

禁毒心得体会免费 禁毒心得体会(模板7篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

禁毒心得体会免费篇一

禁毒心得体会

禁毒心得体会（一）：

禁毒心得体会

毒品，你是一种令人厌恶、痛恨的东西！不知有多少人为了毒品前赴后继得失了宝贵得生命，甚至有些人在吸毒上瘾之后，不惜一切后果变卖家产、敲诈勒索，以及杀人放火，而得来不义之财，去换取毒品，来满足自己的需求；毒品，你不仅仅深深侵害了中国人民的身心健康，还腐蚀了中国人民的坚强意志，让多数的人陷入你精心设计的陷阱里；毒品，你诱惑大批大批的人群来到你的掌控之下，让人们意志涣散，从而做出大逆不道的恶形。人在悲痛着，想尽一切办法来对付你，想尽一切办法来铲除你，全力以赴得消灭你，可你却依然我行我素、依然猖狂不已、依然继续破坏让更多的人屈服、沉迷以致最后不能自拔，开始不务正业，不择手段、疯狂得做任何事情，严重的扰乱了社会秩序，破坏了大自然的生态平衡。虽然此刻，毒品让中国的经济开始下降，更多的青少年为了毒品误入歧途，荒废学业……但我相信在不久后的将来，我们——中国人民会挽起手来团结一致，以不可摧灭的强大力量联合对付、击败你——毒品！

禁毒心得体会（二）：

禁毒心得体会

上周德育活动时间老师播放了一个有关“禁毒”的短片。观看后，我久久不能平静，看着哪一幕幕惊心动魄的情景，我的心都颤抖了。

禁药的成本仅仅是3元一颗，但那些无良的奸商把一颗禁药的价钱提高到180元，甚至更高的价钱，再卖给“瘾君子”们，而那些“瘾君子”为了自己一时的痛快，有的不惜出卖自己的身体，有的欺骗家人，有的杀人放火、拦路抢劫，这样做严重危害了社会。

禁毒心得体会（三）：

“毒品”一个可怕的名词，只要一个不留意就会落入它的魔掌。

多少鲜活的生命，因为被它妖艳的外表所诱惑，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，充满了“坚强的生存还是懦弱的灭亡”的不归路。

在我们眼中“爱”这个神圣而又纯洁的感情，而在吸毒者的眼里却是一个发财的工具，一个利用友爱，父爱，母爱谋取金钱的工具。以前一位戒毒者在理解访问，回想他当初吸毒的情形时说：“当初我在家也以前想戒毒，但是毒隐一旦上来了就什么也不想了。只想着怎样弄到毒品。”并且他说吸毒者六亲不认，为了有足够的钱来买毒品，说谎、打劫、杀人……只要是能够获得钱的方法吸毒者都会用。因为此时的吸毒者已经抛下了自尊，他们的脑中只有一个信念“只要有钱买毒管他会不会被抓。”

我曾在报纸上看到一个人吸毒，他的儿子患病没钱治疗去世了；他的妻子因为心中感到悲愤而自杀，吸毒者不久也因吸毒过量而死亡，真是一人吸毒，家破人亡。

所以说，毒品碰不得。它就像是一个电脑黑客，一旦进入你的脑中，目的只有一个——控制你的思维，让原本你主宰的大脑转变为它驾驭的领地。

“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；提高你自我保护的意识；帮忙你重新认识自己的生命。

朋友们，请珍爱自己的生命，把毒品踢出这个将要被污染的地球。贩卖毒品的人，请你们自重，。世界上的职业千百种，别让这一种害人的“职业”毁了你们的将来，觉悟吧！

禁毒心得体会（四）：

禁毒心得体会

我们班这次的团日活动是到海珠区的大塘进行禁毒活动的宣传，我觉得这次活动真的是很有好处。

在此次活动中，我们大学生禁毒宣传队更是为此树起了一道独特的风景，大家明白，毒品是危害人类的杀手，一场鸦片战争让整个清王朝瘫痪，在当代，禁毒工作更是刻不容缓，98年5月20日江xx曾对此说到：“拒绝毒品，功在当代，利在千秋”为此我们深感自己肩头的分量，在禁毒活动中，更是兢兢业业，不敢有丝毫马虎，在活动开展过程中，我们和海珠区青协取得联系，同时，我们和大塘街道办也取得了联系，得到了他们的大力支持和帮忙，为我们活动的顺利开展带来了便利。

