# 202\_年心得体会禁毒(模板15篇)

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2024-06-26

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。心得体会禁毒篇一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...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**心得体会禁毒篇一**

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!

**心得体会禁毒篇二**

近年来，随着社会快速发展和生活压力的增加，毒品问题也越来越突出。为了保护社会公众的身心健康，各国纷纷采取了禁毒政策。而在参与禁毒工作的过程中，我深深意识到禁毒不仅仅是一项政策，更是我们每个人的责任和使命。下面我将从多方面来谈谈我对禁毒工作的心得体会。

首先，禁毒工作需要全民参与。成功的禁毒工作不仅仅依赖于政府的政策和执法力度，更离不开全体公民的积极参与。例如，举报毒品犯罪活动是禁毒工作的重要一环，只有所有人都能够积极主动地进行举报，才能及时地发现和制止毒品犯罪的行为。此外，通过加强对毒品的宣传教育，提高公众的禁毒意识和科学知识，也是禁毒工作的重要一环。只有每个人都能够认识到毒品的危害，才能够自觉地抵制毒品，为禁毒工作做出自己的贡献。

其次，禁毒工作需要综合施策。毒品问题的解决是一个综合性的系统工程，不能仅靠一种手段或一个部门来解决。禁毒政策需要各个部门共同协作，形成合力。同时，也需要运用多种手段，综合施策。既要从源头上减少毒品的生产和流通，又要通过教育宣传、康复治疗等手段帮助吸毒者摆脱毒品的依赖。禁毒工作需要全方位的介入和配合，才能够取得实质性的成效。

再次，禁毒工作需要多方合作。禁毒工作不是一个国家或一个地区能够独立解决的问题，而是需要国际社会的共同努力。毒品问题是一个全球性的问题，各国应该加强合作，共同打击毒品犯罪。只有通过共同努力，才能够给毒品犯罪分子一个严密的防线，又能够提供一个更安全、和谐的社会环境给公众。

最后，禁毒工作需要长期坚持。毒品问题是一个长期存在的问题，禁毒工作不能一蹴而就。国家和社会需要以长远的眼光来看待禁毒工作，制定长期的禁毒战略和计划，并贯彻执行下去。同时，个人也要坚持自我保护和提高自身防范毒品的意识，不能麻痹大意。只有长期坚持，禁毒工作才能够取得持久的成效。

总之，禁毒工作对于一个国家和社会的发展至关重要。在参与禁毒工作的过程中，我深深体会到禁毒不仅仅是依靠政府的执法力度，更需要全民共同参与、综合施策、多方合作和长期坚持。只有通过我们每个人的共同努力，才能够为社会的繁荣和人民的幸福尽一份绵薄之力。让我们携手共进，共同努力，共创一个无毒的美好未来。

**心得体会禁毒篇三**

青少年正是长身材，长知识的时代，是祖国未来的花朵，吸毒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吸毒，珍新生命吗?况且，吸毒还正在残酷地销蚀着人的灵魂，人们一旦染上了吸毒，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，吸毒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，吸毒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。吸毒就是这魔鬼的化身。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。因为吸食吸毒者被吸毒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，拒绝吸毒。因此我们该做的很多，而且必须从小做起。然而认清吸毒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……也唯有将预防吸毒从意识转化为行动，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，才有可能做到远离吸毒而不受侵害。

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，到处贩卖吸毒的人，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--永远拒绝吸毒!

**心得体会禁毒篇四**

禁毒办是国家禁毒工作的官方机构，全面负责禁毒工作的协调、推进、管理和监督等工作。自禁毒工作开展以来，禁毒办始终积极推进禁毒工作，共同构建起国家禁毒工作的系统。在我参加工作的这些年里，我一直在禁毒办工作岗位上工作，深刻地感受到了禁毒办为禁毒事业做出的贡献。在这里，我将分享自己在禁毒办工作中的心得体会。

第二段：深刻认识毒品的危害。

从事禁毒工作的人员应该更加深刻地认识毒品的危害，把亲身经历到的案例当作一个警醒，时刻谨记不忘。在禁毒办工作中，我们深入贴近基层，掌握着毒品的实际情况。我们近距离接触执法中遇到的毒犯，听取他们最真实的生活，全方位感受到毒品的恶劣后果。因此，我们要有一个明确的目标：维护社会的稳定、保护人民的健康和安全。只有深入认识到毒品的危害，才能更好地开展禁毒行动。

