

2023年为父母做一顿饭的心得体会大学生 大学生与父母交谈心得体会(模板5 篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？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。

为父母做一顿饭的心得体会大学生篇一

当大学生离开父母的怀抱，走进大学校园，开始一段新的人生阶段时，与父母之间的交流变得更为重要。在大学生活中，与父母交谈既能倾听他们的关心和支持，又能获得他们的经验和智慧。这不仅有助于大学生更好地成长和适应大学生活，还有助于加深与父母之间的感情。本文将从建立信任、倾听和分享、沟通困难、传递信息和互相支持五个方面，探讨大学生与父母交谈的心得体会。

首先，建立信任是大学生与父母交谈的重要基础。在大学生生活初期，很多大学生感到与父母渐行渐远，往往不愿与他们分享自己的生活 and 困惑。然而，只有建立信任，大学生才会敞开心扉与父母交流。父母应在大学生离家前表示对他们的信任，并在大学生活中主动关心他们的学习和生活情况。大学生则要坦诚相待，避免隐瞒重要信息，与父母建立互信关系。

其次，交谈要注重倾听和分享。父母常常希望了解子女的学习和生活情况，而大学生则需要倾听父母的关心和建议。在交谈中，大学生应主动分享自己的心情和困扰，而父母则应积极倾听并给予理解和支持。正是通过倾听和分享，父母与

大学生得以更好地了解彼此，并共同找到解决问题的方法。

然而，交谈并非没有难题。沟通困难是大学生与父母交流中面临的一大挑战。随着大学生成长和经历的积累，他们的观念和需要也在不断变化，而父母往往会将过去的经验和观念带入对话中。对于大学生来说，理解和接受父母的意见可能需要一定的时间和努力。而父母则应坦诚对待大学生的成长，尊重他们的独立思考和选择，以开放的心态与他们交流。

此外，交谈也是传递信息的重要方式。父母对大学生的期望和关心，往往通过交谈来表达。大学生在与父母交流中要摒弃态度消极的情绪，积极接受父母的思想和观点。同时，大学生也可以通过交谈表达自己的需求，并寻求帮助和支持。通过有效的沟通，双方可以更好地理解彼此，顺利传递信息，促进共同成长。

最后，大学生与父母交谈要互相支持。大学生在面对困境和挑战时，往往需要父母的鼓励和支持。父母应以耐心和包容的心态，理解大学生的困惑和挣扎，并提供必要的帮助和支持。而大学生也要主动向父母求助，毫不矜持地接受他们的关怀和支持。在相互鼓励和支持下，大学生能够更加勇敢地面对困难，迈向成功。

总之，大学生与父母交谈是大学生生活中不可或缺的一部分。通过建立信任、倾听与分享、克服沟通困难、传递信息和互相支持，大学生不仅可以获得父母的关心和支持，更能从中收获经验和智慧。这种交谈不仅促进了大学生的成长和适应能力，也加深了与父母之间的感情。因此，每一个大学生都应主动与父母进行交流，共同度过这段宝贵的人生阶段。

为父母做一顿饭的心得体会大学生篇二

第一段：介绍话题（引入）

大学生作为家庭的一员，与父母之间的交流十分重要。交谈是理解和互相沟通的重要途径。在这个信息爆炸的时代，大学生需要运用适当的交流技巧和心态来与父母进行有效的交谈。

第二段：讲述挑战（起因）

大学生与父母之间的交谈并不总是顺利的。双方存在代沟和价值观差异，因此可能产生一些冲突。大学生通常有自己的独立思考和生活方式，而父母则基于他们的经验和传统观念来看待问题。这使得双方很难真正倾听和理解对方。

第三段：解决方案（分析与方法）

为了改善与父母的交流，大学生应该首先培养良好的倾听能力。倾听意味着不仅仅听别人说话，还要理解和接受他们的观点。大学生可以采取积极的姿态，主动询问父母的想法和意见，从而加深对双方的了解。另外，运用恰当的语言和表达方式也是非常重要的。使用尊重和理性的语言，以及避免批判和攻击性的言辞，有利于平和而理性的交流。

