# 2025年防诈骗心得体会300字优质(11篇)

来源：网络 作者：春暖花香 更新时间：2025-10-08

*防诈骗心得体会300字一可以说通信行业的发展产生了电信诈骗，可通信业毕竟还是利大于弊，只是一小部分人心术不正干起了电信诈骗这样的勾当，实在叫人痛心。说到电信诈骗，通常来说就有这么几种情况：1，谎报各类抽奖、中奖消息。这类诈骗方式主要是利用了...*

**防诈骗心得体会300字一**

可以说通信行业的发展产生了电信诈骗，可通信业毕竟还是利大于弊，只是一小部分人心术不正干起了电信诈骗这样的勾当，实在叫人痛心。

说到电信诈骗，通常来说就有这么几种情况：

1，谎报各类抽奖、中奖消息。这类诈骗方式主要是利用了受骗群众贪小便宜的心理，以各种名目的利益相赠来引诱受骗者上当受骗。比如本人有时候就收到一些诈骗短信、诈骗电话，对方声称我获得了一次抽奖机会，这个手机号码很幸运，已经有一部智能手机要送给我了。我一听，哎哟喂，心理小激动，还有这等美事从天而降啊?不过当时还没睡醒，我听了一会儿，马上头脑清醒起来。你丫的，爷我真不贪什么智能手机啊，这样的美事您自个留着吧。

2，恐吓电话、威吓短信。这类诈骗方式主要是利用了群众的心理薄弱点，利用了大奖的恐慌心理，也是很卑鄙下流的一种方式。前些年这类诈骗短信可谓数量众多，严重危害群众，给相当一部分人民群众造成了心理创伤与实际危害。通常的形式是诈骗分子谎称受骗人的亲友、亲属出意外事故了等各种情况，反正是送医院救治了，可是没有什么医药费，需要家属将急救费汇款过去。这就利用一部分群众害怕啊，出于“担心害怕、以防万一”的心理就上了骗子的当了。关于“恐吓电话、威吓短信”其实还有一些具有讽刺的真实案例。一些从事恐吓电话、威吓短信勾当的犯罪分子经常会告诫自己的亲友不要相信这类消息，可是当这类犯罪分子被警方抓获以后，警方向家属告知情况，家属方面竟也以为是遭受诈骗，死活不信。

3，盗号诈骗。这类诈骗方法比较有一点技术含量，有一点诈骗效果，同样非常危险。主要是利用了受骗者对于朋友的感情来诈骗，行径也是相当的恶劣、卑鄙、无耻啊。通常来说，现如今很普及的qq、朋友的手机号码、msn等各种通信账号一旦被盗，诈骗分子就利用其来向账号当中的各类好友发送消息。比如“手机没话费啊，给充话费”、“在外地有急事要花钱啊给汇点款”等等。由于一部分群众比较重感情、讲义气，又或者跟这位好友关系很亲密，一时疏忽就给对方汇了财物，就上当受骗了。

总的来说，诡诈的天平是会被世人所厌弃的，诈骗是相当害人的事情，诈骗者作孽终究自食恶果！

**防诈骗心得体会300字二**

20xx年5月6日，我们班开展了防诈骗观影活动。该影片介绍了我们有可能遇到的骗局以及应采取的对应防骗手段为主要内容，提高同学们的防骗意识。诈骗不仅与我们的生活息息相关，而且它时刻屡次发生我们周围。因此，我们对这次班会的内容非常认真。我们观看的影片介绍了诈骗的定义和特点，并且详细地介绍了许多诈骗手段，如：atm机诈骗，网络诈骗等。面对这些各式各样的骗局，我们都不禁提出了疑问。而我们结合图文和自身收集到的案例向同学们解释其中的”技窍”后，大家头上的疑团才开始散开。诈骗可能不是每个人都遇到过的，但是人们在第一次知道这些诈骗手段时的反应还是比较惊恐的。

高校诈骗案件的预防措施。大学生受骗上当主要有以下原因：思想单纯、防范意识较差，贪图虚荣、遇事不够理智，有求于人、交友行事轻率，贪小便宜、急功近利等。因此大学生要做好对校园诈骗的预防就必须做到：

1、提高防范意识，学会自我保护。

大学生要积极参加学校组织的法制和安全教育活动，多知道、多了解、多掌握一些防范知识，在日常生活中，要做到不贪图便宜、不谋取私利，不要轻信花言巧语，不要把自己的家庭地址等情况随便告诉陌生人，以免上当受骗。

2、交友要谨慎，避免以感情代替理智。

3、同学之间要相互沟通、相互帮助。

在高校，大家向往着同一个学习目标，生活和学习是统一的同步的，同学间、师生间的友谊比什么都珍贵，因此相互间加强沟通、互相帮助，以避免一些伤害。

4、服从校园管理，自觉遵守校纪校规。

同学们一定要认真执行有关规定，自觉遵守校纪校规，积极支持有关部门履行管理职能，并努力发挥出自己的应有作用。当前随着网络、电信技术的日益飞速发展，一些不法分子借助网络、电信等媒介实施各种诈骗活动，打击和防范诈骗已成为全社会的共同话题，一方面，警方要重拳出击，打击不法活动，另一方面，就要靠全校师生员工共同努力，提高基本的防范意识和识破诈骗的能力。

