

# 2023年开展班会的心得感悟 禁毒的班会的心得体会(实用7篇)

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

## 开展班会的心得感悟篇一

近年来，毒品问题逐渐升温，对社会造成了严重的影响。为了提高学生对毒品的认识及防范毒品，学校组织了一次主题班会，着重强调禁毒意识。在会议中，我们感悟深刻，许多知识点让我们对毒品有了更深刻的了解，并强化我们的防范意识和拒绝毒品的决心。

### 第二段：毒品危害

毒品不仅摧毁了个体的身心健康，而且对家庭、社会乃至国家的经济、政治、法律等方面产生了极其严重的影响。通过这次班会，我们了解了各种毒品的成分、性质、效果以及吸食后对人体造成的伤害，对毒品的危害有了更加深刻的理解，也更加明确地意识到毒品对个人、家庭和社会的消极影响。

### 第三段：预防毒品，从我们做起

我们是祖国的未来，是家庭的希望和社会的栋梁。在班会过程中，我们学习了许多预防及应对毒品的有效方法。比如我们应该保持一个健康向上的心态，要培养自己的兴趣爱好，与优秀的同伴交往，不断提升自己的生活质量与精神水平。同时，我们也应该时刻保持警惕并坚决拒绝包括吸毒在内的一切违法犯罪行为，树立起自我保护的能力。

## 第四段：合理利用媒体资源，加强宣传教育

随着社会的发展，越来越多的人关注着毒品的问题，因此我们可以通过现代媒体，以各种形式去普及我们的禁毒知识，例如在学校中换届时，可以将禁毒教育纳入基本课程；又或是在大型活动中，利用宣传海报、现场演示等形式，去向广大同学普及毒品的危害和拒绝毒品的正确方法。借助多种媒体资源，提高学生的认识，避免他们受到毒品的侵害。

## 第五段：结语

我们应该珍惜自己、关爱他人，充分认识到毒品对我们自身、家庭以及社会的危害性，以预防为主，加强禁毒教育，共同营造健康和谐的社会环境。通过这次主题班会，提高了我们的警惕心，增强了我们的拒绝毒品意识和能力，希望通过共同努力，我们的班级、学校、家庭和整个社会都能摆脱毒品的威胁，共同构建美好的明天。

## 开展班会的心得感悟篇二

4、认识有限，冶金行业人员流动量比较大，“三熟”执行不到位；

5、对所使用的新设备、设施、新技术了解不够透彻，个人的知识、技术存在很大的局限性；总之，事故的发生是由于种种局限性，导致了认识上的差异，给安全生产埋下了诸多隐患。

下一步工作开展计划：

5、严肃事故调查处理。对于已发生的事故，有关安全生产监督管理部门要按照四不放过原则，认真调查，严肃处理，跟踪检查责任人员处理和安全防范措施的落实情况。要以事故为戒，举一反三，对照检查，落实整改措施，防止同类事故再次发生。

## 开展班会的心得感悟篇三

禁毒教育一直是学校教育的重要方面。为了进一步加强对学生的禁毒教育，我们班组织了一次主题班会，让我们了解禁毒知识、明确毒品的危害性以及如何预防毒品侵害。

### 第二段：了解毒品

在主题班会上，我们首先了解了毒品的种类、危害和来源。老师告诉我们，毒品可以分为毒品、麻醉药品和精神药品三类，这些毒品对人的身体和心理都会造成严重的危害。同时，毒品主要来自境外贩运，处理和走私过来。了解毒品的种类和来源，让我们更加坚定了抵制毒品的决心。

### 第三段：明确毒品的危害性

接着，老师利用PPT向我们展示了毒品对身体的危害性和毒品对社会的危害性。我们看到，吸食毒品会使得身体机能受损，危及生命；同时，毒品会让人变得懒惰、自闭等产生各种严重的心理问题。此外，毒品引发的诸如犯罪、家庭破裂、社会不安等社会问题也不容忽视。明确毒品的危害性，让我们明白禁毒不仅仅是个人的责任，也是社会的责任。

### 第四段：如何预防毒品侵害

知道毒品的危害后，我们还需了解如何预防毒品侵害。老师向我们介绍了多种预防毒品的方法，包括从根源上杜绝，加强家庭教育及心理健康教育，增强自护能力等。我们也在班级中发起防毒抵制活动，鼓励同学们参与其中，呼吁大家拒绝毒品。

### 第五段：结尾

通过这次主题班会，我们更深刻的认识到毒品的危害性，也

了解了如何预防毒品侵害。作为学生，我们应该要坚决抵制毒品，同时将所学知识传承下去，让更多的人认识到毒品带来的危害和危害的严重性，做好教育、预防和打击毒品的工作，让我们远离毒品，走向更加健康的生活！

