# 给老婆的检讨书自我反省(模板10篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-07-14

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧给老婆的检讨书自我反省...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**给老婆的检讨书自我反省篇一**

可爱的挚爱的最爱的亲爱的老婆大人：

遵照你的旨意，我在电脑前苦思冥想了近二个小时二十二分二十二秒，喝了两杯白开水，抽了两支烟，上了两次卫生间，终于写出了这份检讨书。以上事实准确无误，请审查。附上我的检讨报告，不当之处请指正。

公元20xx年11月30日星期二上午11点17分14秒，我看了你在群里发的一张图片，指责了两句，你又习惯性地用\"爪子嘛\"、\"关你啥事呢\"回应我，出于对这些话的反感，我失去了理智，说了些伤害你的话，惹得你生气，一下午都不理我。

冷静下来，通过一下午深刻的自我检讨，终于发现我的错误很大，如果让这种错误思想一直存在得话，后果不可想象。于是厚着脸皮诚恳地向你道歉，在我的死皮赖脸下，领导终于给了我一个改过自新的机会，让我写一篇3000字的检讨书，在晚上八点前交，少一字罚款一百元。3000字，说实话真的不少，而且我手里还有一份棘手的报告要写，不过只要领导能原谅我的\'过错，再难也要保质保量完成任务，工作报告晚上加班再写吧！在这里我首先感谢领导能给我这个写检查得机会，让我有机会赢得组织得原谅，能够重新作人。我今天的错误所在，是不该干涉你的兴趣爱好，虽然现在我还有点不认同，但也不能表现出来。你从大城市来到这个小地方，离开了你向往的生活，身边没有知心的朋友，而我又不能每天都陪在你身边，一个人的日子真的不好过，有点兴趣爱好也好，多些朋友也没什么错，打发时间，我不应该强加干涉。再说你的兴趣爱好也没什么，我不该反对，相反该试着慢慢接受，改变自己的观念。

其实，要检讨的，不仅仅是今天这件事，之前做过的错事，说过的错话，也要老婆原谅，我知道有很多，再此我就不一一检讨了，否则就成长篇小说了。其实你也能看到，我的有些毛病我也慢慢在改。

老婆，我们在一起快一年了，经过这一年来的互相了解，我认为老婆同志温柔贤良，勤奋聪颖，是不可多得的女孩子，而身为男人的我却在不经意的状态下做了伤害你的事，说了伤害你的话，我有罪。

闹过许多次，吵过许多回。为什么会这样？我觉得，根源在于我的心态。我不理智，从不理性的去思考我与你之间的矛盾和分歧。很多时候，我甚至觉得你应该听我的。理论上讲，我或许就是有一点大男子主义，对你，我有强烈的控制欲。我口口声声说要疼你，可是在过去的一年中，我真的没有搞懂疼老婆真正的含义。简单点说，就是我说了，可是我没做到。

老婆，我不想惹你生气，你生气的时候，我真就急的像热锅上的蚂蚁。也还是我的心态问题，我不聪明，从不会机智的去化解我与你之间的冲突。常常是这样，我比你急，比你火气大，把问题越搞越复杂，就连把你气走了我都不去追，最严重的一次是让你在瓢泼大雨中淋了那么久，我却毫未察觉。

检讨人：

20xx年xx月xx日

**给老婆的检讨书自我反省篇二**

亲爱的老婆大人：

你好！

我错了，我不该抽烟的，明明和你说过了，要戒烟的，但是我却还是没有克制住自己，别人给了烟给我，我就接了，完全没想到自己在你面前说过的，要戒烟，我也是要好好的检讨，反省这次抽烟的行为，不能再犯了，毕竟抽烟是真的对身体伤害很大的，也是会让他人吸二手烟，可以说吸烟完全没有任何的好处。