第三段：积极开展禁毒宣传教育。

禁毒宣传教育是我们工作中的重要工作之一。通过整合各级各类媒体，我们积极开展禁毒宣传，传播禁毒理念，呼吁社会各界关注禁毒，提高公众对禁毒工作的认识度和意识。在工作中，我们结合实际情况，制定不同形式的宣传计划，如利用互联网开展在线禁毒知识问答、利用文艺作品和公益广告宣传禁毒理念、组织禁毒讲座和知识竞赛等活动。通过宣传教育，让更多的人了解禁毒工作，普及禁毒知识，增强公众抵御毒品的能力。

第四段：加大执法力度。

禁毒办作为禁毒工作的管理部门，必须加大执法力度，强化执法监督，确保执法的效果。在工作中，我们加强与公安机关、检察机关等相关机构的合作。定期举办警示教育活动，提高执法人员的警惕性和纪律性。积极开展反毒扫黑专项行动，打击毒品犯罪，加大力度打击制贩毒犯罪，保障社会安全。只有落实到实际行动中，我们才能取得更好的效果。

第五段：总结。

在禁毒办工作岗位上，我们经历了许多挫折和考验。但是，每一次成功的取缔，每一次成功的宣传，每一次成功的救治，都是我们不断前行的动力。工作中，我们更深刻地认识到，禁毒工作不是一个人能够完成的，需要全社会的共同参与。因此，我们要时刻紧绷弦，不断加强自身建设，不断开展创新的工作，以更高的热情和深度投入禁毒事业。只有这样，我们才有更多的希望去达到禁毒事业的新的高度。

**心得体会禁毒篇五**

毒品是一个困扰社会的严重问题，危害着人们的身心健康，威胁着社会的安全稳定。为了有效地打击毒品犯罪行为，提高人们的毒品防范意识，提倡健康的生活方式，各地方组织了禁毒会。近期，我参加了一场禁毒会，深受启发和教育。以下是我对禁毒会的心得体会。

首先，在禁毒会上，我意识到毒品是一个巨大的社会问题，对个人和家庭带来的伤害是无法估量的。通过会上的介绍和案例分析，我了解到毒品不仅会侵害一个人的身体健康，还会对行为、思维和情绪产生极大的负面影响。特别是对于年轻人来说，他们尚未形成正确的价值观和世界观，更容易受到毒品的腐蚀。在会上，我们还学习到毒品的分类和危害程度，从而更加明确地认识到禁毒的紧迫性和重要性。只有自觉抵制毒品，我们才能远离这个邪恶的诱惑，拥有一个健康的人生。

其次，在禁毒会上，我们了解了毒品防治工作的重要性和紧迫性。会上的专家通过多媒体讲解，向我们展示了毒品防治的一些有效手段和方法。特别是他们向我们介绍了毒品的运输、销售和使用的特点，以及相关的法律法规和处罚条例。这些知识不仅让我们加深了对毒品犯罪行为的认识，还让我们明白了自己是如何能够积极参与到禁毒工作中来的。我们不仅要加强毒品信息的收集和交流，还要积极宣传毒品防治的基本常识和技巧，提高人们的毒品自我保护意识和技能。只有这样，在我们的共同努力下，才能遏制毒品的蔓延，保护人民的身心健康。

此外，在禁毒会上，我们也了解到毒品防治工作是一个系统工程，需要全社会的共同参与。会上的专家向我们介绍了毒品防治的各个环节和各个方面，例如，在教育方面，要通过加强学校教育和家庭教育来提高人们的毒品防范意识；在社会宣传方面，要通过广告、电视、网络等媒体，向公众普及毒品的危害性和治理方法；在执法方面，要加强执法力度，打击毒品犯罪分子，维护社会的安全稳定。通过这些措施的综合运用，我们才能形成一个完整的毒品防治体系，使毒品在我国得到有效的控制和治理。