## 开展班会的心得感悟篇四

今天我们班举行了一次以考研与就业为主题的班会，可想而知其主要类容主要围绕对于我们大学生当我们在未来的路上怎么选择，是先进入社会进行我们的职业生涯还是继续我们的学习之路“考研”为将来的职业生涯打下更坚实的基础。对于这次主题班会我感想很深刻，对于这个问题我自己也有一些自己的想法。

先说考研吧，除了支付时间成本外，还得考虑到两个变数：考上与考不上。如果考上了，还有一个机会成本的问题。此外，还有一个边际效用问题。

这就是说，当读研的人数很少时，其边际效用为大，二者成反比；当读研的人数增长时，尤其像现在这样迅猛增长时，你可能会想到毕业后的竞争激烈程度，那么读研预期的边际效用可能将随着在读人数的增加而递减。

如果考不上，那么，其机会成本与心理成本将增加，如果此时去找工作，机遇可能减少了许多。如果你看到那些成绩不如你的同学找到了比你好的工作，你的心理成本将上升，因为攀比之心从皆有之。其次，如果你准备明年再考，对挫败的恐惧也会增加你的心理成本。

一是培养起阅读的兴趣，这就需要增强自己的好奇心，因为兴趣总是以好奇心为基础的。对求知的事物的好奇心，常常会激发我们浓厚的兴趣，而兴趣所带来的动力是其他任何东西都无法比拟的。

就读书而言，不仅在于增长我们的知识面，更在于培养我们的学习能力：它包括归纳的能力、判断的能力、质疑的能力等等。这对于我们研究生阶段的学习，毕业以后的工作甚至人生具有很重要的作用。

二是培养的我们表达能力。知识经济里，人与人的交往越来越频繁，而交往中使用的最主要的工具就是语言，尤其对于我们学校来说，它是以法学为主干的。毕业后大多从事司法和党政工作，这可是典型的与人打交道的工作。由于本人个人的偏好，我还比较倾向于鼓励大家喜爱辩论。因为无数事实充分证明，从功利的角度看，辩论不但能培养人的口头表达能力，更在于能培养我们的思维能力，尤其是创造性思维能力。这一点，只要看看学校辩论队已经毕业工作的同学的情况就可以充分证明。

降低期望值。由于市场经济的发展，社会正逐渐从身份本位走向能力本位。在本科学历逐渐增长的情况下，按照市场的供求关系，学历所包含的价值量正在逐渐降低，而对于能力的价值预期正逐渐提升。我有这样一个类比：学历如同电影院没有座位号的入场券，没有它肯定进不了影院，那么，你即使有再高审美能力也不行；但进去以后，要坐上理想的座位，还需要你的能力去竞争。这个时候，学历已不具有什么意义了。再则，当今大学生就业已没有了什么特殊性，以进入“大众化就业”时代，学校也不是专门培养什么“精神贵族”，而是培养有知识素质高的普通劳动者。

在这种情况下，我们不妨降低对自己的期望，把自己“混同于普通老百姓”。从心理学的角度看，这样看似有点降低层次，但可以减轻我们的压力，而且有助于及时肯定自我。因为你的很小的进步都可以得到自我的及时肯定。这对于树立我们的自信心很重要，人的自信其实就是肯定自我，社会的肯定必须经过自我肯定才能转化为自信。而且要维系这种自信，还得不断地对自我进行肯定。降低期望值，并不等于降低对自己的要求，因为对自己要求严格，这也是人的发展所

必需的。

考研与就业，看似两难，其实不难。关键在于你的人生目标定位，如果过于追求完美，不允许自己出错，则势必在面临选择时如临深渊，如履薄冰，则易导致两难境地；如果你不追求完美，而是追求过程的乐趣，则面临选择时，你会果断地作出决定，不会过多考虑这种选择的得失，因为人生本来就是不可知的，一切要在实践中检验。

## 开展班会的心得感悟篇五

班会是同学们交流、互动、认识自我和协作的重要平台。而万能主题班会则是最具有启发性和趣味性的一种形式，它有助于提高学生的思维能力、开拓视野、促进成长。我很庆幸在自己的班级中能够体验到这样的班会。

### 第二段：我对万能主题班会的认识

万能主题班会是针对不同年龄层的学生，提供创意思维和多元化视野的班会形式。它的主要特点是一个主题可以包容很多方面的内容，主题不只是一个表面的概念，而是一种深入思考和多样性的活动。通过这样的主题会议，学生可以学习到新知识，挑战自己的思维和学习能力，还可以增强团队合作意识，从而促进学生的全面发展。

### 第三段：我参加的万能主题班会

最近，我的班级进行了一次以“创意”为主题的主题班会。引领班会的老师为我们精心策划了一些非常有趣和富有启发性的活动。我很享受这次经验，通过自己的努力和集体的协作，我更好的理解了“创意”的概念。在这个过程中，我遇到了许多困难和挑战，对于不同的场景，我都使用了不同的思路。在团队合作上，我们能够分配任务，并十分有效地共同完成这些任务。最后，我们也深刻了解到，创造力和个性