特别是对于我们大学生朋友而言，要学习一定的防范诈骗的基本知识，提高防范诈骗的基本能力，遇到实际问题，忌盲目，多思考，千万不要被某些假象所迷惑。为了帮助大家识破一些网上和电信诈骗，我们在此整理了一些常见的诈骗类型，供各位大学生朋友们学习参考，实际上诈骗手段虽然多样，但万变不离其宗，相信各位大学生朋友们，凭借着你们的聪明才智，一定能够识破这些诈骗伎俩。

利用银行卡消费在现代大学生中已经是一种十分普遍的现象，然而我们对银行卡的诈骗手段以及网上银行安全交易问题却不是很清楚，本次为我们介绍了防银行卡诈骗对策，安全刷卡消费技巧以及如何确保网上银行安全交易，这些知识使我们对银行卡的使用有了更好的认识。

我们都对不法分子的诈骗手段以及应采取的对应防骗手段对策有了一定的了解，提高防骗意识，因此我们在影片中都获益匪浅。

随着计算机技术、互联网的发展及信息技术的进步，网上银行、网络炒股、网络购物等网络商业活动的日渐兴起，在人们沉醉于网络带来便利的同时，网络诈骗也以一种新的犯罪形式出现，且日益猖獗。网络诈骗不仅对广大网民的财产安全造成严重危害，对整个社会的和谐稳定也产生极其恶劣的负面影响。

网络诈骗是指以非法占有为目的，利用互联网采用虚拟事实或者隐瞒事实真相的方法，骗取数额较大的公私财物的行为。随着这一犯罪手段的日渐猖獗，许多骗子纷纷把目光转向涉世未深的学生群体，一方面，警方要重拳出击，打击不法活动，另一方面，就要靠全体师生的共同努力，提高基本的防范意识和识破诈骗的能力。特别是对于我们大学生朋友而言，要学习一定的防范网络诈骗的基本知识，提高防范网络诈骗的基本能力，遇到实际问题，忌盲目，多思考，千万不要被某些假象所迷惑。

了解网络诈骗的形式是为了更好的预防诈骗行为。以下是一些常见的网络诈骗形式：

一、网络购物诈骗。如今，一些不法分子在淘宝、等知名网络交易网站，向不特定群体随意散布虚假商品信息，或直接制作虚假购物网站，编造公司名称、地址和联系电话等，诱惑贪图便宜的网友上当。诈骗商品小到女性饰品、服装等小件商品，大到手机、电脑、汽车等贵重商品，交易一律采取先付款后发货的方式，一旦网友按照对方要求汇入货款，卖家便会消失得无影无踪。

二、网络中奖诈骗。很多网友在浏览网页或进行网络聊天时，都会“幸运”地收到“恭喜您中大奖”的信息。当信以为真的网友与兑奖方联系，对方都会以需要保证金、支付邮寄费用等各种借口，要求网友先汇钱。当网友汇去第一笔款后，骗子还会以手续费、税款等其他名目，继续欺骗网友汇款，直到“吃干榨尽”为止。

三、假冒银行网站“网络钓鱼” 。网站页面几乎与正规银行网站一模一样，且域名十分相近，有的只差一两个英文字母。时下，一种名为“网络钓鱼”的新型网络诈骗手段愈演愈烈。不法分子通过设立假冒银行网站，当用户输入错误网址后，就会被引入这个假冒网站。一旦用户输入账号、密码，这些信息就有可能被犯罪分子窃取，账户里的存款可能被冒领。此外，犯罪分子通过发送含木马病毒邮件等方式，把病毒程序置入计算机内，一旦客户用这种“中毒”的计算机登录网上银行，其账号和密码也可能被不法分子所窃取，造成资金损失。

网络是一把双刃剑，而面对网络诈骗行为的我们应该不贪便宜。虽然网上东西一般比市面上的东西要便宜，但对价格明显偏低的商品还是要多个心眼，这类商品不是骗局就是以次充好，所以一定要提高警惕，以免受骗上当。收到诈骗者的信息或电话时不要主动与对方联系，拨打所谓的咨询电话，因为这样只能使您一步步上钩，而应拨打官网客服电话进行询问，一旦发觉对方可能是骗子，马上停止汇款，可向警察求助。当我们进行网上支付行为时应先确认网站的真伪性，仔细甄别，严加防范。那些克隆网站虽然做得微妙微肖，但若仔细分辨，还是会发现差别的。您一定要注意域名，克隆网页再逼真，与官网的域名也是有差别的，一旦发现域名多了“后缀”或篡改了“字母”，就一定要提高警惕了。特别是那些要求您提供银行卡号与密码的网站更不能大意，一定要仔细分辨，严加防范，避免不必要的损失。除此之外，我们还应该安装防火墙和防病毒软件，并经常升级；注意经常给系统打补丁，堵塞软件漏洞；禁止浏览器运行javascript和activex代码；不要上一些不太了解的网站，不要执行从网上下载后未经杀毒处理的软件，不要打开msn或者qq上传送过来的不明文件等，加强对各类qq病毒的防范和清除措施。