这次抽烟是和朋友一起去吃饭，吃完饭，朋友并不知道我戒烟了，就给了我一支烟，而我也是喝了一点酒，没想太多，就直接接了，也是觉得别人给我烟，我不接真的很不好，而且吃完饭也是想抽一根，如果朋友在抽，而我却不抽也是很不好，而我这样好面子的行为确是让我的戒烟半途而废了，老婆之前和我说的话我也是忘记了，其实我只要拒绝也是没有什么关系的，朋友也是会知道的，并不会强迫我来抽烟，可是我却是抹不开这个面子，并且也是觉得抽几根没事，下次再戒就可以了，可是这样如果反复下去，根本就戒不了烟，而且也是还会给身体更大的\'伤害，再次复吸烟的话，也是会量更加的大。

我给你保证过，不再吸烟了，但是我却没有遵守，也是让老婆你生气了，我明明保证说过的，但是却还是犯了，我自己也是很后悔自己这次吸烟的行为，如果再让我选一次，我一定会拒绝的，甚至还会劝朋友也是不要吸烟，真的吸烟不好，我知道，也是在这我再次的保证，不会再抽了，我这次抽烟，老婆想怎么惩罚我都是可以的，只要你不再生气了就好了，我身上的烟味也是让你反感，我知道，我只有彻底的戒掉才行。

我的烟瘾其实并不是特别的重，还是可以戒掉的，而且一些比我烟瘾还重的人都是能戒掉的，我为什么就不可以呢？只要我努力的去做了，其实还是可以的，坚持下去，总有一天我会对香烟产生厌恶的，并且我也是知道，戒烟是困难的，但是有老婆的帮助，我想一定是可以的，这次抽烟我也是彻底的知道，不能再有吸烟的念头，我以后和朋友出去，也是提前要说，我是在戒烟，并且不能去有抽烟的地方，只有这样从身体到心理上都告诫自己，那么才能真的成功，老婆，我一定会戒掉的，不会再吸烟了，这次吸烟也会是最后一次了，不会再有了。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

日期：20xx年xx月xx日

**给老婆的检讨书自我反省篇三**

亲爱的老婆：

您好！

我对我自己过去几天的.行为彻底反省了一下，总结出自己的诸多恶劣行径，在此先感谢老婆对我各方面的支持及帮助，更感谢老婆对我的关心和爱护。

现在对我的各类行为进行反思，不当之处可以和老婆协商，老婆永远是对的，也就是老婆的话就是命令，对于老婆的各类观点还有各类意图决定，作为老公的我只能认同接受还有执行，不存在判断对错的过程，没有任何商量的余地，更加不能反对或者反抗，对于这点我没有做到，时常耍小脾气，耍小心眼，甚至发脾气还不鸟你，对于这样的恶劣行为我要深刻检讨，老婆对不起我错了，我不敢再不鸟你，不敢耍自己的小脾气，不敢赌气了。我没有重视老婆的感受，没有对老婆呵护备至，老婆是我最爱的人，我应该把老婆捧在我的手心，而我有时候不鸟老婆，对老婆不够重视，这严重伤害了乖乖老婆的心，让老婆心情不好而且时常心情不稳定，老婆的身体本身就不好，这样会影响老婆平时的生活。样的事情发生，会影响老婆对我的信任度，而我是这一行为的罪魁祸首。不懂得自爱更不懂得爱护别人，换句话说就是，不懂得爱惜自己就更不懂得爱护老婆，对不起，亲爱的乖乖老婆，我真的错了，希望得到你的原谅。

老婆，在一些时候，我一味得要求你要对我好，却对自己的要求过低，同时我也明心自问，老婆已经为我付出了好多好多了，我还有什么好要求的呢，老婆，我真的无法离开你，没有你我真的会很开心。

有时候老婆站在我的面前我也认不出老婆，这完全是我的过错，遇到一些事情就莫名其妙得把老婆忽视了，有的时候我把一些事情看得太重了，而忽视老婆的存在，对不起老婆，我不敢这样了，我一定会处处为老婆着想，做好老婆的好乖乖，每天听老婆的话。老婆打我电话或者qq上和我聊天我一定尽快回复老婆的各类信息，老婆，我也体会过等一个人的感受，知道这样很痛苦，所以我一定要不能让老婆痛苦，及时回复老婆的信息，圆满的完成老婆交给我的任务。