大学生禁毒宣传队的活动主体是搞禁毒图片的巡回展出和以游戏的方式宣传禁毒知识，我们大塘客运站附近举办了图片展出，在展出过程中，许多路人都驻足观看，经过仔细观看后，纷纷表示透过看这些图片，能够大体上比较完整的了解毒品的知识，更加深刻的认识到毒品的危害，并表示自己必须会远离毒品，更让我们欣慰的是一些带着孩子的家长看到我们的展出，急忙把小孩带过来，向小孩叙述毒品的危害，告诉他们要远离毒品，要从小拒绝毒品，小家伙也若有所思的点着头，在观看图片的过程中，一些行人对有的地方不是很清楚的时候，我们的禁毒志愿者则会热情的走上前去，()为他们做详细的解释，个性是有些老人听不太明白，志愿者们则会不厌其烦的为他们做一便又一便的解释，直到老人们不住点头为止，而在禁毒的活动中，我们的到来似乎为整个小区都带来了一丝亮色，且不说小区居委会对我们工作的大力支持，单是那些居民，在看到我们的展出后，都过来观看，还问了我们好多问题。

我觉得这次团日活动既团结了我们班，也使我们每个人获益良多。

禁毒心得体会（五）：

禁毒心得体会

毒品，致命的恶魔，吸毒是人类赶上地狱的快车，是人类慢性自杀的行为。这些年由于国际毒品的泛滥，毒品像一头张开血盆大嘴的猛兽，正飞快地吞蚀着年轻一代。从近年来资料发现：吸毒的人中青少年就占了80%以上。这些年，青少年学生吸毒分子被毒品诱-惑上瘾，一步步走向罪恶的泥坑，成为人类特级的恐怖组织。

此外，毒品还无情地破坏着我们的家庭和社会，导致多少家庭家破人亡、妻离子散，国家财富严重流失……后果不堪设想。由件件事例可见，毒品是严重危害人类社会的，是人

类务必认识的敌人，所以我们就应谨慎地防备它，战胜它。

第一、青少年必须要做到洁身自重，树立正确的人生观，追求健康的生活情趣，识破毒品诱惑，坚决抵制毒品的侵略。

第二、要慎重交友，不能义气用事，发现朋友吸毒要及时劝阻，当无计可施时就该远离他（她）。

第三、多参加禁毒活动，让自己彻底地认识毒品的危害性，增强防毒意识和拒毒信心。

第四、加强学习，让知识来充实自己，优化自己的心态，从中找到避毒方法。

“毒品时刻要警惕，吸毒上瘾很容易”，朋友们，让我们行动起来，共同努力，铲除毒品，铲除这个致命的恶魔。我坚信：“有志者，事竟成。”人的生命是宝贵的。

禁毒心得体会（六）：

现实中，青少年吸毒已成为一个触目惊心的严重问题。来自国家禁毒委员会办公室的数字证明，我国最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岁以下的少年吸毒人数有所增加，青少年已成为最易受到毒品侵害的“高危人群”。

目前，学校毒品预防教育工作在认识上还存在着一些误区：一是怕学生明白毒品。认为禁毒教育会引发学生的好奇心，促使他们冒险尝试；二是认为禁毒教育是公安部门的事，与学校无关。这些认识误区的一个前提，就是目前在校学生吸毒者罕见。事实上，毒品蔓延的速度相当快，若等到毒品在校园时再来教育，则为时已晚。由此可见加强禁毒教育，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。

自1997年国家教委规定把禁毒教育作为国民素质教育的组成部分，并正式纳入中小学德育教育大纲以来，六年来我校透过“家长学校”、“心理健康教育课”、“青春期专题讲座”、“青年志愿者宣传队”、赴禁毒教育基地参观等多条渠道对家长、学生、社区居民广泛开展了“珍爱生命，远离毒品”、“不让毒品进我家”等宣传教育活动，还组织教师面向市、区专家开了一节“美丽的罌粟花”心理健康教育公开课。学校对学生毒品预防教育的有效性得到家长、社区及区有关部门的高度评价。

学校优良的校风带动着周边小区的精神礼貌建设，对所在社区的精神礼貌建设水平的提升具有明显推动作用。学校2001、2015年连续两次评为“石泉社区教育先进学校”、2015年被授予“创精神礼貌特殊贡献奖”。

