

# 2023年参观禁毒展馆心得体会 禁毒心得体会总结(实用9篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么我们写心得体会要注意的内容有什么呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看看吧。

## 参观禁毒展馆心得体会篇一

一、加强领导，制定工作计划。

区总工会高度重视，深刻领会开展禁毒防治工作的重要性和必要性，成立了区总工会禁毒工作领导小组，由主席黄莉同志任组长，副主席曾敏任副组长，各科室成员任成员，综合科负责禁毒宣传教育活动的组织协调和实施，并制定了禁毒宣传教育工作计划，透过“送法进工地”“送法进企业”等法制宣传专题活动开展禁毒宣传教育，确保该项工作落实到位，取得实效。

二、健全机制，广泛动员宣传。

宣传、教育、动员是禁毒工作的重中之重。禁毒深入人心，为了做到使禁绝毒品家喻户晓，人人远离毒品，区总工会大力进行禁毒宣传工作，全面提高了人民群众的知毒、恨毒、防毒、拒毒、禁毒意识。

1、6月10日，区总工会组织志愿者到\_体育中心开展“送法进工地”活动，进行了以“珍爱生命、拒绝毒品”为主题的禁毒集中宣传。透过发放禁毒宣传资料，开展禁毒咨询的方式，让广大农民工深刻地认识到“毒品”这一社会公害给个人、家庭、社会带来的危害。

2、6月26日，\_区总工会在攀成钢体育馆“2016年成都市就业巡回服务活动暨\_区企业大型招聘会”现场开展禁毒宣传活动，现场为群众带给法律咨询和毒品有关知识，并透过放置禁毒展板、发放宣传资料等方式，向广大群众介绍毒品的危害和禁毒知识教育群众自觉增强识毒、防毒、拒毒意识，号召大家从自身做起，珍惜生命，远离毒品。活动共张发放各类宣传资料1000余份，活动得到了广大群众的一致好评，切实提高了群众抵御毒品的意识，让青少年知晓了毒品的危害和禁毒知识，更清楚地了解毒品对个人、家庭以及社会带来巨大危害。

3、11月12日，区总工会组织志愿者到\_区人和乡开展“走基层”文化惠民暨\_区“三下乡”集中示范活动。向广大农民工群众等发放禁毒宣传资料300余份，深入开展禁毒宣传活动，大力加强对干部职工和农民工的禁毒宣传教育，透过发放禁毒宣传资料等形式，确保每一名干部职工和农民工都受到禁毒教育。

4、11月16日，区总工会组织志愿者到\_区福洪镇开展“走基层”文化惠民暨\_区“三下乡”集中示范活动。区总工会组织人员设置宣传点以“珍爱生命、拒绝毒品”为主题，现场发放了《禁毒法》防艾宣传资料400余份，深受广大群众欢迎。

5、11月25日，区总工会组织志愿者到\_区福洪镇开展“走基层”文化惠民暨\_区“三下乡”集中示范活动。区总工会组织工会干部和志愿者走上街头、深入社区，广泛开展形式多样、群众喜闻乐见的禁毒宣传活动，进一步增强宣传效果。让广大职工群众更深刻地认识到“毒品”这一社会公害给个人、家庭、社会带来的危害，提高对毒品危害的认识，增强珍爱生命，远离毒品的意识。同时，动员每一个人自觉从我做起，从家庭做起，从所在社区做起，为携手共建祥和完美的家园贡献自己的一份力量。

6、透过张贴标语、滚动显示屏、网络、微博宣传、道德讲堂

巡讲等形式，以及开展文化、科技、法律、卫生“四下乡”活动，在广大职工中广泛开展了禁毒知识宣传教育活动。深入企业、学校发放《禁毒法》防艾宣传资料2000余份，用心倡导广大职工树立健康、礼貌、科学的生活方式，建立平等友爱、和谐互助的家庭、净化了社会风气，陶冶了情操，丰富了广大职工的精神生活，做到禁毒教育深入人心，拒绝毒品意识家喻户晓，努力营造禁毒宣传教育氛围。

禁毒工作是一项长期而艰巨的任务，我们将在市总和区禁毒委的坚强领导下把禁毒宣传教育工作长抓不懈，为进一步深化和加强全面禁毒，促进社会和谐稳定做出用心贡献。

## 参观禁毒展馆心得体会篇二

禁毒是一项系统工程，需要在党委领导下，各职能部门进行综合治理，才能收到较为理想的效果。以下本站小编为你带来禁毒活动心得体会，希望你有所帮助！

艾滋病预防教育，使大家远离毒品、艾滋病，拒绝毒品，向毒品说“不”，真正实现‘‘师生不吸毒，校园无毒品’’的远大目标。并利用学生向社会、家庭宣传远离毒品、艾滋病工作。