老婆，我以后不敢再和别的女生打打闹闹了，不再随随便便，只在老婆面前表现我的真面目，我一定要为老婆坚守我的真彩，每天都让老婆开开心心的。

老婆，我认识到很多自己的不足，鉴于以上许多点的不足，我要对自己进行深刻的自我反省，不管对待任何人都要抱着平等公正的态度，时刻牢记自己生活在一个幸福的氛围当中，任何时候都不能放任自己的情绪，不能只顾及自己的感受，更应该顾及老婆的感受。要学会宽容，学会敞开心扉的接受老婆的批评。亲爱的老婆我错了，无论如何我都不该对老婆这样不理不辞啊的态度。

老婆，对不起，求你原谅我以前的卑劣行径，我保证端正我的态度，再也不犯这样的错误了，保证你每天开开心心舒舒坦坦，为了弥补我的过错，老婆让我干什么我就干什么，以后日子里一定好好听老婆的话，好好珍惜以后的日子。

从今以后我保证：以后少抽烟少喝酒，关心、爱护、体贴超级好老婆，不管做任何事情都向老婆汇报，不做对不起老婆的事情，不管任何事情都不能对不起老婆，老婆打我，我要忍着，笑对老婆，让老婆气撒在我身上，也要让这老婆，老婆生气了，跑了，我要追，每天早上一醒来，每天晚上睡觉前都要想着老婆，准时和老婆说＂早安＂和＂晚安＂，任何时候都不能欺骗老婆，在老婆这要说到做到，做到老婆永远是对的，对待老婆的责怪坚决不推卸，不解释，不赌气，永远捍卫老婆的尊严，坚决不在老婆面前耍小聪明，注意个人的修养不说脏话，坚决不把架子端到老婆面前。

按照老婆出门要跟从，老婆命令要服从，老婆错了要盲从；老婆化妆要等得，老婆花钱要舍得，老婆生日要记得，老婆打骂要忍得的三从四德新标准严格要求自己。请老婆在今后的生活中监督我，如果有补充，请老婆随时予以纠正。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**给老婆的检讨书自我反省篇四**

亲爱的老婆：

您好！

我错了，我真的错了，我惹你生气了，惹你不开心了，我不应该用这种态度对你的，更不应该发那个打你的头像给你，我很后悔，其实你不开心才是最大的不开心，每次你不理我的时候我很伤心，难过，我总是千方百计的想办法去哄你，去逗你，千金难买我愿意，只要老婆笑了，我就开心了，哄不好你，我所能做的就只是着急。好急好急噢。我心里那个慌张，我都心乱如麻了。

所以每次我都要先哄好你以后我的心才能平静。同样其实我生气用不好的态度对待你的时候，我的心同样的痛和难过，伤着你的同时也在伤害着自己。其实谁愿意生气呢，可能是我太在意你了，有时候你不经意的话或者一个玩笑都会让我压抑万分，让我不知所措，我很害怕，害怕你离开我，因为我不知道我的世界少了你会变成什么样。

我不知道现在我所做的能的什么，我总是一次一次回忆起我们一起的点点滴滴，我只是想表达我有多爱你，但天生愚笨的我依然不知道如何表达，我喜欢看你狡黠的笑，喜欢你消遣我，喜欢你撒娇的样子，其实你也很好哄的`，因为我都能让你破涕为笑，泪还没有干就又开始消遣我，不过你哭的时候我会体会心如刀割的滋味，和你在一起，我才了解到心急的感觉。但心痛过后，就是我们彼此的笑声，传满整个天地。

我估计这辈子我说最多对不起的人就是你了，每一次你生气，不开心，我就得说无数次的对不起，每次你都不让我说对不起这三个字，还会发过来一个刀砍我的表情。其实我知道你是心疼我。老婆请你相信我，我会试着多学点美丽的语言，逗你开心的。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