最后，在禁毒会上，我更加清楚地认识到禁毒工作的艰巨性和复杂性。禁毒工作不仅需要政府的有力领导和管理，还需要全社会的积极参与和支持。在会上，我们还触摸到了一线禁毒工作人员的奋斗和牺牲。他们在毒品防治工作中付出了巨大的汗水和努力，曾经受尽了危险和压力。他们是真正的战士，他们是值得我们尊敬的人。

总之，通过参加禁毒会，我深深地体会到毒品是一个巨大的社会问题，对人们的健康和社会的稳定带来了极大的威胁。针对这个困扰着我们社会的问题，禁毒工作已经展开了艰苦卓绝的努力。我们也应该加入到这个行动中来，积极参与到毒品防治工作中来。只有这样，在共同努力下，我们才能打赢这场保卫人民健康的战争，让我们的社会更加安全、健康、美好。

**心得体会禁毒篇六**

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。

新形式下如何加强电信保密的工作。保密的工作不仅是对一个国家、一个地区，而且对一个单位也是同样重要。目前，社会信息化、信息网络化迅猛发展;经济全球化、贸易自由化已成为不可抗拒的历史潮流，以经济、科技为主的综合国力竞争日益激烈，在这种严峻的形势下，我们电信行业对电信基础资料更得保密，任何个人不得擅自做主，为个人利益泄露用户资料。

必须牢固树立“四个意识”。“四个意识”是纲，“五条体会”是目，纲举则目张;“四个意识”是源，“五条体会”是流，源深则流广。下面是整理的关于202\_加强学习四个意识心得体会范文，希望对你有帮助!

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。

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。

文档为doc格式。

。

**心得体会禁毒篇七**

6月26日就是“国际禁毒日”，眼看这一日子越来越近，为了响应“珍爱生命，远离毒品”的号召，学校开展了一次以禁毒为主题的大型画展。昨天，在参观了画展以后，我对毒品有了更深的认识。

这次画展，我知道了毒品对社会的危害有多大。家庭中一旦出现了吸毒者，家便不成家了，吸毒者有毁灭自我的同时，也使家庭陷入家破人亡的境地。吸毒还会扰乱社会治安，毒品活动加剧诱发了吸毒者参加各种违法犯罪活动，给社会安定带来了巨大的威胁。吸毒还会带来强烈的身体依赖性和精神依赖性，给吸毒者带来无穷无尽的痛苦和煎熬。

青少年阶段是人生成长的关键时期，对生活充满热情和憧憬，渴望拥有五彩斑谰的生活。如果在这个时期沾上毒品，人生的悲剧就会从此开始。其实，我们青少年只要做到以下几条，就能有效地防止吸毒：第一，接受毒品基本知识知识和禁毒法律法规教育，了解毒品的危害。第二，树立正确的人生观，不轻信毒品能治病、解脱烦恼痛苦、给人带来快乐等各种花言巧语。第三，不结交吸毒、贩毒的人。第四，即使自己被引诱、欺骗吸毒一次，也要珍惜自己的生命，不再吸第二次、第三次。

这次画展，让我对禁毒知识有了更深刻的了解。我相信在美好的明天，不会再有因为没钱买毒品吸食而疯狂的人们，取而代之的是重新焕发出光彩的美丽人间!

**心得体会禁毒篇八**

第一段：引言（200字）。

近年来，毒品问题愈发严重，给社会带来了巨大的危害。作为一个普通公民，我积极参与禁毒运动，通过亲身经历、学习和观察，我意识到禁毒并非只是执法机关和政府的责任，每个普通人都应承担起维护自己和他人安全的责任。在禁毒的过程中，我不仅学到了许多知识和技巧，更加深了对于生活的珍惜和对家庭的关爱。

第二段：提高意识，警钟长鸣（300字）。

禁毒的前提是提高自我保护意识，了解毒品和毒品危害的真实情况。我参加了一些公益活动，通过与禁毒专家的交流和讲座，了解到毒品以及吸毒的危害。我从人们的亲身经历中感受到他们在毒品的“魔爪”下失去了家庭，失去了人性，失去了一切，这让我对毒品产生了强烈的恐惧和厌恶之情。我决定将这份恐惧和厌恶转化为行动，积极向亲朋好友宣传禁毒知识，使他们提高警惕，远离毒品的诱惑。