“四个意识”是：

一是积极参与各种形式的宣传教育活动，认清毒品及其危害。呼呼吸毒者自爱自重，也呼吁社会对戒毒人员多一份宽容，多一份关爱，多一份支持。毒品的危害罄竹难书！二是让大家明白毒品具有生理和心理的双重依赖性。牢固树立“一日吸毒，十年戒毒，终生想毒”。毒品是一条恶魔之蛇。它可以毁灭一个家庭，毁灭人类；能把人变成一头畜牲！还有毒品是一条看不见的铁链，把你像狗一样拴起来，让你活得没自尊，没人性。千万别碰。三是积极学习有关法律知教育，树

立“吸毒违法，贩毒犯罪”的意识。四是积极开展珍爱生命的教育，懂得生命属于你的父母、亲人、国家和社会，只有一次，是极其珍贵的。

“四道防线”是：

一是心理防线。养成良好的心理品质，把握好奇心，避免空虚无聊，不要以吸毒为时髦等错误认识，抵抗毒品的诱惑。二是行为防线。养成良好的生活习惯，不进歌舞厅、游戏厅、酒吧等地方。三是思想防线。树立正确的人生观、价值观、审美观、努力学习，正确把握自己的行动与交友，以免走上歧途、误入毒海。四是风俗防线禁毒教育心得体会14篇禁毒教育心得体会14篇。相信科学，有病就医，不要以伤风感冒，吸两口海洛因就能治病。有了艾滋病，不要以毕摩治疗，并要注意家人的防范，避免传染。

为了抓好全民禁毒工作，中央和地方有关部门近些年来开展了各种各样的群众性进毒活动，如创建“无毒社区”、“不让毒品进我家”、“禁毒志愿者行动”等等。我们应该积极参加。

现在，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可以更幸福，他可以有美好的未来。是毒品，让他失去了一切美好的事物，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禁毒教育心得体会14篇心得体会。

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希望。如果想让自己变得快乐，不能用毒品来麻痹自己，而是应该去努力拼搏，奋斗，以此来获得快乐、满足，这样的人生才是有意义、有价值的。

珍爱生命，远离毒品!这不仅是一句口号，更是我们应该做到的。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，为了民族的希望，请远离毒品。

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，多少个令人心痛的悲剧，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：毒品不可以沾，毒品不可以沾呀!看，哪一个有一个悲剧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悲剧之后，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，让悲剧不再重演，让我们的生命绽放绚丽的光芒。

## 参观禁毒展馆心得体会篇三

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表明，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吸毒侵害的“高危人群”。

至于如何搞好学校禁毒教育，我认为：

一、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吸毒预防教育活动。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。

二、加强教育，增强青少年拒毒防毒能力。

1、大力宣传，营造良好的禁毒氛围。少先队可以充分利用广播、宣传栏、手抄报、主题班队会、演讲、征文等形式宣传吸毒的种类、性能、危害以及远离吸毒的方法和知识，使100%的学生都能深刻认识吸毒犯罪的社会危害性，自觉抵制、远离吸毒，从而自觉增强防毒的意识和决心。

2、抓好“国际禁毒日”宣传。每年6月26日的“国际禁毒日”，要充分运用各种方法宣传禁毒法律法规知识，揭露吸毒的危害。

3、请局负责禁毒教育的警官到学校做报告，以案例分析的形式让学生了解吸毒的危害，提高自我保护能力。

## 参观禁毒展馆心得体会篇四

下面是小编整理的关于禁毒知识心得体会范文。欢迎阅读。

毒品的对人类的危害是十分可怕的。

大家可能听说过鸦片战争吧。

一些不安好心的外国人，把大量的鸦片运进了中国，并在中国大肆销售，将当时的中国由一个具有相当国力的国家变成一个谁都可以欺负的国家。

当时官员抽鸦片，无心问政；老百姓抽鸦片，没有钱就卖儿卖女。

整个中国，民不聊生，死气沉沉。

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。

至今，我国青少年吸毒的人数在吸毒总人数中比例达85.1%。

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”。

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。

今天，毒品还在危害着人类。

毒品已成现今困扰社会生活最大的祸患，多少人因此失去了学习的机会、丧失了工作能力，背弃了家人与朋友，甚至失去了活在世上的勇气，更为严重的是有人就因这小小的药丸献上了年轻的生命！