**给老婆的检讨书自我反省篇五**

老婆大人：

以下是我对自己的种种恶果的分析和日后的悔改，请老婆阅读：

第一、20xx年12月22日我惹老婆生气了，我真的好后悔。但是每次气一来就被怒火冲昏了头脑。在以后我会学着改掉这点坏习惯。

第二、我可能真的没想到需要给对方留一些空间，我就想看看到底你所说的在乎我，到底是怎么个在乎法，我只想到了自己却不断的给你压力，事后我后悔了你知道我很在乎你不管你需要我怎么样我都会努力的做到。

第三、对于老婆的观点我只能做出接受或者执行，不能存在讲理由的过程，没有任何商量的余地，更不能反对或者反抗这1点我做的非常的差我发脾气，小心眼，不理你甚至把你弄哭的行为进行检讨我错了。

第四、老婆我既然自己都没办法做到我又有什么能力要求你跟我一样其实你已经为我付出了好多好多我还要怎么样呢？我无法离开你，没有你我会很伤心，很难过很痛苦，失去你我会很后悔。

第五、每次你不理我的时候我很伤心，难过，因为我不善于去说甜言蜜语，不知道怎么去哄女孩子开心，我所能做的就只是着急。同样其实我生气用不好的态度对待你的时候，我的心同样的痛和难过，伤着你的同时也在伤害着自己。其实谁愿意生气呢，可能是我太在意你了，有时候你不经意的话或者一个玩笑都会让我压抑万分，让我不知所措，我很害怕，害怕你离开我，因为我不知道我的世界少了你会变成什么样。

第六、老婆，我真的知道错了，请原谅我吧，我以后会学会以和平的心态去面对，如果还有什么没写出来的错误或者是写错的地方，请指出无论如何我以后都不会对你不理不睬，大吼大叫，更不能动手打人。我是猪、大猪头，你就别跟我在生气了。为了我们共同的理想你就原谅我这一次吧我，保证以后在也不犯同样的错无了为了弥补我的过错以后老婆说一我不说二。

xxx

20xx年x月x日

**给老婆的检讨书自我反省篇六**

如果惹老婆生气的话，记得给老婆写一个自我反省来让她开心，下面是由小编为大家整理的“给老婆的自我反省检讨书500字四篇”，仅供参考，欢迎大家阅读。

亲爱的老婆大人：

你好！

我错了，我不该抽烟的，明明和你说过了，要戒烟的，但是我却还是没有克制住自己，别人给了烟给我，我就接了，完全没想到自己在你面前说过的，要戒烟，我也是要好好的检讨，反省这次抽烟的行为，不能再犯了，毕竟抽烟是真的对身体伤害很大的，也是会让他人吸二手烟，可以说吸烟完全没有任何的好处。

这次抽烟是和朋友一起去吃饭，吃完饭，朋友并不知道我戒烟了，就给了我一支烟，而我也是喝了一点酒，没想太多，就直接接了，也是觉得别人给我烟，我不接真的很不好，而且吃完饭也是想抽一根，如果朋友在抽，而我却不抽也是很不好，而我这样好面子的行为确是让我的戒烟半途而废了，老婆之前和我说的话我也是忘记了，其实我只要拒绝也是没有什么关系的，朋友也是会知道的，并不会强迫我来抽烟，可是我却是抹不开这个面子，并且也是觉得抽几根没事，下次再戒就可以了，可是这样如果反复下去，根本就戒不了烟，而且也是还会给身体更大的伤害，再次复吸烟的话，也是会量更加的大。

我给你保证过，不再吸烟了，但是我却没有遵守，也是让老婆你生气了，我明明保证说过的，但是却还是犯了，我自己也是很后悔自己这次吸烟的行为，如果再让我选一次，我一定会拒绝的，甚至还会劝朋友也是不要吸烟，真的吸烟不好，我知道，也是在这我再次的保证，不会再抽了，我这次抽烟，老婆想怎么惩罚我都是可以的，只要你不再生气了就好了，我身上的烟味也是让你反感，我知道，我只有彻底的戒掉才行。

