

戒毒人员心得体会(优质5篇)

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

戒毒人员心得体会篇一

8月27日——31日，省厅在北京大学举办第二期领导干部综合能力提升高级研修班，作为其中一员，自己倍感荣幸，倍加珍惜。5天的集中学习，内容丰富，安排紧凑，使自己获取了大量的信息和丰富的知识，拓宽了思路，开阔了视野，更新了观念，增进了友谊。在此，非常感谢省厅局为我们安排的宝贵机会，也非常感谢教授们精彩纷呈的授课和班委们热情周到的服务。学习归来，自感受受益匪浅、收获颇多。

5天时间里，我们在红湖岸边的考古教室里先后聆听了10位专家教授的讲座，内容涉及领导艺术、心理健康、法学知识、国际形势、儒家思想、处突应对等。课堂之外，利用早晚和路途时间，我们浏览了未名湖、博雅塔、体育场、古树林、各院系等，领略了北大燕园的山水意境之美、历史文化之美、随意自然之美、包容祥和之美，博大精深之美，这里一苗一木都是美景、一房一物都是文化。在京期间，我们每天学习生活在紧张、充实、清新、愉悦的环境和氛围中，时时能感到机会的珍贵和时间的宝贵，总是在不知不觉间，就度过了每堂课、走过了每一天，心中一直在奢望着能多听一小时，多待一两天该有多好，回归现实，我想，这也许就是北大讲座的魅力之所在吧。课堂课下，通过听、看、记、思、议，进一步了解了社会、把握了形势、学到了知识，增长了见识。我认为主要心得有以下几点：

戒毒人员心得体会篇二

参观看守所、拘留所、戒毒所心得体会

今天上午，在镇党委政府的带领下，我们各个村和社区的工作人员参观了**区看守所、拘留所、戒毒所。

我们隔着铁栏参观了在押人员的关押室，被羁押人员整齐地排成排，静坐在监室里看书。高墙铁网，不能离开这高墙大院一步，失去自由的生活真是压抑。

在参观完在押人员的生活、羁押场所后，我们又听取了拘留所和看守所唐教导员和戴所长的介绍和报告，听取了魏书记的讲话，受到了一次很好的党风廉政教育，思想上受到了深刻的震撼。

唐教导员介绍了拘留所和戒毒所的基本情况，并告诫大家不要酒后驾车、不要去不健康的娱乐场所、不要与他人发生殴斗，更是千万不能沾染毒品，对我们的生活中各方面有了很好的提示，收获很大。

戴所长介绍了在押或曾经关押的罪犯的工作生活情况和犯罪历程等，重点介绍了曾经的青年干部、老年干部等因为贪污受贿而丢掉饭碗、妻离子散甚至家破人亡的惨痛经历，让我的心灵受到了极大的震动，我以后一定引以为戒，绝不犯类似的错误。

最后魏书记讲话，告诫我们一定要随时绷紧党风廉政的弦，（）“慎始慎终慎独慎微慎好”，不要因为初升到了领导位置就自傲自满，滥用权力，贪污受贿，也不要因为在位久了就放松警惕，抵挡不住糖衣炮弹的诱惑。而且我们一定要吸取发生在身边的教训，邻镇就有基层干部因贪腐而判刑的，我们一定要珍惜生活珍惜自由。

今天上午的参观给了我很大的震撼和启示，让我深深地感到了自由的可贵。自由正如阳光，空气，和水一样，当人们每天在享用它的时候未必能珍惜，而一旦失去才会深感它的珍贵和无价。作为一名普通的村干部，虽然权力不大，但我还是要时刻提醒自己要廉洁做人、廉洁干事，权为民所用、利为民所谋，要清白踏实地干好我的工作。

参观“三所”心得体会

8月24日上午，天气晴朗，在镇党委政府的带领下，我们各个村和社区的工作人员参观了**区看守所、拘留所、戒毒所。

威严的高墙，肃穆的铁门，荷枪实弹的武警战士，将外面的喧嚣无情地挡在了门外。高墙铁网内，被羁押人员整齐地排成排，静坐在监室里看书。所有被羁押人员的一举一动，包括吃饭、睡觉、上厕所都清晰地显现在监控中心的大屏幕上……在这里，没有人身自由，更谈不上人格、尊严。

看着一张张木偶般的面孔，我想，他们一个个曾经也聪明无比，也曾胸怀大志，或许还做出过大大小小的贡献，前程似锦，一片光明。然而今天，他们却囚居异地，被高墙与世阻隔，被铁窗限制在方寸之间，在看守人员的监视下，老老实实，毕恭毕敬，过着一种度日如年的生活。如此压抑、如此不得自由，真是让人心情沉重。

在参观完在押人员的生活、羁押场所后，我们又听取了拘留所和看守所唐教导员和戴所长的介绍和报告，听取了魏书记的讲话，受到了一次很好的党风廉政教育，思想上受到了深刻的震撼。