第三段：从自身做起，居安思危（300字）。

禁毒心得体会告诉我，禁毒是从自身做起的。为了更好地履行自己的责任，我开始从自身改变，时刻警惕周围的诱惑。我拒绝参加那些可能涉毒的场合，如一些夜店和酒吧，以免受到影响。此外，我还定期进行体检，保持身体健康，以增强自身免疫能力，拒绝吸毒的诱惑。此举不仅是为了自己的健康着想，更是为了家人的安宁，为了身边的每一个人。

第四段：合理宣传，共建禁毒社区（300字）。

禁毒工作需要社区的全面参与与支持。我在社区中组织了一些禁毒宣传活动，如制作宣传栏、开展讲座、举办禁毒主题派对等等，引导更多的人加入禁毒行列。通过这些活动，我发现禁毒的力量是巨大而又源源不断的。社区的共同努力可以营造一个无毒的环境，保护每一个家庭和每一个孩子。禁毒需要大家共同行动，相互监督，加强与教育机构、社会团体、媒体等各界合作，形成合力，共同打击毒品犯罪。

第五段：感悟与展望（300字）。

在禁毒的过程中，我明白了禁毒不是一蹴而就的事情，需要长期坚持，需要实施更加全面的措施。我希望我们的政府能够加大禁毒力度，加强对禁毒工作的研究和投入，在教育、宣传、防控等方面采取更有效的手段，让每一个人都了解毒品危害，自觉拒绝毒品。同时，我们也要关注毒品产业链背后的问题，打击制贩毒品的犯罪分子，摧毁毒品的源头。只有全社会的共同努力，才能真正做到禁毒无小事，不禁毒者无小过。

总结（100字）。

通过参与禁毒运动，我深刻领悟到禁毒不是一项独立的工作，而是一种思想觉醒，一种社会共识。禁毒需要每个人从自身做起，提高意识，居安思危。同时，社区的支持与合作也至关重要，共同营造一个无毒的环境。通过共同努力，我们可以实现一个健康、和谐、稳定的社会。禁毒是一个长期而复杂的过程，我们应该坚定信心，持续努力，为禁毒事业贡献自己的力量。

**心得体会禁毒篇九**

在当代社会，毒品问题已经成为一个全球性的社会问题。作为一名大学生，我对毒品问题有着更深刻的认识，并选择了禁毒学作为我的选修课程。通过学习禁毒学，我不仅对毒品问题有了更全面的了解，而且在个人生活中也有了一些感悟和体会。

第二段：了解毒品问题的原因。

首先，在禁毒学的学习过程中，我了解到毒品问题的产生与社会因素、个人心理等多方面因素密切相关。社会因素主要包括贫困、失业、社会不平等等，而个人心理因素则包括缺乏自我调节的能力、追求刺激、逃避现实等。通过了解这些因素，我对毒品问题产生的原因有了更深入的认识。这也让我明白，要解决毒品问题并非单一的治标方法能够解决，而是需要从社会、个人等多个层面去入手。

第三段：毒品的危害与防范。

接着，在学习禁毒学的过程中，我对毒品的危害有了更全面的认识，并学习到了一些防范毒品的方法。毒品的危害不仅仅体现在身体上，更重要的是对心理和社会的影响。毒品不仅给个体带来身体上的伤害，还会导致家庭破裂、社会关系紊乱等问题。因此，防范毒品必须从多个方面进行，包括家庭教育、学校宣传和社会监管等。我认识到，作为一名学生，我应该积极参与到毒品防范的工作中，用自己的行动传播正确的禁毒观念，为社会的禁毒工作贡献自己的力量。

第四段：毒品问题对个人的思考。

除了对毒品问题本身有了更深刻的认识外，禁毒学的学习也让我更加思考自己在这个社会中的责任和角色。作为一名大学生，我深知自己是社会的希望和未来，应该以积极的态度面对毒品问题并传播正确的禁毒观念。毒品问题的解决需要全社会的共同努力，而大学生更应该主动肩负起自己的责任，积极参与到禁毒工作中去。只有通过个人的努力，紧紧抓住毒品问题的根源，才能从根本上预防和杜绝毒品的滋生。