至于如何搞好学校禁毒教育，还有待于大家在具体实践中进一步探索，但有一点务必肯定，目前毒品虽尚未在学校出现，但“防患于未然”总比“亡羊补牢”为好。加强毒品预防教育仍然是学校德育工作一个方面，今后学校将从以下几方面开展禁毒工作的实践探索：

一. 统一思想，提高认识，全面开展预防毒品犯罪宣传教育工作。

把禁毒教育列为学校教育工作计划中，与学生思想政治教育结合起来；与学生日常行为规范教育结合起来；与学校法制教育结合起来；与培养青少年树立正确的道德观结合起来，要做到教育工作常抓不懈。

二. 领导到位，加强对学校禁毒工作的组织领导，多渠道开展形式多样的毒品预防教育活动。

1、成立毒品预防教育活动领导小组。领导小组由书记、校长任组长，政工教导任副组长，组员由年级组长、家长委员会

代表、青保教师、校长助理等成员组成。

2、制定有关学校防毒、禁毒的制度和措施。领导小组指导学生开展禁毒知识宣传、自护教育、志愿帮教等工作，并负责具体活动的组织和实施。

三. 加强教育，增强青少年拒毒防毒潜力。

1、大力宣传，营造良好的禁毒氛围。

(1) 多层面、多渠道开展宣传教育活动。学校领导、工会、共青团、少先队能够充分利用广播、校园网、宣传栏、开展“远离毒品”为主题的手抄报比赛、主题班队会、演讲、征文等形式宣传毒品的种类、性能、危害以及远离毒品的方法和知识，使100%的中小學生都能深刻认识毒品犯罪的社会危害性，自觉抵制、远离毒品，从而使广大青少年自觉增强防毒的意识和决心。

禁毒心得体会（七）：

在人生中，我们会被各种各样的善与恶包围着，我们务必分清哪些是善，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。“路遥知马力，日久见人心”。

1840年，鸦片和大麻首先来到了中国。鸦片战争从此爆发。鸦片是由提炼纓素而成，可作药用，但内含超多麻醉性毒素，一抽上瘾，人就变得瘦柴如骨，精神萎缩。中国人吃了鸦片后，屡战屡败，使鸦片成为了洋鬼子一大功”。毒品害处多，吸毒就等于自毁前程。1985年，全国中学生运动会上勇夺两金一银的健将阿惠因吸毒变得骨瘦如柴，形如‘老嫗’。硕士研究生江涛因吸毒倾家荡产，变成了社会上的一个废物……许多例子告诉我们毒品是可怕的，是一个害人的坏蛋。新中国成立后，海洛因又到来了，弄得走私案一桩又一桩，

中国人民痛苦不堪。尽管中国建立了许多座戒毒所，但是吸毒者和贩毒分子就更聪明了，更隐秘了。

在这些信息中我们明白：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，有把牙刷往鼻孔里塞的等等。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。

我们是祖国的未来，所以我们就应杜绝毒品。

禁毒心得体会（八）：

近日，透过观看有关“禁毒”的图片材料、电影、电视，使我们对吞噬人类宝贵生命的魔头——毒品，有了一个正确地认识。

人们一旦染上了毒品，精神就会开始堕落，人格必将扭曲。毒品不仅仅残暴地销蚀着人的灵魂，还无情地破坏着我们的家庭生活。因此，我们就应谨慎地防备它，战胜它。努力做到以下几点：