唐教导员和戴所长介绍了在押或曾经关押的罪犯的工作生活情况和犯罪历程等，重点介绍了一位刚升到领导职务的青年干部因为贪污受贿而被判刑，家中还有怀孕的妻子，最后妻离子散的惨痛经历，让我的心灵受到了极大的震动，我以后

一定引以为戒，绝不犯类似的错误。

最后魏书记讲话，告诫我们要有法制意识，作为村干部要知法守法，一定要随时绷紧党风廉政的弦，也不要因为在位久了就放松警惕，抵挡不住糖衣炮弹的诱惑。而且我们一定要吸取发生在身边的教训，邻镇就有基层干部因贪腐而判刑的，我们一定要珍惜生活珍惜自由。

今天上午的参观给了我很大的震撼和启示，让我深深地感到了自由的可贵。一旦失去自由，有家不能回，妻离子散，也不能在父母面前敬孝，真是极大地人生悲剧。所以我一定好好珍惜自己的自由生活，在今后的工作生活中一定绷紧党风廉政的弦，廉洁履职、廉洁做人。

戒毒人员心得体会篇三

今天，老师带领我们参观了__区强制戒毒所，使我们深受教育。

戒毒所的各级领导在百忙之中抽出时间接待了我们，并给我们安排了四个板块的活动。

首先，我们参观的是接待室。同电视里看到的一样，厚厚的隔音玻璃，靠的是电话交谈。身处其景，我仿佛能看到亲人那复杂的眼神。转过头去，看到墙上写有这样一行字：“再见不应在此处”。我想这多半是写给戒毒人员看的吧。如此人性化的一行字使我感触颇深，我感到周围处处都充满着关爱，我们应该为爱我们和我们所爱的人而健康的活着。

接着，我们又参观了艺术编辑室，这里有大量关于禁毒的书籍和展板，看着一件件惨不忍睹的事例，我们受到很大的触动，这里生动形象的介绍也让我们了解到更多的有关毒品的危害，我想那些戒毒人员也会深有感触。

然后，我们观看了12分钟禁毒影片，通过影片，我们深入全面地了解了毒品和禁毒知识，同时，箫所长也提出了对我们的忠告和希望，使我们深受教育。

最后，我们参观了食堂及活动场所，还跟戒毒人员进行了交流，通过交流了解得知，他们中年龄最小的仅16岁，看上去还是个半大小子。本应该还是读书学习的大好时光，在这里度过我感到无比的可惜和遗憾。在教官们的耐心帮助教育和医生们的治疗下，他们有了重拾生活的信心。我们也分明能感到从他们心灵所迸发出的对新生活的渴望与憧憬。

短暂的活动虽然结束了，我觉得今天的活动非常有意义，给我们还不太成熟的心理筑起了坚固的防线，使我们深知毒品对人体的极大危害。让我们远离毒品，珍爱生命吧！

走出戒毒所，我的心情久久不能平静，我想以后一定要远离毒品，因为一旦染上了毒品，不仅对自己，对家人，对社会都是一种难以挽回的伤害。我一定要以今天的所见所闻为镜子，做一个有理想、有责任、有抱负，健康成长的人。

“珍爱生命，远离毒品。”从小到大，我们都被灌输着毒品如魔鬼，绝对不可靠近的思想。今天有幸前往__区的强制隔离戒毒所参观，让我更加深刻地体会到了这一点。

由__区禁毒办指导，__区团委和__区义工联主办、__区__阳光志愿者协会承办的本次参观活动，让我们深入了解了戒毒所的结构、管理和戒毒学员的生活状态。几位禁毒志愿者讲解员的生动讲解和__警官的答疑，更给我留下了难忘的印象。

吸毒真的不是一件很酷的事情。毒品危害很大，尤其是二代、三代的毒品，相对于一代的鸦片、海洛因，更伤人伤己。以前一直知道很多做艺术的、音乐的会靠吸毒来获得灵感，虽然我自己绝对不会去吸毒，但是作为一个从小就比较喜欢文学的人，还是会对那些吸毒的艺术家音乐家心理上依然有一

些体谅…但是今天看过参观的感受还是挺震撼的，戒毒宣传片里那些因为吸毒而杀死自己的至亲至爱，最后跪在地上痛哭流涕后悔终身的吸毒者，毒品对于他们来说真的不酷，而是让他们背负一辈子的愧疚和痛楚。

强制戒毒所一关就是两年，目的是为了戒毒人员长时间远离自己吸毒的那个环境，从而加强戒毒的效果。然而，毒品的复吸率极高，身体上的戒断只需要7~15天，但要想在心理上彻底戒断却很难。有句话说得好：“一日吸毒，终身想毒。”吸食毒品后欲仙欲死的那种感觉，除非真的痛改前非，很难忘记吧。

我想起以前在知乎里一个看过的有关吸毒的高赞回答说，好比吃鸡的游戏，玩30把游戏终于吃一把(即拿到冠军)，开心大半天;然而有一天你想过界了，买一个外挂然后把把吃鸡，见人杀人，即使号被封了也可以再开一个——人生就像这样一场游戏，毒品带来的快乐已经远远超过了正常生活中成就感带来的快乐。然后呢?最终，你会觉得这场游戏不好玩了，对于开挂者而言大不了再开一个，但人生只有一场游戏，吸毒者就不想再玩人生了。就算运气好戒了毒，也会终身怀念那种无法无天的感觉。

戒毒所的_警官告诉我们，即使在戒毒所里待两年，复吸率也有70%。想想真是让人不寒而栗。人生有多少个两年可以消耗?更何况，一旦复吸再被抓回来又是两年，反复几次，一辈子就毁了。

所以啊，为了自己，为了家人，提高警惕，千万别碰。否则，戒毒所的一扇又一扇铁门、发作时如魔鬼般的一天又一天、戒毒消耗的一年又一年青春年华于戒毒者而言还算是幸运的，倘若为毒品犯下不可挽回的罪行，就真的要痛悔终身了。

戒毒人员心得体会篇四

毒品。这个词大家都很耳熟吧。这是一个让人极端痛恨的东西，那天我们五年级去湘潭的戒毒所在那里，我们学到了很多。

早上我5点30就在家里洗漱，6点20就出发，在东方红集合到了那儿过了30分钟就离开了学校前往湘潭。因为我们湘乡离湘潭只有43公里，所以我们很快就到。

我们走了进去185像是迎接我们，我们又走进戒毒所看到了那些毒品的危害，我又选了一个没人的地方观看毒品，使用很多药物和麻醉物品质造成的。只要你吸上一口就会失去理智，就会一直吸下去，而且会衰竭的器官也会精神错乱，最后会自杀，我还从电视上看到吸鸦片有时候让你变得骨瘦，如柴一点力气都没有。

我还看到一个一个人踢了图片都皮包骨肉都能看见，这些人为什么要吸毒吸毒，对他们有什么好处吸毒又有什么好处?唉。这些人好奇害了自己，我们本来知道，但就是不听，唉，日好奇害了自己呀。

这一次我领悟到了，不要好奇去西毒品会让你失去更多的亲人，请大家远离毒品

戒毒人员心得体会篇五

胸中有丘壑，眼过千万人，心怀天下事，心中一与众不同之世界，是作为一名戒毒工作人员坚守的目标，革命尚未成功，同志仍需努力。一、不识庐山真面目，一见方知勤恳踏实初次走进_县戒毒所旧办公楼管理科的办公室，局促不安，是平易近人的领导和同事打消了我的顾虑，同在一个办公室的还有两位前辈，他们对我十分照顾，一开始我主要负责戒毒学员的解除以及收发文件、报表等相关工作。

记得第一次办理解除，很不熟练，甚至出现了遗漏的现象，还好有科长和同事大姐的耐心指导，完成了这项工作。科长对我说，管理科的工作看似每天和一堆文件、时间、教期打交道，很容易，其实要求非常谨慎。每一位学员的信息，都反映出我们工作中的针对点。之后，经过慢慢摸索，学习，对管教口的工作才有了深刻的理解，敬佩之情也油然而生，一个戒毒学员的解除，从量化考核到动态评估，从文件形成到出所办理，要经过多少人的核算，多少次的会议讨论，多少时间的材料整理。管理科虽然只是戒毒所众多科室、众多大队中的一个缩影，但也正是从管理工作的方方面面，见微知著，明白了细心谨慎对从事任何一项工作的重要性，尤其是戒毒场所这种关乎人身自由的工作。勤恳踏实，严谨求实，这是我见到的戒毒工作。二、千里之行始于足下，实践方知情之所系为了拓宽我们工作思路，进一步了解戒毒系统的现实情况，所里前辈带着我们到监区各大队的生产车间和生活场所进行实地感受，切身走进戒毒学员，现场观摩。了解了戒毒学员的一天生活，同时也看到了大队干警的辛苦付出。

每一位干警都有一个专用的对讲机，独立使用，可以随时随地与其他干警和监所外联系、沟通、汇报情况，保证场所安全，戒毒学员的安全。他们要与每一位戒毒学员进行谈话教育，了解戒毒学员的社会背景、家庭情况、心理状况，以便有针对性地开展教育矫治工作。不管刮风下雨，不管周内周末，大队干警都要准时准点上班，看起来一项简单的工作，却绝对经得起考验。通过和一线干警的相处，我对这份工作有了基本的了解，更多的是感受到了戒毒干警的工作任务之重，体会到了他们扎根一线，默默奉献的不易。努力上进，无私付出，这是我见到的戒毒警察。三、吹净黄沙始得金，坚持方知收获颇丰习惯了早上按时起床，食堂一杯豆浆，两个鸡蛋。来到办公室，开始一天的工作。有希望，有收获，学会了尝试不同的生活环境，学会了自主探究工作。仍然记得第一次走进戒毒所时的紧张，记得第一次算错报表时的不安，记得每一个前辈给的微笑和鼓励。耐心矫治，感化育人，这是我见到的戒毒所。是的，我是一名戒毒人民警察，我身

上有国家赋予我的使命，我愿意把我的青春奉献给戒毒事业，让生命因付出而精彩。行路致远，“撸起袖子加油干”！