第四段：实践经验（个人经历）

在我与父母的交流中，我发现关键在于保持冷静和耐心。我尽量保持开放的心态，听取他们的意见和想法。在交谈的过程中，我能够坚持自己的观点，但也会尊重他们的看法。我发现不要试图改变他们的思维方式，而是通过倾听和理解来建立更好的沟通。

第五段：总结（观点）

大学生与父母交谈的目的是增进双方的了解和互信。倾听和理解是实现这一目标的关键。只有通过积极的交流，我们才能真正地理解彼此，避免冲突和误解。同时，坚持理性和尊

重的表达方式也是保持良好家庭关系的重要因素。

总结

大学生与父母交谈对于家庭和谐至关重要。在交流中，倾听和理解是关键。大学生可以通过培养良好的倾听能力，运用适当的语言和表达方式以及保持冷静和耐心来改善交流。通过这样的努力，我们将能够建立更深层次的沟通，增进家庭关系的和谐。

为父母做一顿饭的心得体会大学生篇三

天使第一次降临人间，我便收到了她的馈赠，那便是父母对我的爱！

以前我一直认为，父母给了我生命，却没有给我一个温暖的家。一年四季难得与父母见上一面。因此，心里对父母充满了怨恨。在学校，每当看见同学的父母隔三差五到学校看望自己的孩子时，我多么想自己的父母也能来学校看一看自己啊！我越发觉得自己可怜，心里就更加怨恨父母，认为父母除了给我钱，没有带给我任何温暖。

然而，我错了，我真的错了。

在我上高中那年，我认识到了自己的错误想法。回想过去的那么多年，父母为了我，付出的太多太多，父母迫于无奈也放弃了许多。父母为了能让我上学，背井离乡常年累月在外奔波，为了节约钱，过年过节都舍不得回家一趟。

试问天下父母有哪一个父母不希望天天陪在孩子身边看着他们慢慢地长大？又有哪一个父母愿意常年背井离乡，过年过节都不能回家看看？是什么让他们放弃了这些？是父母们对子女无私的爱，是父母们希望子女多读书，能有一个美好的将来。感恩父母，是我们嘴上常常挂着的家常话，父母把我

从幼小的小苗培育成了一颗健壮的小树，让我幸福快乐的成长。

似曾忆起，雨夜中迷茫的身影；似曾想起，屋檐下眷盼的目光；似曾记起，面朝黄土劳苦的背影……我们有太多的理由去回报父母，只是无言去表达对他们的爱，然而每个人都应该懂得去感恩父母、回报父母！他们曾经为你的生长而付出，为你的淘气而忍辱，为你的努力而欣慰，为你的进步而高兴……也许，他们还有更广阔的、更无私的爱将为你付出！正应如此，你应该以更无私的爱去爱他们，回报他们！

其实感恩并不是嘴上说说而已，更重要的是你能做到，朋友，如果你真的想感谢某个人，那请首先学会感谢你的父母，如果你连感激父母都做不到了，就更不能谈感谢别人，学会感恩从现在开始吧，从感谢父母做起吧，俗话说：“滴水之恩，永泉相报，我并不是希望你做出多大的回报，只希望你能有一颗感恩的心，无论你做出回报是大是小都无所谓。多少个父母望子成龙、望女成凤，自己的父母何尝不是啊？他们不是在为难你，而是想让你有更好的生活啊！朋友，记住多少个春夏秋冬的奉献，记住多少句亲切的叮嘱，用自己的爱去回报父母吧！

为父母做一顿饭的心得体会大学生篇四

作为大学生，除了努力学习外更重要的是要懂得感恩，唯有这样才能更好地报答社会。下面是由小编为大家整理的“20xx大学生感恩父母教育心得体会范文800字”，仅供参考，欢迎大家阅读。

在学校操场上风轻轻地吹，拂过了我的心房。感恩中国，感恩学校，感恩老师，更要感恩父母！听有声音了，那便是“感恩我们在行动”开始了！是我们崔主任首先讲了观会的要求，并介绍了此次演讲的人。让我们怀着一颗感恩的心，静静的