**防诈骗心得体会300字三**

星期五，我们观看了一些防网络诈骗的相关视频。

诈骗，是指以非法占有为目的，用虚构事实或隐瞒真相的方法骗取款额较大的公私财物的行为。提防和惩治诈骗分子，除需要依靠社会的力量和法治以外，更主要的还是自身的谨慎防范和努力，认清诈骗分子的惯用伎俩，以防止上当受骗。

所以我们以后上网要小心，不能大意地上了骗子的当，绝对不能让这些有害于我们身体的健康的诈骗内容渗透到我们的心里。让我们迷失自我，最后害了自己，留下伤心而悔恨的眼泪，让自己难受。

所以我们要做好以下措施：

1、上网要小心。

2、尽量不上网，做一些绿化的事情，开拓心情。

3、交朋友时，留意他人的资料，不要加一些陌生人，然后让他人展开对自己的诈骗。

不要轻易相信别人的话，反倒让自己悔恨，伤心。

一定要小心！防网络诈骗。别让自己的言行最后让自己伤心，让自己难受。

**防诈骗心得体会300字四**

今天晚上学院组织看防诈骗电影，影片利用动画片的形式用诙谐、生动的语言向我们展现了各种诈骗的案例。看完本影片，我深受影响，真切的感受到诈骗真的是无处不在，生活中，我们一定要提高警惕，就像影片中常说的一句话“切莫上当。”诈骗形式主要有街头诈骗、网络诈骗等。诈骗人员很狡猾很“聪明”，他们的诈骗对象主要是妇女、老人这些弱势群体，他们无所不用其极，办作假医生，假出车祸者，假出差者，假老师，假朋友，假同桌的你，假女儿等各种身份，骗钱、骗物。他们触碰着道德的底线，直到达到他们的目的，否则他们不会放过你，他们最开始时用好听的语言劝告你，用你的家人的性命危机恐吓你，利用你的善良，你的担心，你的良知，做最没有良知的事情。

其实，诈骗在学校也是普遍存在的。特别是每年大一新生来校之际，此时诈骗分子便会出来“觅食”，主要以大一新生为目标，利用他们对大学的不熟悉，以及对大学美好的憧憬，利用他们的善良。为了达到他们的目的，骗取新生的信任，对其进行“洗脑”，进而诈骗成功。

往事不堪回首，遥想当年，我青涩少女一枚，独自一人来x上大学。来大学第一天就被学姐学长骗，对我这个对大学充满幻想的小女生来说，是一件很残忍的事。记得当时刚来为自己买完生活用品回寝室，一学姐自称是关心学弟学妹敲我们的门，她进来后就大谈她的大学生活经验，让我们好好学习、好好军训、不要想家之类的。我们当时都觉得学姐真的很好，觉得学姐很亲切。

但是呢，当她讲完讲完这些后，就开始说让我们买英语资料，考四级、六级各种资料，推荐我们买。可是我们都不知道在我们学校大一是不可以考英语四、六级的。还有就是一份要200块钱，对我们来说数目还是很大的。都怪我们耳朵软，相信她，就买了她的资料，刚开始时，她还有给我们送几份报纸、一本词典，然后就杳无音讯了。

学姐骗学弟学妹这种事虽然不是什么大事，但是也是一种变相诈骗行为。我认为这种行为和我们影片中看到的诈骗分子欺骗老奶奶、善良的路人、担心孩子的妈妈、怀念旧情的同桌的你一样，是很不道德的一种行为。

被骗，在很大程度上是诈骗机关的人员太“聪明”，但是在某种程度上，也是因为被骗人员的某种贪便宜的心理，软弱善良的心理。所以在生活中，我们要不被骗，就要练就防诈骗、反诈骗的自我保护心理意识，提高防范意识，学会自我保护。对人对事，要擦亮眼睛，做到防人之心不可无，害人之心不可有。

**防诈骗心得体会300字五**

如今电信诈骗的手段随着信息技术的进步也日新月异，而且防诈骗往往滞后于诈骗手段的\'更新换代，因此作为银行一线的工作人员，在此通过一些逻辑小tip提醒广大群众，在接到不知名的电话时，应该这样做：

1、养成好习惯，如果接到陌生电话，首先看一下是否是外地的，尽量不要去接外地的号码，尤其是固定电话，如果手机是智能的，请安装类似360防诈骗的软件，能够一定程度上防止已经被举报过的诈骗电话。

2、接到任何有公信力的机构电话声称您的账户或者邮件涉及非法事件的时候，请相信自己，没有做的事情无须为之担忧，更加不必相信对方为你着想的不良企图，任何机构在冻结或者扣划您的账户资金都需要有合法的手续去银行执行，不需要恐吓或者表现出一副为您着想的菩萨心肠，现在是法治社会，这些行为都必须有法律依据，相信自己就是最大的盾甲！

