

# 社会实践报告目录内容 战疫社会实践报告心得体会(优秀8篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。

## 禁毒心得体会篇一

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识教育,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。

## 禁毒心得体会篇二

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，是人类必须看法的朋友，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！

心得体会禁毒3

## 禁毒心得体会篇三

早在100多年前，民族英雄林则徐满怀强烈的爱国热情和民族责任感，排除万难，虎门销烟，打响了中华民族反侵略和禁烟的第一炮。改革开放的今天，一些我们并不欢迎的东西也涌了进来，境内外毒贩里外勾结贩卖毒品，把魔爪伸向了未成年人，对社会、对学校、对家庭构成了极大威胁。据不完全统计，目前我国登记在册的100万人吸毒人口中，青少年占总数的74%，这一惊人的数字，让我们深深感到肩上担子的份量。而艾滋病又是当今世界危及生命，发展迅速、死亡率极高的传染病，目前尚无预防疫苗，又无有效治愈办法，预防艾滋病工作尤为重要。

学校是学生群体的学习生活场所，学生年轻，缺乏艾滋病预防知识，为此，我们把加强预防毒品和艾滋病保健工作视为重点，采取多种形式开展预防艾滋病健康教育活动。

为了进一步加强禁毒与预防艾滋病宣传教育工作，增强学生

的禁毒、预防艾滋病意识及自觉抵制不良习气的的能力，我把禁毒、预防艾滋病教育与思想教育相结合。

### 1、全面开展毒品宣传预防教育工作

我积极响应有关部门的号召，把“禁毒、防艾”教育列入教学工作计划，将“禁毒、防艾”教育与学生思想政治教育结合起来，与学生日常行为规范结合起来，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。

2、认真分析学生、学生家庭及所处的地理位置，青少年的身心尚未成熟，世界观、人生观尚未形成，可塑性强，也容易受环境的不良影响。“近朱者赤、近墨者黑”。就是对青少年来说的。青少年本身具有很强的模仿力，也有比较强的猎奇心理，有时髦心理，还有自我炫耀的心理，这些都是青少年的特点。

所以，青少年对毒品的预防意识十分薄弱，是一个易感高发人群。已经染毒的青少年，其中有很大一部分都是由于无知而引起的，如果说他事先就能知道毒品的严重危害性，那么他们染毒的可能性就会少得多。所以，了解到自己的身心特点，了解到自己的无知，就可以最大程度的减少染毒的可能性。青少年作为毒品预防教育的重点，我们国家党和政府以及有关部门想了许许多多的对策，也设定了许多的防线。未成年人都处在求学的年龄，所以从现实角度来说，预防未成年人染毒，家庭、学校和社会应该组成一个立体的、联合的防线。

### 3、加强宣传教育，增强学生预防毒品和艾滋病的意识

“禁毒、防艾”关键在于预防，预防关键在于教育。青少年之所以成为最易受到毒品侵害的“高危人群”，其主要的原因是缺乏对毒品的认识，缺乏对毒品危害性的了解，往往受到环境的影响，被居心不良者误导而走上不归路。我们针对

学生的心理、生理和认知特点，切实做好超前预防工作，让学生“识毒、明毒、拒毒”。

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青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：，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。其中最常见的有冰毒、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。

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



作上还存在着一些误区：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。

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。

毒，是一个无情的魔法师，掌握着你的命运，让你穷就穷，让你瘦就瘦，让你……请就此放下毒品吧！我们应该加大打击贩毒的人，大量销毁毒品，我们努力吧！从现在做起。

有人大量吸毒，导致倾家荡产，住在一间破破烂烂的房子里，他们不顾一切，大箱大箱地进毒。有人甚至从飞机上运毒过来，放到家中。过安检时，有人甚至把一袋毒放进肚子里，后来后把肚子切开，再把毒拿出来。

有些贩毒人为了自己的利益，以高价把毒品卖给别人。有些毒3克就可以让一个人死亡，而且晶莹剔透，味道像糖果，可是一克就上千元。

现在各个小区，到处都有禁毒的广告，毒不仅能让你家倾家荡产，一无所用，还会让你瘦骨如柴，毒轻则让你变成一个穷光蛋，重则让你抢劫。

现在的毒品品种繁多，买毒品的人也用越来越厉害的手段卖毒品：有在飞机上走私的；有在药店里销售的，因为那样可以把毒品和药混在一起；甚至还有把毒品藏在自己身体内的人……总之，他们是想尽了一切办法来卖毒品，实现自己的发财梦。

销售毒品的地方大多在酒吧□ktv□棋牌室等地方，这样的一些地方都有很多年轻人在玩乐，这也让那些卖毒品的人有机可乘。新闻里曾经讲过一个事件，有一个犯罪团伙，他们买了几大箱果粒橙冲剂，把所有的包装袋掏空，再往里面装上了k粉之类的粉末状的毒品，用专用的打码机和封口机封起来后，就和普通的果粒橙冲剂差不多了，看不出破绽。

