# 最新给老婆深刻的检讨书啊 给老婆深刻检讨书(精选8篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2024-07-02

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。给老婆深刻的检讨书啊篇一亲爱的...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**给老婆深刻的检讨书啊篇一**

亲爱的好老婆：

我对我自己过去几段时间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，没有你我真的会很不开心。

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、以后不喝酒，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。

xxx

20xx年xx月xx日

**给老婆深刻的检讨书啊篇二**

亲爱的好老婆：

我对我自己过去几段时间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，没有你我真的会很不开心。

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：以后不喝酒，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。

检讨人：

20xx年xx月xx日

给老婆深刻的检讨书(七)

**给老婆深刻的检讨书啊篇三**

您好！

作为家庭的重要一员，我应该要很重视自己的言行举止才对，但是我这次却没能够控制住自己，没能够记住我们的约定，在跟xx他们吃饭的时候又一次的喝了酒，还喝的酩酊大醉，不仅失了平时的稳重从容，还给你添加了麻烦。对此，我作为一个大男人感到非常的难过和后悔，我明明就不是一个喝得酒的人，却一次又一次的不顾你的劝导去喝酒，给你，给我们家都带来了很坏的影响，甚至这次让你生了这么大的气。

我知道，你不让我喝酒一方面是因为我喝酒以后控制不住自己，容易伤到自己。另一方面也是因为我本身的体质就不是那种能够喝得酒的，过量的饮酒很容易让我的身体受到伤害，让我以后为我如今的鲁莽举动而后悔。所以你才会这么反对我喝酒，但是有时候我知道归知道，可真到了要喝酒的时候我又很容易忘记。因为有时候聚会吃饭那个气氛和场合由不得我不喝，是我也没办法控制的事情。

但是虽说是没有办法控制，但你还是认为我想方设法少喝一点的话应该还是可以的，所以觉得我就是贪杯，控制不了自己。是，我是有一点这样的情况，在喝酒之前还能够控制住自己，但喝了第一杯以后，就有一种好像破罐子破摔的感觉了。只是一心想着吃好喝好，怎么让自己高兴怎么来，这样的做法自然会导致情绪失控，让我在最后喝得大醉。

我是有错的，而且这个错还不小，我是我们家里的重要一员，甚至说是顶梁柱也不为过。如果我都醉倒了，家里有什么事情的情况下我又怎么办呢？喝酒误事可不仅仅是说说而已，而是真正需要我认真考虑的严肃问题。

我跟老婆你走到现在这一步不容易，因此我们感情中的任何一点危机都要及时的发现和处理，我现在也已经明白我的错在哪了，说实话我觉得到现在还一身毛病的我很对不起你，现在我只能说是逐渐的将这些坏毛病改过来，给你一个满意的婚姻，让我们的婚姻生活向电视里演的那样充满了爱，让你幸福是我最大的愿望。

这件事情以后，我可以向你保证我以后绝对不会再出现这种情况了，我想你能够相信我这一次，因为我将从今天开始克制住自己喝酒的情况，在家不喝酒，在外少喝酒，慢慢的过渡到不喝酒的结果。虽然可能会比较困难，但是我会努力去做到的，希望你能够相信你的老公我的承诺。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年x月x日

**给老婆深刻的检讨书啊篇四**

亲爱的老婆：

您好！

又一次的惹得你生气实在是感到很难过，我知道你是为了我好，也知道你为我们这个家付出了太多，不管是于情于理我都不该这样来惹你生气。但是你也知道的，我喝完酒以后对很多细节方面不会很在意，这次又是不得不喝的应酬，这才导致了我的不当行为惹得你生气，也让我们这个温馨而又美好的家被寒冰所包裹。

我们一路走来谁都不容易，从恋爱到结婚，我们有好几次差点就分手，但是最终我们还是克服了这些困难走到了一起，组成了我们如今这个小家，过上了相对安稳的生活。这一切都是来的如此的不容易，因此更应该让我们两人共同来珍惜，共同来守护。常言道，将爱带回家，而不是将怨气带回家，始终将自己最好的一面给自己最亲最爱的家人，不要让家人为我而伤心难过。