3、接到亲朋好友或者师友的电话声称手术或者急需借钱的信息或者电话，请务必联系可以联系的熟人确认相关事项，诈骗分子往往利用遇到急事或者灾祸容易慌乱和担心的心理进行诈骗，遇事沉着冷静，不要轻易相信。

4、伪基站的高度发达使得客户发生电信诈骗的几率大大提高，同时作为高度发达的诈骗手段，伪基站的行为往往防不胜防，在这里，如果收到这样的信息，一定要联系各大机构公示的客服电话，而不是去联系伪基站发过来的网址或者联系电话。临柜工作人员在工作时谨记：

1、合规操作，保护客户，保护自己，善于观察，对于边打电话边办理业务的客户，要适时提醒客户，尽到工作责任和义务。

2、定期检查防诈骗小提示是否放置醒目。

3、对于汇往外地的客户尤其要多一个心眼，对于客户不能说清楚的业务，最好能让客户自己打一个电话当场确认。因为我们多一句提醒，客户就减少一个发生损失的概率，少则几百，多则上百万，花费提醒的时间不用两分钟，但是这两分钟如果有成效的话，减少诈骗的机会成本有可能高达几百万之巨。时刻心怀责任，心怀客户。

20xx年5月6日，我们班开展了防诈骗观影活动。该影片介绍了我们有可能遇到的骗局以及应采取的对应防骗手段为主要内容，提高同学们的防骗意识。诈骗不仅与我们的生活息息相关，而且它时刻屡次发生我们周围。因此，我们对这次班会的内容非常认真。我们观看的影片介绍了诈骗的定义和特点，并且详细地介绍了许多诈骗手段，如：atm机诈骗，网络诈骗等。面对这些各式各样的骗局，我们都不禁提出了疑问。而我们结合图文和自身收集到的案例向同学们解释其中的”技窍”后，大家头上的疑团才开始散开。诈骗可能不是每个人都遇到过的，但是人们在第一次知道这些诈骗手段时的反应还是比较惊恐的。

高校诈骗案件的预防措施。大学生受骗上当主要有以下原因：

思想单纯、防范意识较差，贪图虚荣、遇事不够理智，有求于人、交友行事轻率，贪小便宜、急功近利等。因此大学生要做好对校园诈骗的预防就必须做到：

1、提高防范意识，学会自我保护。

大学生要积极参加学校组织的法制和安全教育活动，多知道、多了解、多掌握一些防范知识，在日常生活中，要做到不贪图便宜、不谋取私利，不要轻信花言巧语，不要把自己的家庭地址等情况随便告诉陌生人，以免上当受骗。

2、交友要谨慎，避免以感情代替理智。

3、同学之间要相互沟通、相互帮助。

在高校，大家向往着同一个学习目标，生活和学习是统一的同步的，同学间、师生间的友谊比什么都珍贵，因此相互间加强沟通、互相帮助，以避免一些伤害。

4、服从校园管理，自觉遵守校纪校规。

同学们一定要认真执行有关规定，自觉遵守校纪校规，积极支持有关部门履行管理职能，并努力发挥出自己的应有作用。当前随着网络、电信技术的日益飞速发展，一些不法分子借助网络、电信等媒介实施各种诈骗活动，打击和防范诈骗已成为全社会的共同话题，一方面，警方要重拳出击，打击不法活动，另一方面，就要靠全校师生员工共同努力，提高基本的防范意识和识破诈骗的能力。

特别是对于我们大学生朋友而言，要学习一定的防范诈骗的基本知识，提高防范诈骗的基本能力，遇到实际问题，忌盲目，多思考，千万不要被某些假象所迷惑。为了帮助大家识破一些网上和电信诈骗，我们在此整理了一些常见的诈骗类型，供各位大学生朋友们学习参考，实际上诈骗手段虽然多样，但万变不离其宗，相信各位大学生朋友们，凭借着你们的聪明才智，一定能够识破这些诈骗伎俩。

利用银行卡消费在现代大学生中已经是一种十分普遍的现象，然而我们对银行卡的诈骗手段以及网上银行安全交易问题却不是很清楚，本次为我们介绍了防银行卡诈骗对策，安全刷卡消费技巧以及如何确保网上银行安全交易，这些知识使我们对银行卡的使用有了更好的认识。

我们都对不法分子的诈骗手段以及应采取的对应防骗手段对策有了一定的了解，提高防骗意识，因此我们在影片中都获益匪浅。

**防诈骗心得体会300字六**

今天晚上学院组织看防诈骗电影，影片利用动画片的形式用诙谐、生动的语言向我们展现了各种诈骗的案例。看完本影片，我深受影响，真切的感受到诈骗真的是无处不在，生活中，我们一定要提高警惕，就像影片中常说的一句话“切莫上当。”诈骗形式主要有街头诈骗、网络诈骗等。诈骗人员很狡猾很“聪明”，他们的诈骗对象主要是妇女、老人这些弱势群体，他们无所不用其极，办作假医生，假出车祸者，假出差者，假老师，假朋友，假同桌的你，假女儿等各种身份，骗钱、骗物。他们触碰着道德的底线，直到达到他们的目的，否则他们不会放过你，他们最开始时用好听的语言劝告你，用你的家人的性命危机恐吓你，利用你的善良，你的担心，你的良知，做最没有良知的事情。