倾听。告诉我们，在她第一次上台演讲时，心里想的不是别的，是大家都需要“我”。

伴随着美妙的音乐，吴迪老师深情讲起了感恩。首先我们要感谢的是父母：懂得去孝敬父母，因为他们不仅赐予我们生命，更把我们养育成人，感激父母是最起码的要求，是做人的道德底线，如果一个人连自己的父母都不爱，又怎么可能爱同学、爱社会。其次是感谢老师：懂得去尊敬师长，因为老师不仅赐予了知识，更是教会了学生如何做人。正是老师们春风化雨式的教育解开了学生成长路上的心结。教师职业需要付出太多的爱心，这份工作不是能用金钱来衡量的，选择教师职业就是选择了奉献！谁的记忆里会没有老师呢？再次，感谢关心、帮助过我们的同学和他人，因为他们不仅在我们的人生旅途中陪伴着自己度过了多少个春夏秋冬，更与我们在生活和学习中相互鼓励、相互支持、相互安慰、在交流中获得欢乐和充实。

俗话说：“谁言寸草心，报的三春晖”、“滴水之恩，当以涌泉相报”知恩图报是中华民族的传统美德。我们是有责任把“感恩”这个传统美德传递下去。让我们把“感恩之心”化为行动吧。让我们回报父母：多回家看看年迈的父母，帮他们捶捶背，揉揉肩，聊聊天，主动做一些家务；让我们回报社会：做好自己应该做的事，为文明社会尽一份力，让我们知恩、感恩、报恩吧；拥有一颗感恩的心，我们才懂得去孝敬父母。拥有一颗感恩的心，我们才懂得去关心，帮助他人。拥有一颗感恩的心。我们就会勤奋学习，真爱自己。拥有一颗感恩的心，我们就能学会包容，赢得真爱，赢得友谊。拥有一颗感恩的心，我们就会拥有快乐的拥有幸福。

人际和谐应从学会感恩开始，将感恩理念大胆引入学校德育，开展感恩教育和活动，让学生常感父母养育之恩；感师长教导之恩，感同学帮助之恩；感党和国家关怀之恩；常怀报效党和国家之心，报效父母之心，报效师长和同学之心。有利于学生的思想转化，有利于调动学生的学习积极性，有利于健康

心理、人格的形成，有利于集体主义精神的培养，有利于和谐班级和谐校园的建设。试想，一个怀着感恩理念的学生，感受到父母节衣缩食，含辛茹苦供养自己读书学技术，为的是让他成为有用的人过上幸福生活时，他能不努力学习，以优异的成绩报效父母吗？一个怀有感恩理念的学生，一旦感受到老师呕心沥血教育他成长时，能不刻苦钻研，力求以最好的成绩回报老师吗？所以我们懂得感恩，我们拥有幸福。

记得有一首小诗写得很好：“感激伤害你的人，因为他磨练了你的心态；感激绊倒你的人，因为他强化了你的双腿；感谢欺骗你的人，因为他增进了你的智慧；感激蔑视你的人，因为他塑造了你的自尊；感谢遗弃你的人，因为他教会了你独立，凡事感激，学会感激，感激一切是你成长的人。”

在这次活动中，让我们明白了许多，知恩者，幸福！感恩者，快乐！报恩者，成功！在生活中，我们要学会感恩于心，报恩于行，让感恩的种子在每一颗心中扎根，让我们的世界充满爱的旋律吧！

三毛曾写过一篇《守望的天使》，文章说，每个人生命中最真最诚的天使是自己的父母，天使终其一生舍尽全力来为自己的孩子挡风遮雨。

央视有一则为妈妈洗脚的公益广告，内容是一位女士为年老的母亲洗脚，这一切被幼小的儿子看在眼里，竟也效仿妈妈的样子，为妈妈打来了洗脚水。这则广告在社会上引起了很大的反响，许多城市的中学为此还发起了为妈妈洗脚的活动，并布置了以此为主题的作文□

那么，这件事何以会引发如此大的震撼呢？恐怕是因为它们在揭示一个众所周知的伟大主题的同时，也触及到了天下所有为子女者的内心之痛，那就是我们对母爱伟大的道理都似懂非懂，或者说虽然懂得，但却在大多数时候有意无意地忽略了报答。

可以说，在众多的洋节中，母亲节恐怕是最容易为国人理解的了，但在这一天，用一束康乃馨来表达对母亲的爱，对于情感较为含蓄内敛的我们来说，好像还缺乏一种勇气，更别谈自愧母亲的大恩无以言谢了。