明明在结婚的时候，我向天地，向大家发誓要保护好你，不让你伤心难过，不辜负你对我的爱，让你永远幸福和快乐。但是看看现在的我都做了些什么？家务活是你做，而你也要工作，每天拖着疲惫的身体来给我做饭，我还常常给你添乱，面对你的一些牢骚我还不愿意听，根本就不像是结婚前那个爱着你护着你的好男人。

我是什么时候开始变成这样子的呢？是结婚以后吗？还是工作逐渐变得繁忙起来以后？现在的我已经想不起来了。但是我却能够肯定，我对你的关心照顾在不知不觉间减少了很多，现在反而是你来照顾我了。这对于一个负责任的丈夫来说是绝对不可取的，我也从这次事件中看清了自己。

我现在郑重而诚恳的向我最亲爱的老婆保证，我在以后绝对不会在向你乱发脾气，家务活也不会像之前那样全部丢给你而我自己却像个大爷一样躺着不做事了。以后我一定会做到注意你的心情，关心爱护你，做到一个好的老公应该做到的一切，在这个家中你不再孤独，你的老公我会永远的陪着你，爱着你，直到红颜变成白发，沧海变成桑田。

我对你的爱，将会永远不变。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年x月x日

**给老婆深刻的检讨书啊篇五**

我最爱的老婆大人：

老婆，这是我第一次写检讨书，不知道怎么写，就说我想说的吧，我写检讨书只因为我在乎你！

不顾及你的感受，每次打电话我都说些你反感话题，而我却说的很起劲，你生气了我都不知道。这几次生气都是因为我说上网的事，你说过你不想听到了。说那些我只是想跟你多说说话，想让你知道我在干些什么，没有任何别的意思，想让我们的世界融合在一起。

总是怀疑你是否在乎我。你是个不爱表达的人，但你的行动已经表现出来了，已经跟我订婚了，自己生气了还要自己调节心情，一直在忍让着我，我却还总是说些伤你的话，却不去想想说出的话你会不会心里不舒服。总是怕你离开我，我应该相信你才对的。

以前都是我的错，不会惹你生气了。我知道你怕我以后会变，怕现在对你好都是假的，花言巧语，怕咱们结了婚后我会变，我向你保证我会永远对你好，会让你觉得是最幸福的，一辈子跟我在一起我不会让你失望的，相信我是对你最好的，是世界上最爱你的，我会用生命守护你一辈子……全都是真心话。

检讨人：

日期：

**给老婆深刻的检讨书啊篇六**

老婆大领导：

您好！

很抱歉，在你百忙之中还让你抽出时间来看我的表白。我通过深刻得自我检讨，终于发现我得错误很大，后果很严重。如果让这种错误思想一直存在得话，后果不可想象。还好领导批评得很及时，让我迷途知返，没有继续错下去。在这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。下面我说一下我得错误所在，说得不好请领导多批评。

1、绝对不干有损领导威严的事情，在别人面前不给你面子，这种事情要坚决杜绝。比如说在弟弟面前说你这样那样的。

3、领导在我们心中得地位决不能动摇，要不国将不国，影响稳定团结，影响

改革进程， 影响经济发展。

4、领导开玩笑要配合，不得认真对待，更不能信以为真。

5、这条最重要，“领导是我老婆，我老婆是领导”这条要永记心中。

6、不能让领导为难，批评不是不批评也不是，要主动为领导着想，看领导为

难得时候要主动站出来让领导批评。

7. 不能小气哈，要大度。特别是不能发脾气，不能大声说话，吼就更不能了。要对领导温柔，包容。

检讨人：

20xx年xx月xx日

给老婆深刻的检讨书(五)

**给老婆深刻的检讨书啊篇七**

老婆，你多次对我说，你年纪都过四十了，至今才是一个副股级干部，太没出息了。确实如此，我也为此整天睡不好觉呀。人家与我同时参加工作的张三李四王五赵六已经是处长、局长了，我仍然是一个副股长，和人家没法比呀。你说我干得不咋样，要不然早就被提拔了。我承认自己干得不好，可我确实是拼命地干了，你看看，我都戴上六百度的眼镜了。我整天忙得脚打后脑勺，没完没了地写材料爬格子，不叫苦不喊累，也算兢兢业业了。可就是达不到提拔的要求。不过，我很有信心。我想，通过拼搏，会实现自己升职理想的。