一、洁身自重，树立正确的人生观，追求健康的生活情趣，识破毒品诱惑，坚决抵制毒品的侵略。

二、要慎重交友，不能义气用事，发现朋友吸毒要及时劝阻，当无计可施时就该远离他(她)。

三、多参加禁毒活动，让自己彻底地认识毒品的危害性，增强防毒意识和拒毒信心。

四、加强学习，让知识来充实自己，优化自己的心态，从中找到避毒方法。

我坚信：只要我们行动起来，团结一心，共同努力，就必须能把“毒品”这个致命的恶魔铲除，从而使我们的身体永远健康，生活永远充满阳光。

禁毒心得体会（九）：

青少年正是长身材，长知识的时代，是祖国未来的花朵，毒品这个大恶魔头正无时无刻地损害着这些充满期望的年轻人的生命。难道咱们就不应当拒绝毒品，珍新生命吗？况且，毒品还正在残酷地销蚀着人的灵魂，人们一旦染上了毒品，肉体就会末尾蜕化，吸毒次数越多，毒瘾越大，肉体就蜕化越深。梦想正是这样，吸毒者完整损失了事业心和权利感，更谈不上什么梦想、品格，统统被抛到无影无踪，终日焦躁不安，人格曲解，严酷者还会出现重症肉体病一类的梦想，行为不当…此外，毒品还有情地破坏着咱们的家庭和社会，导致多少家庭流离失所、妻离子散，国家财产严酷损失…结果不堪想象。由件件的事例可见，毒品是严酷损害人类社会的，是人类务必看法的朋友，所以咱们就应当慎重地防范它，战胜它。

这个世上没有真正的神灵，却的确存在着恶魔。毒品就是这魔鬼的化身。如果你了解这种白色瘟疫诞生至今所酿成的惨剧，你就会明白这绝不仅仅是一个比喻。因为吸食毒品者被毒品所剥夺的也绝不仅仅是金钱和健康，他们所要付出的代价是灵魂沦丧，家破人亡至生命消逝。这绝不是危言耸听，因为每年为这白色恶魔所害的是无数的生命。

至今，我国青少年吸毒的人数在吸毒总人数中比例

达85.1%。85.1%，一个令人惊讶的数字，已经家喻户晓了。使人有着双重依靠，唯有八个字就应紧记：珍爱生命，拒绝毒品。因此我们该做的很多，而且务必从小做起。然而认清毒品的真面目并彻底与其化清界限不仅仅需要无数的禁毒知识，更加需要的是有意识地培养健康的心理和良好的生活习惯：是谨慎地择交朋友和高度的警觉和自制；是树立正确的人生观、世界观、价值观……也唯有将预防毒品从意识转化为行动，再由行动上的拒绝升华为精神上的排斥，从生命的高度去抵制这中食人瘟疫的诱惑，才有可能做到远离毒品而不受侵害。

一个为了吸毒，把家里的经济财产全部好光的人，还有人帮他吗？

一个为了吸毒的钱，到处贩卖毒品的人，还有人帮他吗？

没有，无能为力。

人生有的一次生命是无价的，也是脆弱的。它承载着你的亲人，朋友和整个社会赋予你的职责，所以它绝不仅仅只是你一个人的。它承受不起任何不负职责的冒险，所以请珍惜你的生命——为自己，也为所有人——永远拒绝毒品！

禁毒心得体会（十）：

这个世上没有真正的神灵，却的确存在着恶魔。毒品就是这魔鬼的化身多少个支离破碎的家庭，多少个沦为犯罪的青年，多少个令人心痛的杯具，都是因为那罪恶之源——毒品。毒品，这个吞噬人心的恶魔，这个把人捉向地狱的魔爪，正在毒害着那些迷失方向的人们。

闻，那毒品的世界散发出令人窒息的气息，不断地提醒着我们：毒品不能够沾，毒品不能够沾呀！看，哪一个有一个杯具时时刻刻在痛击着我们的心。听，那一声高过一声的哀号，

不断地警告我们：远离毒品，珍爱生命。

而我们作为新一代的青少年，在见证了一个有一个杯具之后，难道我们一点小小的行动都没有吗？没错，我们要行动起来，参与到禁毒的队伍中，拒绝毒品，永不沾毒，从我做起。努力吧！珍惜我们年轻的生命，珍惜我们光明的前途，让毒品远离人间，让杯具不再重演，让我们的生命绽放绚丽的光芒。

禁毒心得体会（十一）：

此刻，世界上有一种能致人于死地的白色物质——毒品，吸入它就会像走火入魔一样无法自拔。它像是一种可怕的白色瘟疫，吞噬了无数条宝贵的生命。

许多人对毒品产生了好奇心，便想去尝试一下，可逐渐发展成瘾，想戒毒也来不及了。毒瘾发作时，如果没有毒品能吸，就会生不如死，痛不欲生，意志坚强的人都受不了。活生生的一个人，好似被魔鬼缠上，变成了傀儡般的行尸走肉。

毒品，不仅仅危害人的身体，还使人走上犯罪的道路。有一个故事：一个男孩，他过着无忧无虑的生活。有一天，他与一些“朋友”去歌舞厅，他的一个“朋友”给了他一些“糖丸”，让他吃下去。他发现自己吸食了毒品，然而，已经太晚了。他没有钱，又不能向父母要，就跟那些“朋友”到处偷、抢。一次他失手杀了人，被关进了少管所。