然而，表达是必要的，形式却不必是一束鲜花，也许是其他的小礼物，也许是一盆洗脚水，甚至电话中一声亲切的问候，而效果却是一样的，那就是换来母亲的欣慰和感动其实天下所有的母亲都是那么容易被感动，她们对自己儿女要求得真的很少。

洛杉矶的一家旅馆。早晨，三个黑人孩子，在餐桌上埋头写着感恩信。这是他们每天必做的功课。老人在纸上写了八九行字，妹妹写了五六行，小弟弟只写了两三行。再细看其中的内容，却是诸如路边的野花开得真漂亮、昨天吃的比萨饼很香、昨天妈妈给我讲了一个很有意思的故事之类的简单语句。原来他们写给妈妈的感谢信不是专门感谢妈妈给他们帮了多大的忙，而是记录下他们幼小心灵中感觉很幸福的一滴。

他们还不知道什么叫大恩大德，只知道对于每一件美好的事物都应心存感激。他们感谢母亲辛勤的工作，感谢同伴热心的帮助，感谢兄弟姐妹之间的相互理解他们对许多我们认为理所当然的事都怀有一颗感恩的心。一直以来，感恩在我心中是感谢恩人的意思。其实，感恩不一定要感谢大恩大德，感恩其实是一种生活态度，一种善于发现美并欣赏美的道德情操。

人生在世，不如意事十有八九。拥有一颗感恩的心，善于发现事物的美好，感受平凡中的美丽，那我们就会以坦荡的心境、开阔的胸怀来应对生活中的酸甜苦辣，让原本平淡的生活焕发出迷人的光彩！

有人说：真的感情无须感谢。于是我们停止了手中为父母写

生日贺卡的笔，我们去掉了话语中从小挂在嘴边的谢谢，故意装作对父母的爱视而不见。我们错误地认为这就是独立和成熟，这才是坚强与矜持。可是父母亲却一如既往，对我们关爱备至。

在学校里，我们学会了感谢友谊，甚至对它敏感到一个眼神，一次抬眉，一个点头，我们心中漾满了甜蜜；在学校里，我们学会了感激老师，重视到了一个微笑，一句鼓励，一声关怀，我梦里充满了美好；在学校里，我们学会了感激社会，一次演出，一次奖励，一张证书，我们眼前充满了希望。也许我们忘了什么，但我们已并不在意。

原来，我们曾经遗漏过生命中那么多令人感到深情的时刻；原来，我们和父母都依然彼此深爱着。我们的身影是帆，他们的目光是海；我们的梦想是白云，他们的真爱就是天空。

莫忘感谢，爱需要我们的表达。

三月份，我们班开展了“学会感恩，感知责任”的主题活动，通过活动我们有许多感触和收获。

当我们还是襁褓中的婴儿时，我们是极易夭折的；当我们青春年少不谙世事时，我们也极易误入歧途。今天，我们能强健而正直的生活着，我们应该对那些在我们生命历程中用关爱扶持我们的人，用智慧启迪我们的人，用美德陶冶我们的人，用真情沐浴我们的人，心存感激。心存感激，是一种朗朗的心境，一种人性的光辉，天空因此而变得湛蓝，空气因此而变得湿润，美好的事物因此而变得离我们很近很近。感恩就是对自己拥有的一切要心怀感念，并应该从内心自觉以自己的实际行动来回馈社会。感恩是道德养成的过程，最终生成一种道德自觉。

同学们，我们在父母的厚爱中成长，我们是否有一颗感恩的心？对待周围的同学，你有没有心中只有自己，没有他人的现

象?希望我们能从活动中找到答案!