我的烟瘾其实并不是特别的重，还是可以戒掉的，而且一些比我烟瘾还重的人都是能戒掉的，我为什么就不可以呢？只要我努力的去做了，其实还是可以的，坚持下去，总有一天我会对香烟产生厌恶的，并且我也是知道，戒烟是困难的，但是有老婆的帮助，我想一定是可以的，这次抽烟我也是彻底的知道，不能再有吸烟的念头，我以后和朋友出去，也是提前要说，我是在戒烟，并且不能去有抽烟的地方，只有这样从身体到心理上都告诫自己，那么才能真的成功，老婆，我一定会戒掉的，不会再吸烟了，这次吸烟也会是最后一次了，不会再有了。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

亲爱的老婆大人：

你好！

真的是对不起，昨天我也是忙碌于一些事情，没有理你，没有接你的电话，真的做的糟糕，虽然工作是重要的，但是老婆是更为重要的，我也是要道歉，同时也是来反省自己的问题，要在这给你检讨。

工作的忙碌也是让我忽视了你，真的很不应该的，此次的事情，其实如果我回复一下你和你说清楚原因，你也是不会生气的，毕竟也是知道工作的重要，而我工作也是为了让我们这个小家庭更加的好，但是却完全没有理你，也是没有去考虑过你找我是否真的有急事，我这样做真的没有太多的去思考，老婆生气我也是理解的，自己的态度也是要去做好转变，的确我们是已经结婚了，但是很多的事情，我也是不能自以为是，还是要多尊重你的意见，同时也是需要让自己更加的体谅你，很多时候你也是关心我，才来和我说的，但是我确是不理你也是很不应该的。很抱歉自己的行为也是对你造成了一些伤害，而且此次也不是我头一次的不理你，之前也是因为一些事情而没有理你，也是和我说过了，让我记得，但是我却忘记了，真的特别不应该，自己的问题也是要去做好解决，同时我也是相信我们的感情是没有变化的，我也是为了家庭而去付出。

但是我的方式，我的行为却是让老婆你不高兴了，我知道是我自己的情况没有处理好的才会如此，而此次你的生气也是让我知道，让我意识到此次事情的严重性，今后也是不能再发生这样的事情了，对于你我必须要好好的对待，去珍惜，很多的时候你找我也是为了关系了解我的一个情况，我也是要作出回应，真的忙碌你知道了也是会体谅我的，而不是我完全的心思在工作上，没有考虑你的一个感受，那样也是特别的糟糕，我已经反省也是知道自己的一个错误，也是老婆请你原谅我把，我们说好的，这个周末去看烟花，我想你也是期待着吧，我们一起去，我一定会给你一个惊喜的，老婆，不要再生气了，你不开心我也是特别的难受的。

真的我自己也是很抱歉，没有做好，做到位，对于老婆的理会，我没认真的对待，以后不会了，也是会及时的回应你，无论多忙我都是要关心你，要把你的事情处理好的，为了家庭为了你脸上的笑容，你的惩罚尽管来，老婆，只要你开心就好。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

亲爱的老婆大人：

你好！

当你看到这封检讨书的时候，老公我已经在家门外站了许久了，从老婆你把我赶出家门之后，除了上班的时间，我都在家门口站着，楼里的邻居见了我，都笑着调侃我，虽然我觉得的确挺丢脸的，但是我只要一想到是我做了错事对不起老婆你，我就愿意站在外面等你为我开门。这不是老婆你要我做的，而是我自愿做的，为了我亲爱的老婆，我愿意！

老婆，回看这些年我做的事情，犯下的错误，我自己也明白太不应该了。这些事儿在我们婚前就都已经说得好好的了，我却……还记得在婚前，这些都是我对老婆你的承诺，当时说的时候，真是我发自肺腑的心声，谁能想到结了婚之后，我却和那些甜言蜜语的“骗子”没有什么区别了。

老婆，我知道，你愿意嫁给我，是因为你相信我能够给你幸福。老婆你不管是当年还是现在，都是众人追求的对象，为什么会选择我呢？正是因为我诚实可靠，你爱的也正是我的诚实可靠。当我向你求婚时，你也笑着问我“怎么忽然甜言蜜语了？”那时候我是因为真心想要把你娶回家做老婆，所以才会说出那些好听的话的。