如果没有毒品，这个少年的家庭本来能够更幸福，他能够有完美的未来。是毒品，让他失去了一切完美的事物，变得意志消沉，走向无底的深渊。他的未来因为毒品而黑暗，他的前途因为毒品而渺茫。

人的生命只有一次，这生命是无价的，但也是脆弱的。它承载着自己和亲人们的期望。如果想让自己变得快乐，不能用毒品来麻痹自己，而是就应去努力拼搏，奋斗，以此来获得

快乐、满足，这样的人生才是有好处、有价值的。

珍爱生命，远离毒品！这不仅仅是一句口号，更是我们就应做到的。我们不能忘记中国的屈辱历史，不能忘记两次鸦片战争。为了祖国的明天，为了民族的期望，请远离毒品。

禁毒心得体会（十二）：

上星期，我们学校举行了法制教育讲座，让我们学习了《未成年人保护法》和《预防未成年人犯罪法》。这次讲座，就像一股清泉，洗涤了我们的灵魂，净化了我们的思想。

《未成年人保护法》共七十二条，它于2007年6月1日制成，为我们未成年人明确了各项保护法规。《预防未成年人犯罪法》让我们明确了如何预防和纠正我们的不良行为，如何预防犯罪。

青少年的成长，离不开家、学校和社会的影响。社会这个大家庭，形形色色的东西鱼龙混杂，有的对我们身心大有益处，有的则对我们有害，这就要求我们务必有是非观念，务必让我们有所决定和选取。《未成年人保护法》和《预防未成年人犯罪法》都为我们作出了指引，个性是在预防我们人生错误上作出了明示。我曾读过一首诗“一片树林里分出两条路——而我选取了人迹更少的一条，从此决定了我一生的道路。”其实人的一辈子中有许多个十字路口，许多个选取，有时只是因为年少的无知，年少的冲动走上一条不归路，有时也只是因一念之差，铸成大错，往往醒悟后，又追悔莫及。这都是法律意识淡薄造成的。我们生存在这个社会，言行就务必遵守法律法规和道德规范。鲁迅先生曾说过：“中国欲存争于天下，其首在立人，人立而后凡事举。”所以我们要与法律作朋友，与犯罪作斗争，我们要知法、懂法、会用法，学会利用法律武器来保护自己！

从此刻开始学好法律，我们要以实际的行动证明，青少年不

是枯萎的残花，而是灿烂的鲜花！

我们要以法律为准绳，以法律为武器，以法律为保障，作一个知法懂法的少年！

禁毒心得体会（十三）：

毒品这两个字可能我们已经不再陌生了，从鸦片战争到这天，一个又一个人因吸毒而死亡，或因为上瘾了而花光了所有的钱。

毒品就像一个可怕的盒子，释放出罪恶的人，却把善良的人封印在里面，有多少家庭因吸毒而破裂，每一天因吸毒而死亡的人就有上千人，吸毒人数过的的国家小偷也多，因为因吸毒把钱用光了，可又忍不住，与是就去偷钱吸毒。

吸毒对人体的危害十分的大，因此，大人们就应严厉打击这些贩毒分子，我们青少年们也绝不能凑个热闹去吸毒，应对那些贩毒分子绝不能手软，但也不能太心急，因选取最佳时机通知警察抓捕。

千百年来，毒品无时无刻不在威胁着人类，鸦片战争就是关于毒品的十分有名的战争，鸦片就是指大烟，也是一种对人体危害很大的毒品。到此刻，毒品的种类在增多，贩毒的人也在增多，毒品对人类的危害也在增多。

立刻就是一年一度的6月26日世界禁毒日了，毒品对人类的危害实在太大了，我期望毒品着个东西快点从世界上消失，我期望字典上永远查不出毒品着个字。

禁毒心得体会（十四）：

在人生中，我们会被各种各样的善与恶包围着，我们务必分清哪些是善，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。“路遥知马力，日久见人心”。