北京市某中学生何某从小到大在班上一一直是第一名。

然而班上转来了一位新同学，成绩优秀，“威胁”了他第一名的地位，于是他自尊心受挫。

在期末考试时，他孤注一掷，采取作弊的方式，结果名誉扫地，检讨、处分接踵而来。

由于无法承受和面对这一切，他逃遁在毒品的虚幻梦境中，又演绎了一幕一失足成千古恨的悲剧！现实中，青少年吸毒已成为一个触目惊心的严重问题。

请大家仔细地想想，这样做值吗？不值。

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！

“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！亲爱的同学们，我们是祖国的未来，民族的希望，让我们行动起来，“爱惜生命，远离毒品”，让我们的青春更健康、更亮丽，这是时代和社会赋予我们的责任。

同学们：为了我们能够健康地成长，为了不让更多的亲人受伤，让我们勇敢地携起手来，抵制毒品，参与禁毒。

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表明，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：一是怕学生知道毒品。



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。

我认为应该加强教育，增强青少年拒毒防毒能力。

具体做法如下：

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、少先队可以充分利用广播、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。

(2) 加强法制宣传教育。

学校的法制教育可分为两个层次，第一个层次，即从生活知识、生活规则、生活礼节这样一些初级生活准则的教育入手，来培养青少年的法律意识的基矗这也是青少年自我防范的最重要的第一步。

青少年吸毒犯罪，并非都是有意藐视法律，而主要是缺乏生活准则的修养，不能对自己的行为做出合乎生活准则的判

断。

第二层次，是加强青少年生活准则和社会公共道德的修养的教育。

这是增强青少年法律意识的关键，也是青少年自我防范的一道最直接的屏障。

许多青少年在这方面的修养，大大低于他们的文化知识水平。

如果我们的学生不懂得和不遵守社会生活准则，没有和缺乏社会的公德修养，就会在客观行为上出现偏差。

学校将通过思想政治课中的法制教育、法律知识竞赛、通过请区公安分局负责禁毒教育的警官到学校做报告，以案例分析的形式让学生了解毒品的危害等形式增强学生的法制意识，提高自我保护能力。

以自我互动教育、体验教育、亲子双向教育、集中授课等形式，帮助青少年在实践中掌握法律知识，在体验中增强法制观念。

如果条件允许可以通过建立法律服务设施，开展经常性的法律咨询，为青少年提供及时有效的法律服务。

2、充分发挥课堂教学的主渠道作用，不断增强中小學生毒品预防教育的科学性、针对性和实效性。

针对不同年龄段青少年的不同特点，开展有所侧重、分层次的禁毒教育活动，使学生了解毒品的危害、预防毒品的基本知识及禁毒政策与法律法规，掌握拒绝毒品的方法与技能，养成健康、文明的生活方式。

坚持从小抓，重在防，确立“珍爱生命，远离毒品”的意识。

在普遍开展毒品预防教育的同时，把四五六年级学生作为毒品预防主题教育的重点。

结合实际，采取切实有效措施，不断探索适合于他们生理特点的教育方式和方法。

以典型带动全局，并运用解剖麻雀的方法，不断探求规律特点，推动学校毒品预防教育工作。

### 3、加强心理健康教育。

心理健康教育不但能帮助少数学生解决心理问题，而且能提高学生的心理健康水平，培养学生的健康人格。

学校心理辅导老师、卫生老师结合“青春期专题讲座”等形式，分析吸毒对青少年的身心影响，在全校范围内进行毒品预防宣传教育活动。

例如可以介绍“什么是毒品？”、“日益严重的毒品问题”、“吸毒的危害”等从医学角度，生理学角度使学生们认识到与“吸毒、贩毒”这一触犯刑律的错误行为作斗争是我们每一个青少年学生的责任和义务。

### 4、开展丰富多彩的文化体育活动。

用积极健康的文化熏陶青少年，丰富青少年的精神生活，使青少年珍爱生命，远离毒品。

精心选择、积极推荐一批适合青少年的优秀文化读物、影视作品、歌曲等，作为青少年健康成长的精神食粮。

开展“读一本好书”、“写一篇心得”、“讲一个好故事”、“看一部好电影”、“唱一首好歌曲”等活动，有计划、有主题地组织青少年开展健康有益的科技、文化、艺术活动。

开展“青少年暑期禁毒自护教育”活动，向青少年普及拒毒、防毒知识，教育他们自觉远离毒品，提高青少年自我保护意识和能力，增强青少年对毒品的免疫力。

培养青少年健康的业余爱好，通过广泛的禁毒宣传教育，形成强大的社会舆论与社会压力，以营造一个有利于禁毒的社会文化氛围。

尤其在每年6月26日的“国际禁毒日”，要充分运用校刊、广播网、宣传栏等来宣传禁毒法律法规知识，揭露毒品的危害，树立“珍爱生命，远离毒品”的自我保护意识。

教师学习禁毒心得体会参加完网上禁毒培训以后，我对毒品的危害有了更深的认识。

许多人因为无知、好奇、冲动、叛逆、天真、自负……被死神缠绕着，最终倒在死神面前，这究竟是因为什么？难道，他们被毒品吸引了吗？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。