其实，诈骗在学校也是普遍存在的。特别是每年大一新生来校之际，此时诈骗分子便会出来“觅食”，主要以大一新生为目标，利用他们对大学的不熟悉，以及对大学美好的憧憬，利用他们的善良。为了达到他们的目的，骗取新生的信任，对其进行“洗脑”，进而诈骗成功。

往事不堪回首，遥想当年，我青涩少女一枚，独自一人来x上大学。来大学第一天就被学姐学长骗，对我这个对大学充满幻想的小女生来说，是一件很残忍的事。记得当时刚来为自己买完生活用品回寝室，一学姐自称是关心学弟学妹敲我们的门，她进来后就大谈她的大学生活经验，让我们好好学习、好好军训、不要想家之类的。我们当时都觉得学姐真的很好，觉得学姐很亲切。

但是呢，当她讲完讲完这些后，就开始说让我们买英语资料，考四级、六级各种资料，推荐我们买。可是我们都不知道在我们学校大一是不可以考英语四、六级的。还有就是一份要200块钱，对我们来说数目还是很大的。都怪我们耳朵软，相信她，就买了她的资料，刚开始时，她还有给我们送几份报纸、一本词典，然后就杳无音讯了。

学姐骗学弟学妹这种事虽然不是什么大事，但是也是一种变相诈骗行为。我认为这种行为和我们影片中看到的诈骗分子欺骗老奶奶、善良的路人、担心孩子的妈妈、怀念旧情的同桌的你一样，是很不道德的一种行为。

被骗，在很大程度上是诈骗机关的人员太“聪明”，但是在某种程度上，也是因为被骗人员的某种贪便宜的心理，软弱善良的心理。所以在生活中，我们要不被骗，就要练就防诈骗、反诈骗的自我保护心理意识，提高防范意识，学会自我保护。对人对事，要擦亮眼睛，做到防人之心不可无，害人之心不可有。

**防诈骗心得体会300字七**

目前犯罪分子多以电话为平台实施诈骗，其形式多种多样并日益翻新，犯罪分子主要通过以下手段进行诈骗:一是发布虚假中奖消息；二是利用网络购物陷阱诈骗；三是利用网络找工作或借贷骗取保证金、手续费；四是冒充家人、朋友qq或微信骗钱；五是冒充国家工作人员借由事端骗取汇款。

作案技术科技化

犯罪分子首先通过有关手段套取被害人家庭的家人电话以及用户资料，再利用高科技手段使被害人来电显示拨打过来的号码显示确实是110或10086等常见的业务电话，使被害人信以为真，从而放松警惕。作案手段现已涉及计算机黑客、网络电话等技术，并十分擅长运用心理学的相关知识控制被害人的心理后，远程掌控，一步步诱导对方上当受骗。

作案手段隐蔽化

犯罪分子往往只通过电话或短信的方式与被害人进行联系，从不直接和被害人见面，电话查品的组织者就从不抛头露脸，即使到银行提取或转移诈骗所得的款项也从不出面，而是指示手下或以酬金雇请不明真相的群众去进行转移赃款的活动，使得侦查机关即使扎到线索也很难准确的进行深人抓捕。

社会危害巨大化

电信诈骗涉及的诈骗范围广、诈骗数大，是受害人蒙受巨大损失，严重扰乱社会经济秩序，且表现为面对整个电话用户或特定群体的诈骗，起诈骗行为的实施并不是特意针对特定对象，而是广泛撒网，重点捕捞的形式，等待着受害者的上钩。

防范措施

高校大学生诈骗不是简单的高校和公安部门问题，它已然成为一个严峻的社会问题。因此从根本上杜绝此类问题，社会、高校以及大学生本身需要共同努力。

1）社会层面:充分发挥社会的宣传教育功能，通过公益广告和媒体曝光，加强社会公民对个人信息泄露的重视程度，引导社会公民对电信诈骗的认识。同时大力开展防范宣传，提高手机用户的防范意识，号召全民提高警惕性，当遇到手机短信犯罪时，能主动、及时地向警方报案，并提供有关犯罪证据资料，为揭露、证实犯罪提供强有力的支持。

2）高校层面：首先，重视对大学生的安全教育，加大对电信诈骗案例的宣传力度，在特殊时期做出重要安全提示，全面提高大学生的安全意识；其次，重视学生的心理健康教育，引导学生树立正确的价值观，提高学生的心理承受能力；最后，重视学生信息的泄露问题，安排专门部门进行有效监管，同时明确学校学生工作的流程和渠道，对于部分工作