1840年，鸦片和大麻首先来到了中国。鸦片战争从此爆发。鸦片是由提炼纓素而成，可作药用，但内含超多麻醉性毒素，一抽上瘾，人就变得瘦柴如骨，精神萎缩。中国人吃了鸦片后，屡战屡败，使鸦片成为了“洋鬼子一大功”。毒品害处多，吸毒就等于自毁前程。1985年，全国中学生运动会上勇夺两金一银的健将阿惠因吸毒变得骨瘦如柴，形如‘老妪’。硕士研究生江涛因吸毒倾家荡产，变成了社会上的一个废物……许多例子告诉我们毒品是可怕的，是一个害人的坏蛋。新中国成立后，海洛因又到来了，弄得走私案一桩又一桩，中国人民痛苦不堪。尽管中国建立了许多座戒毒所，但是吸毒者和贩毒分子就更聪明了，更隐秘了。

在这些信息中我们明白：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，有把牙刷塞鼻孔里塞的等等。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。

我们是祖国的未来，所以我们就应杜绝毒品！

禁毒心得体会（十五）：

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，构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、吸毒的状况下，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。吸毒不仅仅对人体与身心有必须的危害作用，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。据联合国的统计证明，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、工作的潜力，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好处，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。我期望人们要用心宣传毒品的危害，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！

“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！

禁毒心得体会（十六）：

毒品和艾滋病已成为一个我们人人熟知的词汇，“毒品”，一个可怕的名词，只要一不留意就会落入它的魔掌。多少鲜活的生命，被它妖艳的外表所诱惑，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。艾滋病的全称为“获得性免疫缺陷综合症”，当人体处于正常状态时，体内免疫系统能够有效抵抗各种病毒的袭击。一旦艾滋病病毒侵入人体体内，这种良好的防御体系便会土崩瓦解，各种病毒乘机透过血液、破损伤口长驱直入。通俗地讲，艾滋病病毒是透过破坏人的免疫系统和机体抵抗潜力，而给人以致命的打击。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”。

这二者又有什么联系呢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！研究证明，61.219%艾滋病患者都正在吸毒或以前吸过毒，而吸过毒的人98.326%都感染上艾滋病。能够说，吸毒必定让人感染艾滋病，艾滋病必定让人家破人亡！

作为一名中学生，也作为社会这个大家庭中的一员，我有义务、有潜力做好禁毒防艾工作，坚决做到不吸烟，不喝酒，养成良好的生活习惯；在学校，协助老师、同学宣传禁毒防艾知识，共撑起我们完美的明天。

“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，帮忙你重新认识自己的生命。朋友们，愿这些文字永远在你们心中回荡，把毒品永远杜绝在我们真善美的大门外，为我们的理想而奋斗！

禁毒心得体会免费篇二

首先，我在林禁毒工作中深刻认识到毒品的危害性。经过多年的工作经历和接触，我意识到毒品不仅会毁掉一个人的生命，更会严重破坏家庭、社会等多个层面的稳定和和谐。因此，对于毒品问题必须加强宣传，提高公众的认识和了解，并加强法制的监管与打击，以实现毒品远离我们的目标。

其次，我在林禁毒工作中体会到了自身的责任和担当。作为一名维护社会安全的人员，我们必须时刻保持警觉性和敏锐度，经常更新知识和技能，及时发现和处理毒品问题，保护社会公众的安全和健康。这是我们肩负的重要责任和使命。

第三，我在林禁毒工作中意识到了集体的力量。团结一致、齐心协力才能更好的开展禁毒工作，达到最终的胜利，这一点是至关重要的。只有各种力量的集合与协作，才能够形成有效阻击毒品的强大力量。

第四，我在林禁毒工作中认识到了教育的重要性。防范意识和素质教育是一个长期的过程，更需要覆盖全民，以此减少美好社会中面临的毒品问题。应该将禁毒教育纳入课程，从小塑造正确的价值观，引导青少年远离毒品，远离犯罪团伙的陷阱。

最后，我在林禁毒工作中了解到了防范是第一线。防范措施要尽量从源头、途中、终端进行控制，如尝试加强某些区域的安全监管，严格打击毒品制造、流通和运输犯罪，提高司法的敏感度和准确性等。只有让毒品无孔不入、无影无踪，才能够更好地抑制毒品的发展，保护公众的安危。