然而，青少年正是长身体，长知识的时期，他们是祖国未来的花朵。

毒品这个大恶魔头正无时无刻地危害着这些充满希望的年轻的生命。

难道我们就不应该拒绝毒品，珍重生命吗？况且，毒品还正在残暴地销蚀着人的灵魂，人们一旦染上了毒品，精神就会开始堕落，吸毒次数越多，毒瘾越大，精神就堕落越深。

人生仅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责任，所以它绝不仅仅是你一个人的。

它承受不起任何不负责任的冒险，所以请珍惜你的生命——为自己，也为所有人——永远拒绝毒品！

### 禁毒知识心得体会【3】

近日，通过观看有关“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。

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的一代，这个大恶魔头正无时无刻地危害着那些充满希望的年轻的生命。

难道我们就不应该拒绝毒品，珍惜生命吗？

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，我们就应该谨慎地防备它，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，就一定能把“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。

- 1.禁毒知识竞赛方案
- 2.禁毒知识观后感
- 3.禁毒知识读后感
- 4.禁毒知识的读后感
- 5.禁毒心得体会-心得体会
- 6.禁毒心得体会300字
- 7.禁毒心得体会500字
- 8.初中禁毒教育心得体会

## 参观禁毒展馆心得体会篇五

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！

## 参观禁毒展馆心得体会篇六

吸毒对人体是有损害的，随着吸毒时间的增长，人体的各器官会逐渐发生病变，导致功能衰竭，甚至完全丧失功能，直至生命终结。而且，由于免疫力遭到吸毒的破坏，吸毒者极易感染肝炎、败血症及艾滋病等各种疾病，有资料表明，吸毒是艾滋病的主要传播途径之一。

吸毒的家庭带来危害，吸毒者所需的高额投资，往往会使全家的积蓄迅速耗光，变得一贫如洗，这必然导致家庭失和。并最终造成家庭破裂，甚至残害家庭成员，事实证明：吸毒已经并正在吞噬着许多美满幸福的家庭。

因此，为了防毒，我们必须要有健康的心理防线，要谨慎交友，要警惕毒贩的引诱。在漫长的人生道路上可能充满困难加挫折，我们要勇于面对，把战胜困难和挫折的经历当做宝贵的人生财富，而不能遇到困难就动摇，用吸毒麻醉自己。

交友不慎是青少年误入吸毒歧途的主要原因，我们应该拒绝有吸烟、喝酒、吸毒等不良习惯的朋友，让自己远离吸毒的侵害，如发现亲人、好友中有吸、贩毒的人，一要劝阻、二要远离、三要报告机关。毒贩子往往以熟人、朋友、甚至亲戚等面目出现，他们会以免费尝试及鼓吹吸毒可以减肥、治病的种种手段来诈骗青少年上当，所以我们要拒绝各种诱惑，远离吸毒。

## 参观禁毒展馆心得体会篇七

毒品，是每个人都不敢靠近的一种东西，因为人们都知道，一旦靠近了它，就不能再舍它而去，会对它上瘾，所以有许多人都畏惧地躲开。但有些人会对毒品感到好奇，这种好奇心促使他们坠入深渊。只要一旦染上了毒品，就无法自拔！

毒品分很多种类：有海洛因、白粉、摇头丸、冰毒等，这些



都能危害人们的身体健康，甚至还危害其家人，导致严重的后果，这也给社会带来不安。

我曾看过这样一篇报道：有一名16岁的女孩子，因和爸妈呕气而离家出走，在附近的一家歌舞厅里疯狂地喝酒，在这时，一名男子递给了她一杯酒，说：“尝尝我这个，我这个比你那酒喝下去更刺激。”那女孩听完后，也没有什么戒备地喝了下去。喝完后她感到很兴奋，随着音乐的劲爆，她走进舞池，疯狂地甩着自己的头。她并不知道这是毒品摇头丸起的作用，而后她的头在音乐下一直摇下去。随后的一段时间里，她就恋上了这个舞厅，看到那个不认识的男子递给她那杯酒时，就跟看到了荒漠里的一滴水。她也曾想不去喝那杯酒，可她控制不了自己，极力地想喝那杯酒。后来，她的父母发现了她的异常，送她去医院才知道，原来自己的女儿染上了毒品，他们只好眼里含着泪把她送进了戒毒所。

