

最新给父母洗脚的心得体会 帮父母洗脚的心得体会(精选5篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

给父母洗脚的心得体会篇一

妈妈是一位普普通通的小学老师，由于工作的特点，常常要站着上课，时间一长，就得了一种职业病——静脉曲张，一天站下来腿脚肿胀得十分难受。为了缓解病情，减轻妈妈的痛苦，我决定学做按摩师，帮妈妈洗脚、按摩。

一天晚上，吃完晚饭，一切收拾完后，我便请妈妈来到卧室，让她坐下，我笑眯眯地说：“妈妈您站了一天，今天我想为您洗洗脚，给您按摩按摩腿脚。”妈妈开始不同意，在我再三要求下，才勉强同意说：“好吧。”

我准备好脚盆，向里面倒了一瓶开水，又加了些冷水，我用手试试水温，刚合适。于是，我小心翼翼地把水盆端到妈妈面前，帮妈妈脱下脚上的袜子，一股脚臭冲了出来，妈妈有些不好意思地说：“脚太臭了。”“不臭，比我小时候拉的屎香多了。”我调皮地说。脱完袜子，我看到妈妈的脚掌长满了厚厚的茧子，脚后跟还裂了几道口，脚背肿得发亮，一摁就凹一个坑，我摸着她的脚心疼地说：“疼吗？”“不疼，没事，都习惯了。”

我把妈妈的双脚轻轻地放入水中，泡了几分钟后，就挽起袖子，开始认真地为妈妈洗脚。首先搓一搓脚脖子，揉揉脚的外侧、内侧、后跟，然后又抓一抓脚板与脚跟，最后把脚趾

也清洗干净，并逐一揉捏。此时，妈妈微闭着双眼，任由我摆布，享受女儿的按摩，幸福写满脸上。洗完后，妈妈抬起脚，水珠顺着脚跟滴落，我用毛巾把妈妈脚上的水擦干。妈妈的双脚变得干干净净，皮肤红红的，不停地冒着热气。我看到妈妈的脚指甲长了，立即找来剪刀，帮她剪短，又给她穿上拖鞋。

倒完洗脚水，我又回到卧室，让妈妈趴在床上，为她敲打、按摩双腿，妈妈直说舒服，我就对妈妈说：“今后我天天为您洗脚、按摩、敲打。”这时，妈妈坐了起来，眼里闪烁着晶莹的泪花，她一把将我搂入怀中，激动地说：“乖女儿懂事了，妈妈谢谢你！”我也沉浸在幸福之中。

给父母洗脚的心得体会篇二

我们沐浴着爱的阳光长大，我们滋润着人间的真情成长，多少次带着幸福的感觉进入梦乡，多少回含着感动的泪花畅想未来。而一路的走来我们的身边却有人始终支持着我们。

也许父母的一生不奢望自己的子女能够天天为他们洗脚，可是作为子女的我们是否想过要为父母洗一次脚呢？也许当你洗完后，你就会知道父母对你那无私的爱，同时也会感受到自己是多么的粗心，这么多年自己都没有为父母做些什么。我们一味的索取，却忘了付出。

中国自古讲求孝道，孔子言：“父母之年，不可不知也。一则以喜，一则以惧。”也就是讲，父母的身体健康，儿女应时刻挂念在心。想想自己真的做到孝了么？《三字经》里不是有句话说‘香九龄，能温席，孝于亲，所当执’。黄香九岁就能帮父亲温席了，我们都二十多岁了，难道还不能帮他们洗脚吗？想到这里我都惭愧，为父母我洗脚，在他们的眼里我看到是喜悦是激动。

面对父母的爱，我们永远都无法还清。而我们只有抓住点滴

去回报父母。

有多少年了，我们好像很少注意到白发苍苍的父母们默默奉献的爱，甚至把它当成是一种累赘。我们可以狠狠的拒绝他们琐碎的关注与细细的询问，可曾想过那是他们的心和全部的爱？如果我们能多给父母的爱一点耐心和理解，也许会让他们活得更开心、更幸福一些。而所需要做的只是一点点耐心的回答、一两句话电话问候、一两天贴身陪伴。要知道，哪怕是些微不足道的事情，都会让父母很开心很久很久……当你为他们洗完脚看到他们脸上的微笑你就会明白了！