总之，林禁毒工作不仅是一项艰巨而责任重大的事业，更是一项需要不断摸索和更新，不断创新与发展的过程。只有在不断地总结和反思中，才能取得更好的成果，让社会更加美好。

禁毒心得体会免费篇三

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！

禁毒心得体会免费篇四

第一段：引言（约200字）

毒品是一种非常严重的问题，它可以影响个人的身体健康和精神状态，破坏家庭及社会和谐稳定。为了避免这些不良影响，禁毒工作势在必行。在我国，禁毒工作属于常态化的安全保障和治理，近年来也在不断加强。我自己也长期从事着禁毒宣传工作，通过一系列的讲座和教育活动，提高了广大人民群众对禁毒问题的认识。在此，我想分享一些我的心得体会。

第二段：认识毒品（约300字）

首先，我们需要认识毒品，知道它的种类和对人体造成的危害。毒品分为天然毒品和合成毒品，常见的有大麻、海洛因、冰毒等。毒品会直接影响人体的神经系统，并对人的身体健康和心理造成极大威胁，甚至会导致死亡。对于青少年来说，毒品往往更有诱惑力，因此我们应该更加重视青少年的教育和引导。

第三段：宣传教育（约300字）

其次，宣传教育是禁毒工作的基础。禁毒宣传不仅需要针对青少年，也要面向社会大众。我们可以采取多种方式，如举办讲座、宣传海报、广告宣传等等，来提高人们对禁毒工作的认识。此外，也要注重培养青少年的自我防范意识和能力，让他们远离毒品的诱惑。

第四段：培养良好的生活习惯（约200字）

除了宣传教育以外，我们还要通过培养良好的生活习惯，来预防毒品的滋生和传播。首先，要保持良好的心态，宽容待人。同时，吸烟、饮酒等不良习惯也会对身体造成极大伤害，因此我们也要提倡健康的生活方式。

第五段：结尾（约200字）

总之，禁毒工作离不开社会各方面的支持。通过加强宣传教育、培养良好的生活习惯和引导青少年远离毒品，我们可以以最坚决的态度与毒品进行斗争。同时，宣传禁毒的信息也要适合社会大众和青少年的认知水平，才能起到更好的效果。希望大家在长期禁毒的道路上能够携手并进，共同致力于一个无毒宁静的社会。

禁毒心得体会免费篇五

作为一个普通的公民，我一直对毒品问题十分关注。近日，我有幸拜访了一家禁毒所，整个体验深深震撼了我，让我更加了解毒品带来的危害和禁毒工作的重要性。从这次体验中，我获得了很多启示，下面就让我来分享一下我的禁毒所心得体会。

第一段：危害毒品的迷惑力

本人曾经看到一个电视访谈节目，节目中来自各行各业的深度使用各种毒品的人分享了他们的各种体验。他们称吸毒之后可以很快进入另一个世界，好像能看到不一样的东西，感觉特别酷，并且他们认为只有吸毒之后才能体验到这种奇妙的感觉。这一番话让我印象极其深刻，也让我意识到毒品的真正危害——迷惑力。

第二段：禁毒所治疗的有效性

禁毒所让我印象极深的还在于他们治疗毒品成瘾者的方法。他们特别注重心理治疗，帮助患者，帮助他们走出自己痛苦的世界，从而逐渐戒除毒品成瘾。同时，禁毒所聘请了专业的医生和社工，让他们全程跟随患者，保障患者的身体健康。这些工作不仅让我感到非常温暖，而且也显示了禁毒所的治疗是十分有效的。

第三段：改变毒瘾发展环境

禁毒所采取的第三种办法让我感受到他们治疗毒品成瘾者是非常综合和全面的。他们重视口头教育，并积极开展宣传活动，希望通过这些办法来让更多的人了解毒品带来的危害和风险。除此之外，禁毒所不仅呼吁更多的政府部门来关注毒品问题，更加希望大众来关注这个问题，并在毒品的成长环境中对青年人进行足够的照顾和培育，从而防止并减少更多

的人受到毒品的摧残。

第四段：共同担负社会责任

禁毒工作是一个与整个社会都息息相关的复杂问题。禁毒所带给我们的启示就是每个人都需要担负自己的社会责任，尤其在今天这个有毒品问题的社会环境下。我们需要从日常生活中亲密的保护和帮助青年，也需要在教育、文化、法律等各个方面提供足够的支持和帮助。如果我们每个人都能够发挥自己的作用，那么毒品问题将很快得到遏制。