看完了这个故事，让我懂得了毒品的危害性，它并不有利于我们自己的身体健康，只会对我们造成伤害，所以我们要远离毒品。

随着社会的发展，科学的不断进步，贩卖毒品及生产毒品的人也越来越多，导致更多的人接触到毒品。而我国刑警在毒品这一方面也取得了较好的成绩。但是犯罪分子的猖獗，使得我国刑警在打击毒品方面还应加快脚步，严惩这些犯罪分子。

对于毒品，我们不应畏惧，要勇于面对，让我们用法律武器来打击毒品，让我们的社会更加和谐，更加安定和美好！

## **参观禁毒展馆心得体会篇八**

修山镇中心幼儿园 张娟娟

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，多少个支离破碎的家庭，多少个沦为犯罪的青年，多少个令人心痛的悲剧，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。100多年前的英吉利人，带着贪婪的欲望，用鸦片敲开了中国的大门，继而发动了两次鸦片战争，曾经以五千年文明而自豪的中华民族，解开了中国近代史上屈辱的一页。

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%。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表明，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”。

至今，我国青少年吸毒的人数在吸毒总人数中比例达85.1%。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。

禁毒，是每一位学生应尽的责任！做为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。

人的生命是无价的，也是脆弱的。它承载着你的亲人，朋友

和整个社会赋予你的责任，所以它绝不仅仅是你一个人的。它承受不起任何不负责任的冒险，所以请珍惜你的生命——为自己，也为所有人——永远拒绝毒品！

## 参观禁毒展馆心得体会篇九

谁能想到，姹紫嫣红的罂粟花背后，竟是一幕幕悲剧，一个个美好幸福家庭的破灭呢？作为祖国未来的一份子，拒绝毒品，从我做起！

众所周知，吸毒使人堕落，会严重损坏自己的身体，严重者甚至猝死。吸毒也会扭曲自己的人格，犹如行尸走肉。在毒品的作用下，吸毒者根本无法正常生活，一旦毒瘾发作，仿佛万箭穿心，因忍受不了毒瘾这种非人般的折磨，自残的事情时有发生，并易感染上艾滋病的交叉感染。

对于家庭而言，一个人的吸毒，就是给了这个家一次毁灭性的打击，吸毒导致倾家荡产，家破人亡，为了吸毒，不惜干出丧尽天良的事。

八十年代中期，张某凭着自己殷实的家底和家住县城的优势，在县城老工业品市场做起了生意，九十年代初，他已有了四间店铺，上百万的资产，成了当地的富翁。这时，由于他生意上的朋友越来越多，吃饭下馆子，休闲进舞厅已成家常便饭。当他看到自己的朋友常吸食白粉，他也好奇，便试着吸了一口，那种飘飘欲仙的感觉令他魂牵梦绕，此后，便一发不可收拾。六年间，他的四间门店已转让他人，百万家资也不复存在。面对张某的坠落，他的妻子不知道为此流了多少泪，跪下苦苦哀求了他多少回，挨过他的多少次打，只为张某的回头，可惜张某一意孤行，最后他的女儿也走上了不归路，他的妻子绝望了，与张某离了婚。当张某悔悟时，一切都晚了，女儿早已因吸毒过量而死，妻子也离他而去，一切事是人非了，他想悔过，可世界上没有“重来”。一个家庭如果有一个吸毒者，那么这个家就意味着注定从此与幸福绝

缘。现在，为了防止更多的人陷进毒品这个深不见底的黑洞，我提议让有关部门多在这方面进行宣传，增强人们拒毒防毒的意识。其次，也要严惩毒贩，切断毒源。同时，还要给予这些吸毒人员多一些关爱，不要因为他们之前的作为而拒绝与他们交往，他们虽然犯了错，但也是受害者。

俗话说得好，“一失足成千古恨”，青少年们有太多是因为好奇心和各种诱惑走上了吸毒这条不归路，却茫然不知自己的青春正与你在道别，美好的年华已越走越远。醒悟吧！那些被毒品攥在手心的人们，摆脱毒品这双万恶的手，站起来重新做人，毒海无边，回头是岸！

禁毒个人心得体会9