作出官方明确通知，并设置学生反馈咨询渠道，方便学生对相关事宜的咨询和核实。

心得体会&防范措施

我们学生自身在专业学习之余，自觉尝试接触社会，增加自身的社会经验，加强自己的社会适应能力，同时重视安全教育，提高自身的安全防范意识，对不清楚的事宜及时与学校老师沟通咨询；再者增强自身的心理素质，树立好正确的价值观和金钱观，一旦出现意外，沉着冷静，注意调整好自己的心态，及时与父母和老师沟通。

不要有“贪图便宜”、“一夜暴富”“天上掉馅饼的心理；注意保护个人资料信息，不可随意注册、填写自己的身份、手机号码、银行卡号等私人信息；在做好自身防范的同时，积极向周围的亲人、朋友做好宣传；发现电信诈骗违法犯罪行为要及时报警。如果掉人不法份子所设络的陷阱，要及时采取措施，尽量减少损失。发现上当受骗不要有侥幸心理，应当迅速保存涉案证据，并及时报案。

高校大学生诈骗案件频频发生已经成为严峻的社会问题，其背后所衍生的诸多问题都值得我们反思和思考。

总结和建议

电信诈骗危害巨大，防范电信诈骗要从自身做起，民众要做到不贪婪、不轻信、多防范。有关部门要采取必要的措施，对多种电信诈骗进行严厉打击、加大科技预警和打击力度、宣传要加大力度，要将防范意识深人人心、要规范银行的账户管理制度、完善立法重点打击。将电信诈骗消灭在萌芽里。

**防诈骗心得体会300字八**

今天听了防诈骗的教育讲座，受到了很多的启发，学到了很多知识，在我们的身边，总是存在着很多的骗局，而我们每个人都应该是精明的侦探，仔细地观察，有防范意识，以防自己被骗，所谓害人之心不可有，防人之心不可无，不管是多亲近的朋友，或者是看起来很可怜的陌生人，我们都应该擦亮眼睛，认出那些是对我们有害的人讲座中主要讲到，有接触性和无接触性的诈骗，重点是无接触性，因为现在互联网比较通达，网络是一把双刃剑，有利于我们的生活，同时也给诈骗分子制造了更多骗人的机会。

第一，诈骗分子会通过网络查找到你的信息，然后通过信息或者电话来对你进行诈骗，冒充亲友发账号给你让你进行汇款，此时我们不能盲目地打钱，而应该打电话确认是否真的是亲友需要。

第二，现在微信等交流工具越来越多人使用，朋友圈里面也开始活跃，这就出现了很多的转发信息，比如某某小孩被拐需要转发宣传，这就调动很多人的同情心，所以就很多人转发，殊不知，其中带有病毒，这种病毒会让系统瘫痪。不知不觉中我们就会进入骗局，甚至成为骗局中的助推者，虽然不是我们本意，甚至说是一种好意，却造成了不好的效果。

第三，有一些需要扫描就会送一些小礼品的活动，很多人会为了占便宜而去扫描，这其中也带有病毒。

第四，有些中奖信息也是假的，很多热播的娱乐活动说你中奖了，而且价值不菲，不要相信，天下没有这么多便宜和馅饼等你去占。

第五，有些信息的链接不要去点，点进去就可能会是病毒。

第六，有些打过来的电话从通话开始就已经开始扣费。对于种种这些，我们在不知不觉中就进入了骗局，所以我们应该提高我们的防范意识，保障自己的人身安全和财产安全。

其次是接触性骗局，以买票为例子，火车票在过年的时候是热销的，有些车站的人就会对你说有一些内部人，可以帮助你买到票，而且价钱一样，但是只能进员工通道，所以你的行李不能带进去，需要人代收，这时候你急于回家的心理就会让你进入这个骗局，另外如果你不同意，很有可能就会被抢，这时候就需要你的灵敏度了，首先你不要轻易相信这么便宜的事情，其次这个骗局可能是团体作案，在保障人身安全的基础上，也要保住财产安全。

我曾经也被经历过很多骗局，高中毕业的时候就有人自称教育局的打电话告诉我们学生，有一笔助学金要领取，他能准确地说出我们的信息，这就很具有迷惑性，而且领取助学金还要自己将自己的钱转到一个账号，它才可以返钱给你，这就是明显的要我们汇款，此时我们绝对不能汇款。

另外，手机上也经常会有那些中奖的信息，比如芒果台抽中了你的手机号码，获得价值不菲的笔记本电脑或者钱数，然后有一个链接需要点击，这样的骗局我们都很容易识破，所以不要想占小便宜，避免失了大财产。

对于这些骗局，我们应该加强抵抗力，不要去相信占便宜的事，现在骗局越来越多，越来越高级，我们也应该将我们的思维意识升级，保证自己的安全，作为大学生，我们的思想应该成熟一些，我们的经验不是很够，现在就应该加强防范，不要让自己受骗！

**防诈骗心得体会300字九**

在现如今的社会，诈骗案件越来越多，手段也越来越高明，至开学以来我校发生了多起学生被骗事件。犯罪分子利用一些学生的虚荣心、贪便宜、单纯等心理特点实施各种诈骗伎俩，使部分学生蒙受巨大的财产损失和精神压力。为增强大家防骗意识，提高自我防范能力，我班于20xx年11月6日开展防诈骗主题教育活动班会。班会流程如下：