第五段：深刻的反思

通过这次参观，我不仅增长了很多禁毒方面的知识，也在思想上得到了更深层次的反思。原来禁毒工作对于国家和社会是如此重要，而他们对患者的关怀和治疗的全面、细致和科学也是如此令人敬佩。我坚信，如果每个人都能从自己的行为中做好自己份内的职责，那么我们的社会将少了许多痛苦和悲伤，让人们能够真正实现安居乐业的幸福生活。

总之，这次禁毒所的参观，让我感受到毒品带来的严重危害，更加坚定了我在未来将更加关注和支持禁毒工作的信念。希望我们每个人都能够有意识地远离毒品，做好个人职责，同时也希望禁毒所的治疗能够更加科学和完善，以帮助更多的人走出毒品的阴影。

禁毒心得体会免费篇六

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吸毒转，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吸毒作用于人体,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吸毒。而吸毒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吸毒,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,吸毒活动造成环境恶化,并逐年缩小了人类的生存空间。

目前,日趋严重的吸毒问题已成为全球性的灾难。吸毒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,全世界每年吸毒交易额达5000亿美元以上,吸毒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吸毒的人数已高达2亿多,其中17~35周岁的青壮年占78%。

吸毒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吸毒的人们，就用他们一个又一个的曲折而惨痛的经历告诉我们，吸毒的危害是多么的巨大啊！！

吸毒带给人类的只会是毁灭。旧中国，我们曾受的泛滥，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！吸毒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吸毒的危害，自觉地与吸毒、贩毒等不法行为作斗争，珍爱生命，终身远离吸毒、拒绝吸毒！

“远离吸毒，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！

禁毒心得体会免费篇七

致命的恶魔，吸毒是人类赶上地狱的快车，是人类慢性自杀的行为。这些年由于国际毒品的泛滥，毒品像一头张开血盆大嘴的猛兽，正飞快地吞蚀着年轻一代。从近年来资料发现：吸毒的人中青少年就占了80%以上。这些年，青少年学生吸毒分子被毒品诱-惑上瘾，一步步走向罪恶的泥坑，成为人类特级的恐怖组织。

此外，毒品还无情地破坏着我们的家庭和社会，导致多少家庭、妻离子散，国家财富严重流失……后果不堪设想。由件件事例可见，毒品是严重危害人类社会的，是人类必须认识的敌人，所以我们就应该谨慎地防备它，战胜它。

第一、青少年一定要做到洁身自重，树立正确的人生观，追求健康的生活情趣，识破毒品诱-惑，坚决抵制毒品的侵略。

第二、要慎重交友，不能义气用事，发现朋友吸毒要及时劝阻，当无计可施时就该远离他(她)。

第三、多参加禁毒活动，让自己彻底地认识毒品的危害性，增强防毒意识和拒毒信心。

第四、加强学习，让知识来充实自己，优化自己的心态，从中找到避毒方法。

“毒品时刻要警惕，吸毒上瘾很容易”，朋友们，让我们行动起来，共同努力，铲除毒品，铲除这个致命的恶魔。我坚信：“有志者，事竟成。”

人的生命是宝贵的。

这个世上没有真正的神灵，却的确存在着恶魔。毒品就是这魔鬼的化身。如果你了解这种白色瘟疫诞生至今所酿成的惨剧，你就会明白这绝不仅是一个比喻。因为吸食毒品者被毒品所剥夺的也绝不仅是金钱和健康，他们所要付出的代价是灵魂沦丧，家破人亡至生命消逝。这绝不是危言耸听，因为每年为这白色恶魔所害的是无数的生命。

至今，我国青少年吸毒的人数在吸毒总人数中比例达85.1%。85.1%，一个令人惊讶的数字，已经家喻户晓了。使人有着双重依赖，唯有八个字应该紧记：珍爱生命，拒绝毒品。因此我们该做的很多，而且必须从小做起。然而认清毒品的真面目并彻底与其化清界限不仅仅需要无数的禁毒知识，更加需要的是有意识地培养健康的心理和：是谨慎地择交朋友和高度的警觉和自制；是树立正确的人生观、世界观、价值观……也唯有将预防毒品从意识转化为行动，再由行动上的拒绝升华为精神上的排斥，从生命的高度去抵制这中食人瘟疫的诱-惑，才有可能做到远离毒品而不受侵害。

一个为了吸毒，把家里的经济财产全部好光的人，还有人帮

他吗？

一个为了吸毒的钱，到处贩卖毒品的人，还有人帮他吗？

没有，无能为力。