第五段：结论。

通过学习禁毒学，我对毒品问题有了更深刻的了解，并对个人在禁毒工作中的角色和责任有了清晰的认识。毒品问题是一个复杂而严重的社会问题，解决毒品问题需要全社会的共同努力，尤其是大学生应该积极参与到禁毒工作中去。只有通过个人的行动，传播正确的禁毒观念，才能为社会的禁毒工作贡献自己的力量，让我们的社会更加清朗，让每一个人都远离毒品的危害。

**心得体会禁毒篇十**

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。为此谈谈对禁毒的心得与体会。本文是禁毒的。

心得体会。

欢迎阅读。

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!

我们班今次的团日活动是到海珠区的大塘进行禁毒活动的宣传，我觉得今次活动真的是很有意义。

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，大家知道，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，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的了联系，得到了他们的大力支持和帮助，为我们活动的顺利展开提供了便利。

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，纷纷表示通过看这些图片，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，并表示自己一定会远离毒品，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，特别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。

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。

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。

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。

摇头丸的成本仅仅是3元一颗，但那些无良的奸商把一颗摇头丸的价钱提高到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。

共

4

页，当前第。

1

页

1

2

3

4

。

**心得体会禁毒篇十一**

毒品像幽灵，它荡过乡村，掠过城市，挥舞着罪恶的魔爪，留下数不清的罪行，它的肆虐，威胁社会稳定，影响经济发展的社会进步;危害人民群众，特别是广大青少年的身心健康，青少年是祖国的未来，民族的希望，让我们增强识毒、防毒和拒毒意识，积极参与拒毒的行动中来。

如果把毒品比作猛虎，那么它最容易下手的就是青少年;如果把毒品比作瘟疫，那么最容易感染的也是青少年。毒品的蔓延正在危害青少年的健康成长，为了有效防犯毒品的侵害，让我们睁开“火眼金晴”，从认识毒品开始，揭开毒品诡异的面纱。

毒品主要有海洛因、冰毒、鸦片、摇头丸、吗啡等，它们祸害无穷。吸毒者不仅是在毁灭自己，还在祸及家庭，危害整个社会。首先，吸毒者是在毁灭自己，不同的毒品摄入体内，都有各种毒副反应及戒断症状，对身体造成的严重损害，吸毒过量，甚至会使人死亡。此外，由于毒品对消化系统，心血管系统及免疫系统都有严重的影响，吸食毒品可导致多种并发症的发生。

毒品在对人的身体造成巨大损失的同时，还会使吸毒者产生生理依赖与心理依赖性，成为毒品的奴隶。他们的生活唯一目标就是想方设法获得毒品，为此，丢掉工作，丧失生活的兴趣与能力。长期吸毒者，往往精神萎靡，形影枯槁，人不像人，鬼不像鬼。吸毒成瘾后，吸毒者往往变得十分自私而不诚实。性格变得烦燥易怒，他们淡漠了对亲人的关心体贴，淡漠了对家庭和对子女的责任，往往导致幸福美满的家庭最终破裂。生活在吸毒家庭的孩子，因缺少家庭关爱，常伴有不健康的心理。行动上具有攻击性和反抗性，往往容易走上违法犯罪的道路，再次吸毒危害社会，导致吸毒者丧失基本的劳动能力，从而影响社会生产，造成社会财富的巨大损失和浪费。

初中阶段是人生成长的关键时期，同学们对生活充满了热情和憧憬，渴望拥有五彩斑斓的生活和精彩的人生。但是，如果在这个关键时刻，你尝试了毒品，染上毒瘾，你的人生悲剧就会从此开始。面对毒瘾的袭来，广大青少年应该牢固构筑拒毒的心理防线，提高警惕，坚决对毒品说“不”。