同学们，如今的我们是家庭的宝贝，我们在父母的溺爱中生长，有许多孩子，心中只有自己，没有他人。平时同学之间的相处，学会与人合作、互相支持、互相谅解，需要付出、或者可能要做出某种牺牲。我们应该有一颗感恩的心对待周围的人，在班集体中，怀着一颗感恩的心，处理好同学之间的关系，怀着一颗感恩的心，爱同学爱集体。大爱无边!拥有一颗感恩的心，不仅仅是感谢爱过我们和帮助过我们的人，而是在心存感激的同时，以同样的爱意和热情去回报周围的人，回报生活和社会。

在学习中，在生活上，我们每个人都可能遇到困难，一定都需要别人帮助。“人心齐，泰山移”。我们为何不能伸出友爱之手，帮助别人一把呢!生活需要我们帮助别人，需要我们感激帮助我们的人!你在感激别人的时候，把这种力量用到其他需要帮助的人身上吧，用一颗感恩的心对待我们身边的人，多好啊!我们回报帮助我们的人，我想还可以把这种感恩的心用在别的地方不使我们的光阴虚度，来回报关心我们的人。

一个经常怀着感恩之心的人，心地坦荡，胸怀宽阔，会自觉自愿地给人以帮助，助人为乐。而那些不会感恩的人，血是凉的，心是冷的，带给社会的只能是冷漠和残酷，这样的人如果多了，社会就会变成冷酷而毫无希望的沙漠。我们鄙视他们，不屑与他们为伍。

感恩，自古以来就是中华民族传统美德，我们有“知恩图报”、“投我以桃，报之以李”的说法，也有不少感人肺腑的关于“感恩”的传说故事。儒家文化的仁义礼智信、温良恭俭让，也包含着感恩情结。这些优秀的道德文化，曾经熏陶和感染了一代又一代人。

我们生活在先辈们用智慧和汗水改变了的世界中，我们远离了蒙昧和野蛮，远离了茹毛饮血、风餐露宿的时代。我们应

该对我们的先辈，心存感激。

我们不必去捕鱼狩猎，却能品尝到美味佳肴；我们不必去采桑织布，却能享受到锦衣华服。我们应该对我们的同辈，心存感激。

多一份感激，就少一份贪婪与抱怨；多一份感激，就少一份自大与冷漠；多一份感激，就少一份苛刻与虚荣；多一份感激，就少一份索取，多一份奉献。

对我们拥有的一切，我们应该心存感激，同时，我们还应该知道自己所肩负的责任。

为父母做一顿饭的心得体会大学生篇五

总以为父母很年轻，自己仍很小。然而，当看到妈妈头上那丝丝白发的时候，才意识到父母已经老了，自己该学着长大了！我们也当学会感恩父母了。

暑假，和妈妈一起看电视。妈妈站在镜子前，拔弄着头发说：“唉，真是老了，白头发都长出来了，出去别人都开始叫我老太了！”我头也不抬，仍专心致志的看着我喜欢的偶像剧。边看边随口附和道：“哪儿老了呀，就那几根白头发，根本都看不出来，没那么老！”妈妈又开口说：“过几天，等空闲了，得去把头发染黑了。”然后又喋喋不休的说着些什么，我有点不耐烦她的唠叨了，正好趁加广告的时间站起来，对妈妈说：“来，让我看看到底有多少白头发，让你这样小题大做，天天唠叨！”可是，当我用手拨开母亲额前那几缕黑发的时候，我一下子愣住了，原来那一层黑发下面竟隐藏着那么多或白或灰白的头发，我把目光移到妈妈的前额上，记忆中妈妈光滑的额头，如今却是道道皱纹。“道道纹深岁月痕”。妈妈真的老了！我的手长久的停在妈妈的额上，呆呆地看着那一道道的皱纹，看着看着，眼睛竟有点儿湿润

了。大概是发呆时，用的力气大了点吧，妈妈“哎呦！”了一声，笑着说：“傻闺女，干啥呢，用那么大劲儿？”我慌忙缩回手，扭过头，悄悄拭去眼角的泪，转过脸对妈妈说：“妈，咱明天就去染头发吧，我和你一块去！”妈妈高兴了，说：“行！”然后又说：“其实，也该老了，看我闺女都这么大了，能不老吗？”我笑嘻嘻的说：“我妈不老，看着比婶婶她们年轻！”妈妈笑了，笑的很开心！

妈妈把头发染黑了，看起来似乎年轻了几岁，可是染发剂只能掩盖表面的白发，却掩藏不住岁月的沧桑，带不走时间在妈妈额上留下的印记，我在心里暗暗告诉自己：妈妈慢慢变老，你必须努力！为了自己，更为了感恩你那日渐老去的父母！