我想，官这东西是不可强求的。有人升官如探囊取物一般，那是人家水平高，咱们没那本事，就得有一点耐心才行。你最瞧不起张三，说张三只有小学文化，不懂业务，嗓门大爱说大话，更擅长溜须拍马，请客送礼。可张三不费吹灰之力就当上了副局长，不到两年又提拔为正局长。不服不行呀。所以，在新的一年，我要向张三学一学，正所谓，世事洞察皆学问，人情练达是文章。我已改变了对张三的看法，我甚至对张三产生了深深的敬意。人家本来没啥学问，业务也不行，可人家在此十分不利的情况下，还能升得上去，靠的不是一种顽强的拼搏精神吗?所以，我要拜张三为师，向张三求教。去年张三求我给他写一篇论文，因为我瞧不起他，没有给他写。今年，我要写好两篇论文，主动送给张三。

还有一件事压在我的心头，总不好意思给你说。我作为一个男子汉，却没有抓大钱的能力。我常说，钱不能买来一切，其实都是为自己打掩护。我天天累得两眼昏花，腰酸腿软，可每个月只有几百元的工资入帐。总觉得手头紧，不说买车，就是住上几十平方米的楼房，还欠了一屁股债。可人家张三，一家有两三套房子，有两台私家车，自己开一台，老婆开一台，此外还拥有繁华地段商业房三处对外出租。真是不比不知道，一比活不了，我自己怎么这样无能呢。我是学经济专业的大学毕业生，真的没有学好经济学呀。我的知识都让我当下酒小菜给吃光了，白念了四年大学呀。我不敢回我母校呀，一想起我的母校，我就心酸呀。现在，我已经悄悄地买了十多部关于经商的书籍，我要拿出在学校学习的劲头(在校时，我是三好学生，最高奖学金获得者)，必定能有所收获。新的一年，我经商的目标是赚取利润三千元，目标小了点，但也得循序渐进，步步为营，下一年，创利争取翻一番。你千万别着急，着急太甚，会伤了身子，我于心不忍呀。

我是一个书呆子，你说读书没有用，我不敢反驳，我给读书人丢脸了。我说知识是金，你却说凭我读书花费的时间，早就应飞黄腾达了。可实际上我却是穷光蛋。我想，不是读书无用，而是我读书没有读好呀。我是只读书却没有写出畅销书呀。你没看报纸上说，人家写了一本书，就销售出二三百万册。你算算，一本书就是嫌一元钱，人家就赚了二三百万。要是咱们得到这些钱，一辈子都花不完呀。所以，以后我的努力方向就是写畅销书。我保证，假如畅销书赚了钱，第一件事就是拿出三万元给你买一个钻戒，让你高兴一下。也借此表示我的一点心意。

我长期在机关工作，变得大腹便便，呆头呆脑了。当初身材高挑帅气的小伙子消失了。我知道，这很让你感到伤心，你说一见我就不烦别人。你劝我看看成龙和濮存昕演的电影电视剧。其实，我明白你的意思，你是让我在体形上向成龙看齐，形象上向濮存昕看齐。我下了决定，向这个方向努力。我要冬练三九，夏练三伏。尽可能地向成龙濮存昕两位大哥逼近。当然，我不准备去演电影电视剧，我不爱好演戏，我怕上镜。这一点你是清楚的，有一次电视台说我写稿子成了名人，就给我拍了一个电视专题片，拍完了一个多星期了，我的手脚还在哆嗦呢。所以我参加健美也好，锻炼风度也好，就是为了你，为了你能满意。在这个世界上，别人对我怎么样我已经不在意了，而在意你，因为我深深地爱着你。你的满意是我最大的幸福，你的不满意是我最大的悲哀。

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

给老婆的深刻检讨书

我最爱的世界上最好的老婆大人在上：

在公元20xx年7月7日星期四之前的多次联系中，我没有对老婆关心体贴和爱护并有时大发雷霆，乱发短信，简直像疯狗乱喊乱叫。更有甚者还骂了一句：“狗屁!”使我最心爱的人痛彻心肺。几天来，我认真反思，深刻自剖，为自己的行为感到了深深地愧疚和不安，通过近段时期的政治思想学习，在践行三个代表重要思想的过程中，遵照您的指示，我以我最大的热忱，在不能入睡的夜晚里痛定思痛，对我的内心世界进行了深刻的剖析，现将自我排查、自我整改的情况汇报如下：