为了远离毒品，青少年必须克服盲目从众的心理，坚决抵制不良诱惑。毒贩离不开吸毒者，没有人吸毒，毒贩就无法通过吸毒获得巨额利润。他们把目光投向青少年，就是利用青少年思想单纯，好奇心强及好寻求刺激等特点，诱惑青少年上当受骗，其次要正确对待困难和挫折，不能用毒品麻醉自己，不能借用毒品来解脱苦闷，千万要警惕别人利用毒品对你进行安慰和引诱，要相信，困难和挫折只是暂时的，如果以坚定的意志去战胜它们，你注会获得人生的宝贵财富。最后，要谨慎交友，克服逆反和从众心理。随着年龄的增长，青少年的独立意识在逐渐增强，同伴朋友间的相互影响日益加强，容易受到同伴不良行为的影响，产生从众心理。因此我们在交友时，一定要谨防“瘾君子”，更不要在从众心理和逆反心理的支配下，沾染毒品。

禁毒是一项长期而艰巨的斗争，任重而道远，全社会人人有责。加强禁毒教育，增强禁毒意识，应从现在做起，从我做起。面对美好的生命，面对邪恶的毒品，让我们携起手来，共同唱响“珍爱生命，拒绝毒品”的主旋律，构筑严密的拒毒防线，开展有效的禁毒斗争，构建和谐美好的社会。

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”。

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毒品预防教育活动。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毒品的种类性能危害以及远离毒品的方法和知识，使100%的学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，揭露毒品的危害。

3、请公安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，提高自我保护能力。

共

2

页，当前第。

2

页

1

2

。

**心得体会禁毒篇十二**

毒品、艾滋病、暴力犯罪像瘟疫一样成为当代社会的‘‘国际公害”。12月1日是世界艾滋病日，6月26日是国际禁毒日。我校于三月中旬参加了中国-默沙东艾滋病合作项目的教育教学活动。本人也有幸成为其中一名宣传教师，现就一些教学中所得心得体会总结如下。

国家领导人曾强调计算机要从娃娃抓起，足球等体育项目也要从娃娃抓起。我认为禁毒防艾正如生活读本所提倡的一样从青少年抓起。而凉山州是毒品、艾滋病的重灾区，青少年是从儿童期到成人期的过度时期。虽然在生理上趋于成熟，但在心理和社会方面尚处在发展之中。他们充满好奇，喜欢新鲜事物，甚至与艾滋病病毒感染有密切相关的吸毒和不安全性行为。另外，由于特殊的风俗习惯和落后的思想意识，以及艾滋病、性病相关知识的缺乏，很多青少年并未意识到危险就在身边，使青少年有可能成为艾滋病的牺牲品。

这次凉山州教育局组织编写的《中学生禁毒防艾生活技能教育读本》。结合青少年身心发育的特点，针对中学生生活中可能遇到的情景和凉山州中学的实际需要，教给了学生艾滋病预防知识、选择正确的生活技能、与人的正确相处、寻求别人对自己的帮助、以及自己如何帮助别人、认识青春期、树立正确的人生之路。提高了自我保护意识和抵御毒品及艾滋病侵袭的能力，对他们的身心发育和健康很有益处。当然，由于我们布拖县所处的特殊环境，在教学上有难度，但也有鲜活的案例。

我校在初中三个年级普通班、职业班中开设了每周一节的禁毒防艾教育活动，通过读本知识、宣传板报、红领巾广播站、知识竞赛、演讲比赛、文艺表演。目的是积极开展毒品、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。呼吁吸毒者自爱自重，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。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。

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。从近来年资料发现：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!

在小学，大约有2大种不良诱-惑，一;金钱诱-惑，对待金钱，我们一定要取之有道，通过正当途径来获得。绝不能沾染法律禁止的。毒品诱-惑:要以丰富的学习、健身、交友等活动坚决抵制这一诱-惑!

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。从近来年资料发现：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。”

共

4

页，当前第。

3

页

1

2

3

4

。

**心得体会禁毒篇十三**

在我个人的生活中，我曾经亲身经历了毒品给人及其身边人带来的巨大伤害。亲眼目睹过好友因为沉迷毒品而毁了美好的未来，亲身感受到毒品对家庭的摧毁力，这让我深刻认识到禁毒的重要性和必要性。禁毒不仅关乎个人的命运和家庭的幸福，更关系到整个社会的稳定和发展。因此，我们每个人都应该以积极的心态参与到禁毒工作中，共同守护我们的美好未来。