给父母洗脚的心得体会篇三

实话实说，21岁的我从来没有为父母洗过一次脚。由于父母和自己表达感情的方法都比较含蓄，属于把爱放在心里的类型。关心对方，却不知道怎么表达；想说点甜言蜜语，却永远无法自然的说出口。体会着父母对自己的爱，想当父母心中那个懂事而自立的好孩子，但父母时常会唠叨自己的种种，反正在父母眼中是个还不懂事的孩子吧。不善于表达对父母的爱的自己，借着这次老师布置的暑假作业，终于鼓起勇气为父母洗了一次脚。

其实，如果我突然对父母说想为他们洗一次脚，我想他们的反应应该是拒绝，反而提议给他们捶捶背和揉揉肩就很好了。于是我很认真的说这是老师布置的一次作业，需要写感想，终于父母就乖乖配合了。

这是一次迟到的洗脚。妈妈的脚摸起来让人很难受，扎扎的。脚上的皮肤很粗糙，还开裂了。还有妈妈的大腿好白皙，但小腿和脚却是呈现截然不同情况。我明白，那是父母辛苦工作的痕迹啊。妈妈还开玩笑说道：“那种好处大概是踩到小石头比较觉得不疼吧。”’’为她洗这一次脚，最大的感受就是心疼，很心疼，还有的便是对自己的各种不懂事感到愧疚。岁月的痕迹清清楚楚真真实实的刻在了妈妈的脚上，没有一

点含糊。看着妈妈充满岁月痕迹的双脚，心里很难受，于是在按摩洗脚结束后，用护肤霜仔仔细细的帮她做了护理。妈妈虽然推脱不用了，但我还是坚持做完了。其实看的出来妈妈挺开心的，而且老是跟人说我为她洗脚了，虽然前面加上那是老师布置的作业。妈妈不知道，妈妈每次与别人说起，我更多的感受是羞愧，21岁才第一次为妈妈洗脚，这可不是什么值得骄傲自豪的事。比起爸爸妈妈为我做的事，我所做得真的太微不足道了。爸爸妈妈，你们一定要健健康康，女儿一定会好好孝顺你们的，我在心中暗暗发誓。

洗一次脚的过程其实非常的简单，但简单的过程却包含着丰富的情感，于是简单的洗脚就变得不再简单了。正是爱让洗脚不单单是洗脚，而是子女传达对父母的爱的一种桥梁。这种爱，是父母最想要的礼物，是父母最欣慰最珍惜的东西。感谢这次暑假作业，让我更深刻的体会着父母的不易和自己的不足。想对爸爸妈妈说：“女儿会学着懂事，不让你们太操心，请一定要好好爱护自己的身体，要健健康康，长命百岁，我爱你们。”

给父母洗脚的心得体会篇四

高中给父母洗脚是一种传统的中国文化，也是一种表达孝心和感恩父母的方式。自从我进入高中以来，我开始意识到这个传统的重要性，并决定给我的父母洗脚，以表达对他们的感激之情。在这个过程中，我不仅体验到了父爱和母爱的伟大，也体会到了家庭的温暖和幸福。以下是我在高中给父母洗脚的心得体会。

第二段：身心的交流

给父母洗脚是一种身心的交流，它不仅仅是通过行动来传递感情，更是一种心与心的沟通。当我在给父母洗脚的时候，我能够亲身感受到他们的疲劳和辛勤付出。他们的双脚充满了岁月的痕迹，而我洗脚的动作让他们感受到了我的关爱和

孝心。没有语言的交流，却有一种默契的默示，让我们之间的距离更近了。

第三段：感恩父母

在给父母洗脚的过程中，我意识到了自己作为子女的责任和义务。父母不辞辛劳地抚养和教育我们，而我们却很少有机会回报他们。给父母洗脚，让我明白了感恩的重要性。不仅仅是通过这个行动来表达感谢，更是要随时关心他们的身心健康，尽自己最大的努力去回报他们的养育之恩。