老婆，你读到这里的时候，不要难过地落泪，现在我仍然是想要对你说那些话，想要你做我的好老婆的人啊！只是经历了柴米油盐的生活之后，我才知道实现那些美好的愿望是需要努力也需要时间的。那些话不是骗你的假话，而是还未实现的真话，只是的确晚了一些。

老婆，请你相信我，经过这一次你对我说出你内心感受到的希望落空，我已经强烈感受到老婆你作为我的老婆却生活得不太幸福这一点了，这样的时刻，老婆你痛心难过，我也一样。真的，我可能是被因为工作的繁忙以及对生活丧失的希望改变成了现在这副麻木的模样，但请老婆你放心，现在我已经不再觉得生活没有目标没有希望了。

这一次我想了很多，也回想了自己与你恋爱的时候，那时候的我还是一个少年，对爱和生活都充满着希望。从今以后，我要让这个少年回来，守护他心爱的公主，拼尽全力争取再也不让公主落泪的机会，如果真要落泪，那也只能是因为感到了爱，感到了我对她的心意。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

亲爱的老婆大人：

你好！

首先要跟你说的是，这件事情是我错了，是我不应该做出这样的举动让你生气，也是我没有照顾到你的面子，让你感到失望和伤心了。对不起老婆，这一次真的是我错了，不管你要我跪多久的搓衣板，我都会按照你的指示去做的，老婆请你原谅我吧，我一定会改正过来，再也不会让你生气了。

这件事情呢，的确是我的问题，昨天原本是开开心心请朋友们吃饭，结果我却在饭桌上给你脸色看。你从下班忙活到现在，煮饭炒菜都是你一个人在弄，只不过是一道菜太咸了一点，我自己觉得不是很有面子，怕亏待了朋友，所以才对你生气，说你怎么弄的，这个菜也弄得这么咸。其实我真的没有想过要去抱怨你，只是我当时也不知道怎么想的，一时间觉得尴尬就说了出来。

其实我说出来这句话的时候才是最尴尬的，我自己也领悟到了，我不仅让你生气了，也让自己表现的很苛刻很不好。我这件事情的确没有做好。就算是菜太咸了，作为一个明理的人也不应该去说。老婆你知道的，我就是这样一个比较冲动的人。因为在此之前我跟他们一直夸你做菜特别好吃，结果这次我觉得自己有点打脸，所以才会比较生气。

其实我知道朋友们也不会这么去计较，可是我还是觉得自己没有面子。我没有面子并不是说你没有给我面子，而是因为我自己的问题，我没有像你一样，有这样好的厨艺，也没有做好一个温柔的丈夫。我对自己的确也很失望。我知道自己的确是应该好好反省了。我很感谢你当时并没有和我吵起来，你还是给了我面子，您对我的包容我真的很清楚。所以我更加的后悔了，更加的惭愧了。我已经无地自容了。

最近我也感觉自己越来越浮躁了。平时我对你也比较的没有好的脸色。我知道两个人在一起，多一些的应该是积极的情绪才对，可是我最近却因为工作中的问题，让你也跟着烦恼了。这样的我实在是不够成熟，我现在也已经认识到了这个问题，想要尽快的改正过来。我希望我可爱的老婆可以再给我一次机会，我一定会向你证明我，也一定会向你证明我所努力的一切。老婆，我真的知道自己不对了，我也越发觉得自己在意你、爱你了。请你原谅我一次，我今后会表现的更好的！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

小编特别推荐

给老婆的检讨书 | 写给妻子的检讨书

给老婆检讨书自我反省800字

给老婆检讨书500字反省自己

给老婆检讨书1000字反省错误

给老婆检讨书500字范文四篇

检讨书自我反省模板

**给老婆的检讨书自我反省篇七**

你好！

我非常后悔今天做的这件事情，我再一次的让你伤心了，我们每天的相处状态这段时间似乎有点冷淡，我想了想这不用说一定是我的问题，是我冷淡了你，本来你一个人在家就很孤独，每天都希望我能狗关心你一点，可是最近我工作的压力带入到了家里来了，没有办法每天那么关心呵护你，当然我知道再怎么样我也不能那么冷淡，我忽视了你的感受，其实这些我都是看子啊眼里，就是有时候工作压力让我不知道怎么表达，这段时间我总是子啊回家之后让你感觉很冷漠，其实我也是不想，作为一名男人我工作上面这一点压力都带到了家里，还带给了你，我实在是羞愧，很多时候我知道你需要的就是那么简单的一些东西，没有什么很过分的要求，今天我又一次的把工作情绪带到了家里，让你生气了，这次我也意识到了我这样是非常的不好，你一直以来都在理解我，但是你的情绪也是需要发泄的，我需要有一个反省。

回想今天的事情我内心还是很不安的，还带有一点愧疚，当然这些现在说也没什么意义，阐述我这次让你生气的经过做一番检讨是我一定要做的，今天下班回到家之后我因为工作上面很多事情，这些都是最近一直存在的，工作上面近期一直以来都是很忙碌，我也想了很多，自己是不是应该控制自己，但是这一点都没办法空追，我知道这是我的缺点，我应该好好的反省，我把自己情绪带给了你，下班之后回到家里，就就没有什么精神了，您一直都在跟我说话关心我，我居然态度那么冷淡，现在回想起来也真的是太让人伤心了，我这次实在是做的不好，这是我的一定要反省的，当时我也不知道自己是怎么回事，一直在想着工作事情，我还把这些烦恼表现在脸上这是很不好的。

我想了很久，我让你伤心了，你那么关心我，我却不知道珍惜，近期以来我一直在辜负你的一片心意，换做是我我也会很伤心很生气的，当然在今后的生活当中我一定会保证自己不会再出现这种情况，我不愿意让自己这种情绪得不到控制，我会好好的克制自己，在工作上面也保持舒心，不把这些情绪带到家里来，我会记住这次的事情，反省自己之际写下这篇检讨书，工作情绪我一定会调整好，请老婆相信我。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

给老婆的自我反省检讨书

惹老师生气的道歉信

惹女朋友生气悔过书

惹女朋友生气道歉信

惹老师生气的道歉信

2024工作自我反省检讨书

**给老婆的检讨书自我反省篇八**

亲爱的好老婆：

你好！

以下是我对自己的种种恶果的分析和日后的悔改，请老婆阅读

       （第一）20xx年xx月xx日我惹老婆生气了，我真的好后悔。但是每次气一来就被怒火冲昏了头脑。在以后我会学着改掉这点坏习惯。

（第五）每次你不理我的时候我很伤心，难过，因为我不善于去说甜言蜜语，不知道怎么去哄女孩子开心，我所能做的就只是着急。同样其实我生气用不好的态度对待你的.时候，我的心同样的痛和难过，伤着你的同时也在伤害着自己。其实谁愿意生气呢，可能是我太在意你了，有时候你不经意的话或者一个玩笑都会让我压抑万分，让我不知所措，我很害怕，害怕你离开我，因为我不知道我的世界少了你会变成什么样。

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**给老婆的检讨书自我反省篇九**

亲爱的好老婆：

你好！

对不起、我错了，今天又惹你生气了，你这次大概你已经对我失去信心了，大概也没有信心爱我了对吗？但我要告诉你、我真的很在乎你、我不能没有你！但是、没有心的我今晚又再次伤了你！

对不起、也许是我真的变了，变的那么老是自我为事，但是我真的没有伤害你的意思！

九个月了，还记得我们认识到现在的点点滴滴吗？我们的幸福快乐、我们的温存、我们的承诺！能够和你认识那是缘分，我相信缘分、更相信你。因此、你对我的好、对我的理解、对我的等待。我会记得一辈子、然而我对你的只有伤害、伤害还是伤害。真的很抱歉！

经过这么多，我懂得了爱一个人不要在意对方爱不爱自己、因为这样有条件的`爱太假了！我已经真心悔过、希望宝贝能够原谅，能够宽恕！谈了这么多、希望你能明白三点：

第一；我犯了这么大的错误我只是一时糊涂、我真心诚意的悔过，我愿意对我做错的事负责！恳求你能够明白、并给我一次机会！

第二；我对你的爱，从始到终一直存在，一直加深！我爱你、无条件的爱！我会用真心证明一切，用时间见证奇迹！不会放弃，坚守誓言！

第三；我对你的说服，对你的疑虑是怕失去你！现在我明白了，两个人恋爱最基本的就是信任！我错了！不该动不动就要离开、两个人相爱、不是小孩过家家！因此这是惹你生气的最终导火索、所以我深刻检讨保证、再也不会用它来伤害你！

回想九个月来，我陪你的日子不超过十天，基本我们的感情都建筑在手机上！是我不够好，没有时间去陪你！我答应你、我会给你一个满意的答复的，希望我可爱的小燕子能真心的开心快乐起来！也许他们都认为我们没有好的未来，但是我会努力。我不会让mama和jiejie有任何机会！

夜深人静的时候写这份惹你生气的检讨书之前，以深刻反省！自己也觉得很有必要对自己犯下的错做出最最深刻的检讨及保证、才能在的程度上避免再次惹你生气的事情发生！

在你熟睡的时候我用心写了份检讨保证书、也许写的不是很好、但句句都是我的心里话！如果你对这有不满意的地方，告诉我、直到我写到你满意为止！希望看到我写的信的人监督我对你的爱！真心的希望我的宝宝能开心！

检讨人：

20xx年x月x日

**给老婆的检讨书自我反省篇十**

亲爱的好老婆：

你好！

对不起、我错了，今天又惹你生气了，你这次大概你已经对我失去信心了，大概也没有信心爱我了对吗？但我要告诉你、我真的很在乎你、我不能没有你！但是、没有心的我今晚又再次伤了你！

对不起、也许是我真的变了，变的那么老是自我为事，但是我真的没有伤害你的意思！

九个月了，还记得我们认识到现在的点点滴滴吗？我们的幸福快乐、我们的温存、我们的！能够和你认识那是缘分，我相信缘分、更相信你。因此、你对我的好、对我的理解、对我的等待。我会记得一辈子、然而我对你的只有伤害、伤害还是伤害。真的很抱歉！

经过这么多，我懂得了爱一个人不要在意对方爱不爱自己、因为这样有条件的爱太假了！我已经真心悔过、希望宝贝能够原谅，能够宽恕！谈了这么多、希望你能明白三点：

第一；我犯了这么大的错误我只是一时糊涂、我真心诚意的.悔过，我愿意对我做错的事负责！恳求你能够明白、并给我一次机会！

第二；我对你的爱，从始到终一直存在，一直加深！我爱你、无条件的爱！我会用真心证明一切，用时间见证奇迹！不会放弃，坚守誓言！

第三；我对你的说服，对你的疑虑是怕失去你！现在我明白了，两个人恋爱最基本的就是信任！我错了！不该动不动就要离开、两个人相爱、不是小孩过家家！因此这是惹你生气的最终导火索、所以我深刻检讨保证、再也不会用它来伤害你！

回想九个月来，我陪你的日子不超过十天，基本我们的感情都建筑在手机上！是我不够好，没有时间去陪你！我答应你、我会给你一个满意的答复的，希望我可爱的小燕子能真心的开心快乐起来！也许他们都认为我们没有好的未来，但是我会努力。我不会让mama和jiejie有任何机会！

夜深人静的时候写这份惹你生气的检讨书之前，以深刻反省！自己也觉得很有必要对自己犯下的错做出最最深刻的检讨及保证、才能在的程度上避免再次惹你生气的事情发生！

在你熟睡的时候我用心写了份检讨保证书、也许写的不是很好、但句句都是我的心里话！如果你对这有不满意的地方，告诉我、直到我写到你满意为止！希望看到我写的信的人监督我对你的爱！真心的希望我的宝宝能开心！

xxx

20xx年xx月xx日

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