一、介绍此次主题班会的内容。

二、观看幻灯片（有关诈骗案例、分析和提醒）。

三、本班同学讲述自己受骗或者防骗的亲身经历乘火车上车时被盗的事例、因同情心而上当受骗的事例、国家教育局困难补助等事例、网上购物非法链接等。

四、班主任发言：

①乘车时应注意的防范安全；

②网上购物应如何预防被盗情况；

③同学或朋友之间借钱应注意的事项；

④讲述有关发生在井冈山大学的被诈骗事件；

⑤总结关于本次防诈骗主题班会的重要性和教育意义。

在许多大学生的精神世界里，学习生活和社会都是美好的，他们认为生活上只有快乐和幸福，没有意识到也存在着一些不安全的因素，也许就在他们放松警惕时，就可能给他们带来财产损失，造成人员伤亡；他们会认为在社会上都是善良的，而在现实社会中，社会是复杂多样的，有些人只为利益而活的或为生存而活的，我们应该如何识别诈骗伎俩、如何防范诈骗手段。

所谓害人之心不可有，防人之心不可无，因此我们得保持清醒头脑面对生活和社会。通过开展本次防诈骗主题教育班会活动，让我们懂得了如何防骗、如何辨别真伪、如何对待可疑人员，既有教育意义同时也提高了同学们防骗的警惕性。

**防诈骗心得体会300字篇十**

马路诈骗花招百出，但只要不存贪念，遇事遵行“停、看、听”守则，冷静以对，受骗机会就会减少。

1、骗吃骗物法：一般都是陌生人，以到你处办事或请你带到某处办事为由请你吃饭，中途则逃之夭夭。

2、中奖转让法：行骗者一出场都是傻乎乎的，而他扔掉的饮料罐拉环也一定是中奖的，再由边上几个同伙骗你入套。

3、若有人悄悄告诉你，有一笔外汇或金银饰物要和你平分，千万不要信以为真，还是赶快离开。

4、在马路上或商厦门口有一伙人向你推销所谓的名贵中药、金元宝等，切勿上当。

5、当有陌生人以你熟悉的人的名义向你打招呼，你还是一走了之为上策。

6、行骗者一般是利用高薪作诱饵，诱你上钩，本人不与你见面，只用电话联系。

7恐吓诈骗法。行骗者通常利用一些封建迷信手段相威胁，告诉你或你的亲友将遇到什么什么的灾祸，需要金钱或财物可以为你化解。记住：心正邪自去!

8、防骗绝招骗子大多是利用人们贪图便宜或迷信的心理而得逞的，或一人或几人和谋串通，手段繁多。一不留神，就可能上当。要防止被骗，最有效的方法就是——勿惧、勿贪!

1、看神色。扒手寻找行窃目标时，两眼总是注视顾客的衣兜、皮包、背包，特别留心外地人、妇女、中老年人，选准目标后，一般要环顾四周，若无他人注意便迅速下手，此时因精神比较紧张，往往有两眼发直、发呆、脸色时红时白等现象。

2、观举止。扒手选择侵害目标时，往往在人群中窜动，选择目标后即咬住不放，紧紧尾随，乘人拥挤或车体晃动的机会，用胳膊和手背试探“目标”的衣兜。

3、识衣着。扒手大多数衣着入时，或长发、光头或流里流气，那些三五成群作案的，衣着打扮往往相似。少数打扮平常，衣着朴素者则是老扒手。

4、听语言。扒手之间为了方便联络，常常使用黑话、隐语。他们把掏包称为“背壳子”、“找光阴”;他们互称“匠人”“钳工”;把上衣兜称“天窗”;下衣口袋称“平台”;裤兜称“地道”;把妇女的裤兜称“二夹皮”等。

5、看动作。扒手在动手作案时，一般借车体运行晃动或乘客拥挤的机会，紧贴被窃对象的身子，利用他人或同伙作掩护，或用自己的胳膊、提包、衣服、书报等遮住被窃对象的视线，作案得手后，离开失主，赶快逃离现场。

(1)不要将手提包或皮包放在自行车车前的篮子里或夹在车后的后架上。

(2)不要后背手提袋或皮包，以防不法分子从后面用刀割破提包盗走现金。

(3)现金不要放在外衣口袋里。

(4)试衣时，手提包要随身带。

(5)不要往人多拥挤的地方挤，不要围观热闹。

(6)付款时不要暴露太多的钱物，要注意附近是否有可疑人物在盯着你的钱包。

什么是心理健康健康是人类生存极为重要的内容，它对于人类的发展，社会的变革，文化的更新，生活方式的改变，有着决定性的作用。那么，一个人怎样才算健康呢?1948年世界卫生组织明确规定：健康不仅是身体没有疾病，而且应当重视心理健康，只有身心健康、体魄健全，才是完整的健康。可见心理健康是人的健康不可分割的重要部分。心理健康就是指一个人的生理、心理与社会处于相互协调的和谐状态，其特征如下：智力正常人的智力分为超常、正常和低常三个等级。正常智力水平，是人们生活、学习、工作、劳动的最基本的心理条件。情绪稳定与愉快情绪稳定与心情愉快是心理健康的重要标志，它表明一个人的中枢神经系统处于相对的平衡状态，意味着机体功能的协调。如果一个人经常愁眉苦脸，灰心绝望，喜怒无常，则是心理不健康的表现。