化思维在生活和职业中的重要性。

#### 第四段：我的收获

在这次万能主题班会中，我收获了很多。首先，我更加理解了什么是创意，怎么获得它。其次，我学会了分析不同问题时采取多角度思考的方法，从而更有效地解决复杂问题。此外，我更明白了个人的原始创意可以在团队协作的情况下，皆大欢喜。最重要的是，这种班会让我感受到自己正在不断地成长，让我对未来充满了信心。

#### 第五段：结论

总的来说，万能主题班会为我们提供了一个非常好的学习平台，让我们能够体验到真正的教育变革和全面成长。它可以提高我们的创意和思维能力，使我们更能够面对未来的挑战。通过班会，我们也得以结识更多的人，增强我们的社交能力。我希望以后班会活动可以更多更好，让我们不断感受到学习和成长的乐趣。

## 开展班会的心得感悟篇六

我们学习生涯中取得持续成功的关键。人是感情动物，心态高低，健康与否，对我们非常重要。心态的外在体现最终形成一种精神风貌，心态的内在体现则表现为它将直接影响我们的斗志和对学习投入的程度。

心志大于技巧，习惯大于知识。

我们在成长过程中不要怕竞争，更不要排挤你的竞争对手，有的人眼光很窄，只能看到眼前的机会，把自己的同学都看作是竞争的对手，怕他们超过自己，在他们学习遇到困难时，不但不想帮助他们，有时还会对他们的失败幸灾乐祸。这种人，往往自己控制不好自己，遇到困难就会知难而退，这种

消极的心态使他选择了破罐子破摔的做法，消磨了斗志，很难走出失败的低谷，仅仅因为机遇没有垂青自己，就无法取得学习上的成就。

我们如此需要良好的心态来丰富我们的生活，那么，怎样才能时时保持呢？

心情好了看着什么都顺眼，做起什么事都顺心，如果每天都能保持一份好心情，那么我们每天都是快乐和充实的，有一种最简单有效的方法：虚怀若谷者得天时，处世廉洁者得地利，转危为安者得人和。

一个人在烦恼的时候可以多回忆愉快的时候，还可以用微笑来激励自己，当然，笑要真笑，要尽量多想快乐的事情，高声朗读对读书和改变心情也有帮助，只是读书时要有表情，且要选择能振奋精神而非忧郁的心态，一项心理研究显示：心情烦恼时，带着表情高声朗读后，他们的心情会大有改善。

良好的心态对健康的积极作用是任何药物无法代替的，恶劣的心情对健康的危害犹如任何病原体。

## 开展班会的心得感悟篇七

随着社会的不断发展，毒品问题已经成为了一个全球性的问题，而青少年正是毒品的重要目标人群。因此，在当今社会中，开展禁毒教育显得尤为重要。为此，我们班级开展了一场主题班会，旨在让同学们了解毒品的危害性、提高大家禁毒意识。在这次主题班会中，我不仅对毒品有了更深刻的认识，更体会到了禁毒的重要性。

### 一、开篇引出

本次班会由班主任主持，首先向我们展示了一组数据：2019年，全国吸毒人员达到了250万人，其中青少年吸毒人数占比

最高。这些数据深深地震撼了我，同时也让我明白了毒品对青少年产生的巨大威胁。

## 二、毒品的危害性

接下来，班主任向我们介绍了各种种类的毒品以及它们的危害性。其中，与我最为耳熟能详的应是冰毒和海洛因。据班主任介绍，这两种毒品都是剧毒物品，一旦吸食，就会直接对人体造成损害，有可能导致身体器官的衰竭甚至死亡。吸毒不仅会损害我们自己的身体，还会对我们的家庭和社会造成冲击。这些危害性质将伴随我们的一生，所以珍惜生命，拒绝毒品才是明智的做法。

## 三、拒绝毒品的重要性

我们学生时代的思维还处在塑造中，对待毒品，我们需要有强烈的拒绝心理。在班会中，我们班主任曾把禁毒打成了孝道，讲述了吸毒后家庭的痛苦与破碎。从中，我明白了要珍惜自己的汗水与努力，更要珍惜家庭的良苦用心。

## 四、在生活中学会防范

班会中，班主任告诉我们如何预防毒品的侵袭。首先，我们需要从自身出发，建立正确的价值观，自身有了坚定的观念，就容易避免自己走进迷雾。其次，要保持心态稳定，需要时刻注意身边的人和环境，避免意外的不安定因素。同时，加强沟通、交流，寻找更健康的生活方式，可以更好地避免参与不良行为，让我们的生活更加充实和美好。

## 五、结语

这场班会虽然只是短短的一节课，但却让我认识到了毒品的危害和拒绝毒品的重要性。中学生时期，年龄比较小，没有独立思考成熟的能力，需要借鉴家长和老师的经验和智慧，

才能够更加健康地成长。我们应该时刻感恩身边人的呵护与关注，珍惜自己的青春和人生，坚定信念，拒绝毒品，让我们的未来更加美好。