“烟枪一支，打得妻离子散。”让我们禁毒吧，毒，只会越吸越想吸，最后无家可归。我希望现在的孩子们也不要为自己的发财梦去害别人。我希望同学们记住“珍爱生命，远离毒品”。

许多毒品的主要成分是吗啡，是从花里提炼出来的，如果用的好，就是一门非常好的中药，但大量的人都把它制成了毒品，许多毒品吸入几颗米的重量就会让人死亡，冰毒就是一个典型的例子。而且它价格昂贵，一般十克就要几百万人民币，是一个普通人花不起的。

现在，全国各地都有戒毒所，帮助那些心灵打不开的人做指导，走街串巷都能够有看见“珍爱生命，远离毒品”这一大字摆在人们面前，小区和门户都有招牌，告诉人们要不沾毒品，积极举报与毒品的危害，为那些吸毒的人做心理指导，我们也要加强防范之心，不要让家庭破裂的悲剧在我们周围有人发生。

毒品不仅会危害人的身体，还会侵害人的心理，一般吸毒的人都不是非常阳光，都是对生活没有信心的人干的事，所以在生活中一定要好好的，乐观的面对自己的生活，应该多与别人交流，这样才能乐观。

逃出吸毒的阴影，反对吸毒的人，真正做到不贩毒，不吸毒，更要做好“珍爱生命，远离毒品”。

购买毒品会让你倾家荡产，吸毒会让你瘦骨如柴，贩卖会让你受到法律的制裁！“毒品”是十分可怕的，请“珍爱生命，远离毒品”。毒品中有一个主要成分，叫“罌粟”，一年生或二年生草本植物，全株有有白粉，叶长圆形，边缘有缺刻。果实球形，未成熟时划破表皮，流出汁液，可制成鸦片。果壳入药，有阵痛、镇痛和止泻作用。

所以请大家“珍惜自己的生命，远离大家憎恨的毒品”，希望大家把这一句话当做自己“禁毒”的名言，时刻牢记在心。

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。

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。

我们一定不要只把“珍爱生命，远离毒品”挂在嘴边，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，在当前的大好形势下，努力去建设祖国，早日实现中华民族的伟大复兴。

## **禁毒心得体会篇四**

### **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。

## **禁毒心得体会篇五**

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！

近日，我校在派出所的大力支持和关注下，请来了一位警-察给我们详细地讲了一堂生动的禁毒课，让我们拥有了一本健康的宝书，正确地认识了吞噬着人类宝贵生命的魔头--毒品。

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。由件件的事例可见，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。

## 禁毒心得体会篇六

生命对于每个人只有一次，选择毒品就意味着选择了通向地狱之路。是生活当中的好奇与无知，让我们踏上了这条不归之路。每个孩子呱呱坠地的时候，父母都是喜笑颜开的。这样的结局，怎么能不让人痛惜！

是啊，他们因吸毒众叛亲离，被亲人和朋友抛弃，时常受到自身后悔内疚感的折磨；时常受到戒断症状的折磨；时时为如何获得下一次毒品而谋划和忧虑；时时忍受因吸毒引起并发症的痛苦。我们知道他们是痛苦的，所以我们要必须远离毒品，更要伸出援助之手，让我们的世界变的更加美好！

当我第一次看到戒毒员的那一瞬间，我彻底震惊了！为什么都是如花似玉的青春女孩？她们美丽而又纯洁，怎么会和毒品染

上关系?当我看到男戒毒员的时候,我的心忍不住的打颤!有的老老实实,有的像是个有知识有文化的人,有的像是个有钱有出息的人,有的像是不务正业的人,有的……太多的问题都出现在我脑海中!

势,有的是生活的压迫而放纵堕落,有的是……种种原因也让他们聚在一起,让他们感受人世间的沧桑!

国家有不可推脱的责任!国家确定了“四禁”并举,堵源截流,严格执法的方针。每年都加大了惩治力度,与国际社会积极配合,尽最大努力消除毒品!

我们是毒品的直接受害者啊!爱惜自己的生命就要知道毒品,杜绝毒品,远离毒品!及时的了解国家发布的禁毒信息,做好防范!毒品是人制造出来的,是人让毒品又死灰复燃,我们每个人都自觉预防和控制毒品,又怎么会给毒品可趁之机呢?青少年占吸毒人数的百分之八十,这是一个多么可怕的数字啊!我是祖国的未来啊,怎么能陷入毒品的旋涡?!那些可恶的毒贩子又怎么忍心摧残我们的青春啊?!社会的责任感在哪里?!

年轻的朋友们,从现在开始认清毒品的真面目吧!让我们手拉手,肩并肩,把毒品一网打尽!“生命诚可贵,爱情价更高。”为了自己的理想,为了我们的亲人和朋友,为了祖国的明天,勇往直前吧!

## **禁毒心得体会篇七**

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，毒品无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！