行为协调统一一个心理健康的人，其行为受意识支配，思想与行为是统一协调的，并有自我控制能力。如果一个人的行为与思想相互矛盾，注意力不集中，思想混乱，治疗支离破碎，做事杂乱无章，就是心理不健康的表现。良好的人际关系人生活在社会中，就要善于与人友好相处，助人为乐，建立良好的人际关系。人的交往活动能反映人的心理健康状态，人与人之间正常的友好的交往不仅是维持心理健康的必备条件，也是获得心理健康的重要方法。良好的适应能力人生活在纷繁复杂、变化多端的大千世界里，一生中会遇到多种环境及变化，因此，一个人应当具有良好的适应能力，无论现实环境有什么样的变化，都将能够适应，这也是心理健康的标志之一。以上是心理健康的主要特征，但是心理健康并非是超人的非凡状态，一个人的心理健康也不一定在每一个方面都有表现，只要在生活实践中，能够正确认识自我，自觉控制自己，正确对待外界影响，使心理保持平衡协调，就已具备了心理健康的基本特征。

**防诈骗心得体会300字篇十一**

今天晚上学院组织看防诈骗电影，影片利用动画片的形式用诙谐、生动的语言向我们展现了各种诈骗的案例。看完本影片，我深受影响，真切的感受到诈骗真的是无处不在，生活中，我们一定要提高警惕，就像影片中常说的一句话“切莫上当。”诈骗形式主要有街头诈骗、网络诈骗等。诈骗人员很狡猾很“聪明”，他们的诈骗对象主要是妇女、老人这些弱势群体，他们无所不用其极，办作假医生，假出车祸者，假出差者，假老师，假朋友，假同桌的你，假女儿等各种身份，骗钱、骗物。他们触碰着道德的底线，直到达到他们的目的，否则他们不会放过你，他们最开始时用好听的语言劝告你，用你的家人的性命危机恐吓你，利用你的善良，你的担心，你的良知，做最没有良知的事情。

其实，诈骗在学校也是普遍存在的。特别是每年大一新生来校之际，此时诈骗分子便会出来“觅食”，主要以大一新生为目标，利用他们对大学的不熟悉，以及对大学美好的憧憬，利用他们的善良。为了达到他们的目的，骗取新生的信任，对其进行“洗脑”，进而诈骗成功。

往事不堪回首，遥想当年，我青涩少女一枚，独自一人来武汉上大学。来大学第一天就被学姐学长骗，对我这个对大学充满幻想的小女生来说，是一件很……此处隐藏2356个字……段。

1、冒充法院及相关执法部门，电话通知市民要出庭应诉。是称当事人有执行案件在法院，涉嫌经济犯罪，名下账户将被冻结，以此为由进行恐吓，最后以提供“公共账户”为由，要求当事人将名下存款转入其提供的诈骗账户。

2、冒充电信局、公安局工作人员。由一名自称是公安局的工作人员接听电话，称当事人名下登记的电话和银行账户涉嫌洗钱、诈骗等犯罪活动，为确保不受损失，需将本人存款转移至一个“安全账户”，并且频频催促当事人赶紧通过电话或就近转账，不然损失更大。

3、冒充充税务、财政、车管所工作人员。称“国家已经下调购房契税、购车附加税率，要退还税金”，让当事人提供银行卡号直接通过银行atm机转账获取税款。

4、冒充亲朋熟人诈骗。编造其家人或自己遇到车祸摔伤等谎言让当事人汇钱到指定帐户。

诈骗方式层出不穷，片中还给我们介绍了办理贷款诈骗、婚介、招聘诈骗、低价购物诈骗、敲诈信诈骗、钓鱼网站诈骗、重金求子等等。

看了这个录像以后，我觉得这种既令人恐慌，又令人难以置信的事情就发生在我们的身边，我们的眼前。如果我们放松一丁点儿警惕，就会给予嫌犯多一分的机会来进行犯罪活动。在各种犯罪中骗子的目的是骗钱，而最终将是通过银行转账、银行卡转账的形式达到骗取钱财的目的。所以无论犯罪分子如何花言巧语、危言恐吓，我们只要记住“不听、不信、不转账、不汇款”，不要相信天上会掉馅饼，遇到不明白的事不要急于做决定，要先和家人联系、沟通，如有疑问直接拨打110进行咨询或报警，不给犯罪分子可乘之机，确保自己的财产安全!

我希望大家能提高警惕，擦亮自己的眼睛，明辨是非。更希望我们的犯罪分子能改邪归正，自食其力，还人们、社会一个安定的生活环境。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn