的老百姓丧失了坚强的体魄，为反动派涌入中国、大肆掠夺中国财产、分割中国土地创造了条件。“苟利国家生死以，岂因祸福≤趋之”，林则徐焚烧毒品时，那振奋、积极、向上的力量，那英雄的气概，在数亿中国人民的心里，扎下了深深的根。

“烟枪一支，不见枪声震地，打得妻离子散。锡纸半片，不见火光冲天，烧尽财产家园”。毒品的危害可不小，不管我们平时有多好奇，也千万不能去尝试。很多仗着自己年轻的少男少女，什么事情都好奇，什么事情都敢去做，经不住别人的诱惑，吸食了毒品，最后在戒毒所里，心中有多后悔、有多自责，一切都晚了，说什么都是徒劳。生命只有宝贵的一次，为了我们自己，也为了我们身边的人，一定要珍惜生命。吸食一次毒品就足以让你后悔一生，不要白白去糟蹋自己的生命。

“中国梦”，就是全中国人民共同的梦想。如果没有全国人民兢兢业业的工作，国家怎能得到建设，日夜富强起来?如果因为吸食毒品而民心涣散，民族失去了斗志怎能振兴?如果健康的体魄被毒品恶魔残害，人民的生活怎能达到幸福?失去了好的社会环境，中国梦怎么能够实现呢?

我们一定不要只把“珍爱生命，远离毒品”挂在嘴边上，而要付出实际行动。作为一个中国人，我们要永远记住历史的教训，在当前的大好形式下，努力去建设祖国，早日实现中华民族的伟大复兴。

禁毒心得体会5004

在人生中，我们会被各种各样的善与恶包围着，我们必须分清哪些是善，哪些是恶，哪些是好人，哪些是坏人。当坏人千方百计诱惑你时，不要被一时的假象蒙骗了。“路遥知力，日久见人心”。

毒品和艾滋病已成为一个我们人人熟知的词汇。艾滋病和毒品严重威胁着人类身体健康和社会安定稳定，共用注射器吸毒更加剧了艾滋病的传播蔓延，已成为严重的公共卫生问题和社会问题，防艾禁毒是全社会共同的责任。学生是祖国未来的主体和支柱，是防治艾滋病的生力军，有责任、有能力为防艾禁毒工作贡献自己一份力量!我们呼吁全体学生行动起来，积极参与防艾禁毒宣传工作。

我们知道：吸毒是不好的，有些人也想戒毒，可沾染容易戒时难啊，大家都在电视里看过，只要毒瘾一来，如果没有在吸毒品，那种痛苦将生不如死，痛不欲生，多少意志坚强的人都忍受不了。我在各种禁毒宣传画上看到，甚至有的人用各种方法来分散注意力，有的用刀割自己的，有用头撞墙的，有把牙刷望鼻孔里塞的等等。难道他们不痛吗?他们也是没办法的，有的人就索性不去忍受，去向父母或亲戚骗钱。骗不到了就去偷、抢、去杀人。有些人吸毒不是故意的而是在毒品贩子的煽风点火下，或是在朋友的推荐下：“你就试一下而已，再说你意志力不是很强吗?没事的。”这样就会有人也这么想结果就去试一试。就是因为这么一试出大事了，真是一失足成千古恨。多少鲜活的生命，被毒品妖艳的外表所诱惑，从此踏上了一条不归路。

这是一条充满了精神和肉体的痛苦，充满了妻离子散的痛苦之路;而艾滋病的传播和流行不仅严重影响广大人民的身体健康，对中国经济和社会也造成了严重的危害。艾滋病是一种有艾滋病病毒、即人类免疫缺陷病毒入侵人体后破坏人体免疫功能，使人体发生多种不可治愈的感染和肿瘤，最后导致被感染者死亡的一种严重传染病。。虽然全世界众多医学研究人员付出了巨大的努力，但至今尚未研制出根治艾滋病的特效药物，也没有可用于预防的有效疫苗。目前，病死率几乎高达100%的艾滋病已被我国列入乙类法定传染病，并被列为国境卫生监测传染病之一.故此我们把其称为“超级绝症”。艾滋病传染途径主要有三种：一是性接触传播;二是血液传播;三是母婴传播。 目前，艾滋病仍然是不治之症。它威胁着每个人和每个家庭，预防艾滋病是全社会的责任。

这二者又有什么联系呢?毒品作用于人体，使人体体能产生适应性改变，形成在药物作用下的新的平衡状态。一旦停掉药物，生理功能就会发生紊乱，出现一系列严重反应，称为戒断反应，使人感到非常痛苦。用药者为了避免戒断反应，就必须定时用药，并且不断加大剂量，使吸毒者终日离不开毒品。吸毒者喜欢肌肉或皮下静脉注射毒品，而这些注射毒品用的针头往往存有艾滋病毒，这便成为了艾滋病传播的一个重要途径：血液传播!研究表明，61.219%艾滋病患者都正在吸毒或曾经吸过毒，而吸过毒的人98.326%都感染上艾滋病。可以说，吸毒必定让人感染艾滋病，艾滋病必定让人家破人亡!

我们是祖国的未来，所以我们应该杜绝毒品预防艾滋病。“禁毒防艾，远离毒品，关爱未来”，这不仅仅是一句简单的口号，更像是一口警钟。时时刻刻在你的耳边响起。提醒你那些五颜六色药丸后的隐患，帮助你重新认识自己的生命。

具体来说，要做到预防毒品，应该构筑三条防线。所谓三道防线，一道是心理防线，一道是行为防线，一道是思想防线。第一道防线是心理防线。构筑心理防线，特别要强调培养良好的心理品质，第二道防线是行为防线，这就是说要让学生有一个良好的生活习惯、行为习惯。第三道防线就是要树立牢固的思想防线。我们要有正确的人生观、价值观。因为你有了正确的人生观、价值观，你才有一个健康的幸福观。不管是心理防线也好、行为防线也好，最根本的还是这个思想防线。你有了正确的人生观、价值观，就能够使你的心理状态、你的行为都能够健康地发展，就能自觉抵御这种毒品的侵蚀。

而为了防艾，大学生们可以积极宣传，增强社会的防治艾滋病意识;并努力开展公益活动，募集资金;呼唤起社会关爱，支持因艾滋病疫情受害的群体。同时，每个大学生还应当参与所属单位和社区的防治艾滋病志愿者行动;尽全力向周围有过危险行为的人进行宣传，使他们自愿接受咨询和病毒检测，从而对自己负责。另外，对待周围的感染者和艾滋病人能真诚关爱之外，还应当坦率地同家庭成员和朋友们讨论艾滋病问题和安全性行为问题，积极推广和使用安全套。

总之我们要做好禁毒防艾工作，珍爱生命，拒绝毒品!

禁毒心得体会5005

吸毒对身体的毒性作用：毒性作用是指用药剂量过大或用药时间过长引起的对身体的一种有害作用，通常伴有机体的功能失调和组织病理变化。中毒主要特征有：嗜睡、感觉迟钝、运动 失调、幻觉、妄想、定向障碍等。精神障碍与变态：吸毒所致最突出的精神障碍是幻觉和思维障碍。他们的行为特点围绕毒品转，甚至为吸毒而丧失人性。

对家庭的危害：家庭中一旦出现了吸毒者，家便不成其为家了。吸毒者在自我毁灭的同时，也破害自己的家庭，使家庭陷入经济破产、亲属离散、甚至家破人亡的困难境地。

吸毒——这一丑恶现象乘着我国改革开放之机，肆无忌惮闯了进来，带来的危害真是数也数不清!主要对人体与身心的危害在于毒品作用于人体，使其体能产生改变，形成在药物作用下的新的平衡状态。一旦停掉药物，生理功能就会发生紊乱，出现戒断反应，使人感到痛苦万分。许多吸毒者在没有经济来源购毒、吸毒的情况下，或死于严重的身体戒断反应引起的各种病发症，或由于痛苦难忍而自杀身亡。所以这种戒断反应的痛苦，反过来又促使吸毒者为避免这种痛苦而千方百计地维持吸毒状态。

也有很多人忍受不了这种强烈的痛苦而不断加大剂量，使吸毒者终日离不开毒品。而毒品进入人体后又作用于人的神经系统，出现精神依赖性，并导致幻觉和思维障碍等一系列的精神障碍。使吸毒者出现一种渴求用药的强烈欲望，驱使吸毒者不顾一切地寻求和使用毒品，甚至为吸毒而丧失人性。吸毒不仅对人体与身心有一定的危害作用，还带给社会与家庭不少的伤痛。家庭中一旦出现了吸毒者，家便不成家了。吸毒者在自我毁灭的同时，也破害自己的家庭，使家庭陷入经济破产、亲属离散、甚至家破人亡的困难境地!并且对社会生产力有巨大的破坏性，还扰乱社会治安，带给人们巨大的威胁，毒品活动造成环境恶化，并逐年缩小了人类的生存空间。

目前，日趋严重的毒品问题已成为全球性的灾难。毒品的泛滥直接危害人民的身心健康，并给经济发展和社会进步带来巨大的威胁。据联合国的统计表明，全世界每年毒品交易额达5000亿美元以上，毒品蔓延的范围已扩展到五大洲的200多个国家和地区，而且全世界吸食各种毒品的人数已高达2亿多，其中17～35周岁的青壮年占78%。

毒品已成现今困扰社会生活最大的祸患，多少人因这个仅次于军火而高于石油的世界第二大宗买卖失去了学习的机会、工作的能力，出卖了自己的良心，背弃了家人与朋友，甚至失去了活在世上的意义，更为严重的是有人就因这小小的药丸献上了年轻且无价的生命!请人们仔细地想想，你觉得这样值吗?有很多因吸毒或贩卖毒品的人们，就用他们一个又一个的曲折而惨痛的经历告诉我们，毒品的危害是多么的巨大啊!

“毒品”，两个再简单不过的字眼，可出现的频率却非常之高，在报纸上、宣传栏里、书本中„„但是它到底是什么，为什么不仅可以对吸毒者个人造成无法形容的伤害，而且还带给吸毒者家庭乃至社会非常巨大的伤痛与影响呢? 毒品带给人类的只会是毁灭。旧中国，我们曾受鸦片的泛滥，而被称为“东亚病夫”，使民穷财尽、国势险危。吸毒于国、于民、于己有百害而无一利!毒品摧毁的不但是人的肉体，也是人的意志。我希望人们要积极宣传毒品的危害，自觉地与吸毒、贩毒等不法行为作斗争，珍爱生命，终身远离毒品、拒绝毒品! “远离毒品，关爱未来”，对每一个人而言，这决不仅仅是一句简单的口号。无论是出于主观还是客观，有些路，永远不能走;有的错，永远都不能犯。

禁毒体会

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找