第二段：剖析毒品对个人和家庭的伤害。

毒品的伤害不言而喻，它们给个人带来的危害直接反映在身体和心理上。从身体上来说，毒品的成分会直接进入人体，破坏器官功能，导致严重的生理问题，甚至危及生命。而心理上，毒品会改变人的意识状态，让人产生幻觉和错觉，丧失对事物的判断能力和控制力，进而沉溺于虚幻的快乐之中。这不仅破坏了个人的追求和梦想，还让家庭陷入痛苦不堪的境地。家庭成员因为亲人的沉迷而心力交瘁，家庭关系逐步破裂，甚至最终破碎。所以，我们必须迅速行动起来，全力以赴阻击毒品的蔓延，保护个人和家庭的幸福。

第三段：分析禁毒的重要性和必要性。

禁毒关乎每个家庭的幸福和社会的稳定，它是对人民生命安全和身心健康的高度负责的行为。首先，禁毒是对基本的人权的保护，每一个人都应该有权享受健康和幸福的生活，而毒品危害了这个权利。其次，禁毒是社会秩序的维护，毒品犯罪不仅会带来人身伤害，还导致社会治安问题的突出。最后，禁毒是对未来的保护，成年人对青少年有责任示范良好的行为，扮演好榜样的角色，让青少年远离毒品的诱惑。只有保护好青少年，才能确保未来的繁荣和社会的进步。

第四段：提出防控毒品的策略和方法。

禁毒工作需要全社会的共同参与和努力。首先，政府需要加大宣传力度和投入资金，通过各种渠道向公众普及毒品的危害和禁毒的重要性，提高人们的禁毒意识。其次，加强禁毒法律和监管，打击毒品犯罪分子，减少毒品流通渠道。同时，加强对青少年的教育和指导，开展丰富多样的活动，让他们了解毒品的真相，增强抵抗毒品的能力。此外，与国际合作，共同打击跨国毒品犯罪，共同维护地区和世界的禁毒安全。

第五段：总结禁毒的意义和重要性。

禁毒是保护个人和家庭幸福的重要工作，是维护社会稳定和发展的基础。每一个人都应该以积极的心态参与到禁毒工作中，从自身做起，为社会提供安全和健康的环境。禁毒工作需要政府、家庭、学校和社会各个层面的共同努力，共同守护我们的美好未来。让我们共同行动起来，用共同的力量战胜毒品，让每个人都能远离毒品的威胁，过上幸福而健康的生活。

**心得体会禁毒篇十四**

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去了宝贵得生命，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，你不仅深深侵害了中华人民的身心健康，还腐蚀了中华人民的坚强意志，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，让人们的意志涣散，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们屈服、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。虽然现在，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--中华人民会挽起手来团结一致，以不可催灭的强大力量联合对付、击败你--毒品!

最近一段时间，我们班开展了许多的禁毒教育，许许多多的图片、数据让我触目惊心，深深的烙在了我的心上。

150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。

现在，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!这一数字已经引起了联合国际社会的极大关注。此外，青少年吸毒不仅给自身带来极大的危害，而且造成家破人亡，亲人为仇，乃至败坏社会风气。

所以，毒品理当被人唾弃、遗忘。它会让一个和睦的家庭，充满硝烟的战火;促进一个民族的毁灭。为防止毒品的猖獗，让我们做好准备：

禁毒，是每一位小学生应尽的责任!

通过这次活动，我才了解到，毒品是那么的可怕，如果我们的意志不坚强，也许就会成为他们的牺牲品!

当美好的外表，新奇的噱头吸引着我们的视线，鼓励我们去尝试的时候，请多一个心眼，自觉抵制魔鬼的诱惑，否则会为自己的好奇心付出惨重的代价啊!

共

4

页，当前第。

2

页

1

2

3

4

。

**心得体会禁毒篇十五**

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——毒物，有了一个正确地认识。

人们一旦染上了毒物，精神就会开始堕落，人格必将扭曲。毒物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，识破毒物诱惑，坚决抵制毒物的侵略。

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物的危害性，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“ 毒物”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。

毒物，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。但有些人会对毒物感到好奇，这种好奇心促使他们坠入深渊。只要一旦染上了毒物，就无法自拔!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！