第四段：体验家庭的温暖

在给父母洗脚的过程中，我也体验到了家庭的温暖和幸福。坐在家裡，和父母一起聊天，一起分享生活中的点滴，无疑是一种美好的体验。而给父母洗脚，则是这种家庭温暖的延伸。家庭是每个人最珍贵的财富，是人生中最重要力量源泉。通过给父母洗脚，我更加珍惜我们的家庭，感受到了家庭所带来的幸福和满足感。

第五段：心灵的相通

给父母洗脚不仅仅是一种身体上的付出，更是一种心灵上的相通。家人之间有时候会有各种误解和矛盾，而给父母洗脚则是一种化解矛盾和增进感情的方式。在这个过程中，我们静下心来，通过触摸和关注彼此的双脚，心灵得到了疏导和平静。父母对我们的期望，我们对父母的关心，都通过这个简单的仪式传递和共享，让我们更加理解和尊重对方。

结论：

给父母洗脚是一种传统的中国文化，也是一种表达孝心和感恩父母的方式。通过给父母洗脚，我体验到了父爱和母爱的伟大，也感受到了家庭的温暖和幸福。这个过程不仅是身体

上的交流，更是一种心与心的沟通。通过这个简单的仪式，我学会了感恩和回报，体验了家庭的温暖和心灵的相通。让我们一直珍惜这份亲情，让给父母洗脚成为我们生活中的一部分。

给父母洗脚的心得体会篇五

洗父母的脚是古老的传统美德之一，也是中华民族的文化之一。作为一个高中生，我非常幸运有机会在学校的活动中亲自体验给父母洗脚的独特体验。这次经历不仅使我更加了解了父母为我们的付出，也让我体会到这一古老传统反映出的孝道精神的重要性。

第二段：初次体验

当我第一次被邀请参加洗脚活动时，内心其实有些抵触。大多数人认为洗脚是老人干的事情，年轻人并不需要亲自动手。然而，当我看到父母的笑脸，心中的抵触消失了。为了感受洗脚的艰辛与父母的辛苦，我选择亲自给他们洗脚。刚开始的时候，我手笨拙地握着毛巾，没有抓住正确的力度和方式。然而，父母的耐心和微笑鼓励着我，使我越来越渐渐掌握了正确的洗脚技巧。

第三段：体验的启示

通过这次亲身经历，我深刻体会到洗脚的背后蕴含着无言的爱与关怀。无论是岁月的痕迹还是低头沉默的态度，举手投足之间，都流露出父母对我们的深情厚意。虽然他们的背影已渐渐弯曲，但洗脚活动中，我感受到了他们身上的光芒和温暖。这一简单的动作唤起了我心中浓浓的感激之情。

第四段：孝道与传统

洗父母的脚不仅仅体现了对父母的关爱和孝道，还代表着中

华民族传统文化中的一部分。洗脚是中华民族古老的传统之一，是一种尊重、感恩、体谅的象征。传统中讲究忠孝节义的价值观，而洗脚活动则以孝道的精神为核心。通过传承这一传统，我们不仅传承了孝道文化，也传递着爱和感恩的力量。

第五段：体会与行动

通过给父母洗脚的体验，我认识到父母的伟大和无私。为了我们的成长和幸福，他们默默地付出着自己无私的爱。这一次洗脚活动让我更深刻地认识到了父母的辛勤付出，加深了我对他们的尊重和感激之情。借此机会，我下决心更好地珍惜与父母相处的时间，并以实际行动回报他们的辛勤努力。我决定不仅仅在特别的活动中关心他们，更要时刻为他们打扫温馨的家园，陪伴他们的生活，并尽自己的能力为他们创造更多的幸福和快乐。

总结：

通过高中给父母洗脚的体验，我意识到洗脚背后蕴含着深深的爱与孝道精神。这一古老的传统反映出了中华民族尊重长辈、感恩父母的价值观念。通过持续的尊敬、关心和行动，我们能够真正传承并发扬这一优秀传统文化，并带给我们的父母幸福与快乐。