首先，通过这件事，我感到这件事是长期以来对自己放松要求，对老婆不够体贴爱护和关心的结果。

经过几天的反思，我对自己在我们爱情的道路上犯下的恶略罪行进行了详细回忆和分析。记得刚开学的时候，我对自己的要求还是比较高的，时时处处也都想我的好老婆的感受，从而努力让老婆开心。但近几天，由于忙于复习，很少与别人交往。脑海里只是想着老婆你自己。空下来就想给你发短信。如果老婆不回有时还发脾气。可能是因为得了相思病或是有点神经病。唉!我的病还越来越严重，由痴变呆，再变为傻，变为笨，到最后笨得爱你，宠你，思想受制于你??最后简直使稀里糊涂，满脑都是老婆的倩影。这次发生的事使我不仅感到是自己的耻辱，更为重要的是我感到对不起老婆对我的关心和思念，愧对老婆的爱。

其次，在这件事中，我还感到，自己在照顾和爱护老婆这一方面做得非常欠缺。

众所周知，想作一个模范丈夫就必须好好对待自己的老婆，更要好好工作，不能让老婆受苦，我对天发誓-------我位同意永远只能属于你高文静，我的所有一切都是你的，你可以让我做任何事情。有你的爱我就拥有了全世界，搂着你死去都值得!人世间最美丽的事情是爱情，就像成龙与金喜善的《神话》---------解开我最神秘的等待。星星坠落，风在吹动。终于再将你拥入怀中，两颗心颤抖。相信我不变的真心，千年等待有我承诺。无论经过多少的寒冬，我决不放手。现在紧抓住我的手闭上眼睛，请你回想起过去我们恋爱的日子。我们是因为太爱，所以更使得我们痛苦。我们连“爱你”这句话都无法讲。

每一夜被心痛穿越，思念永没有终点。早习惯了孤独像随，我微笑面对。相信我我选择等待，再多苦痛也不闪躲。只有你的温柔能解救无边的冷漠。现在紧抓住我的手闭上眼睛，请你回想起过去我们恋爱的日子。我们是因为太爱，所以更使得我们痛苦我们连“爱你”这句话都无法讲。让爱成为你我心中那永远盛开的花。穿越时空绝不低头永不放弃的梦。我们是因为太爱。所以更使得我们痛苦。我们连“爱你”这句话都无法讲。让爱成为你我心中。那永远盛开的花。我们千万不要忘记我们的约定。唯有真爱追随你我。穿越无尽时空。我们连“爱你”这句话都无法讲。爱是心中唯一不变美丽的神话。

老婆你知道吗?你是我心中唯一不变美丽的神话。有了你的爱我还能祈求什么?可是我却不懂得怎样去爱，让你伤心。这充分说明，我在我们的爱情道路上犯下的错误;这也说明，我应该深入检讨，以后决不能再次让老婆伤心，有你的爱作动力还有什么我做不到?现在，我深深感到，我是一个多么不懂得珍惜的人，是一个混蛋，如果不是老婆及时发现，并要求我深刻反省，而放任自己继续放纵和发展，那么，后果是极其严重的，甚至都无法想象会发生怎样的后果。因此，通过这件事，在深感痛心的同时，我也感到了幸运，感到了自己觉醒的及时，这在我们以后的爱情道路上，甚至我们今后的人生道路上，无疑是一次关键的转折。所以，在此，我在向老婆做出检讨的同时，也向你表示发自内心的感谢。

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**给老婆深刻的检讨书啊篇八**

尊敬的领导：

您好！

作为家庭的重要一员，我应该要很重视自己的言行举止才对，但是我这次却没能够控制住自己，没能够记住我们的约定，在跟xx他们吃饭的时候又一次的喝了酒，还喝的酩酊大醉，不仅失了平时的稳重从容，还给你添加了麻烦。对此，我作为一个大男人感到非常的难过和后悔，我明明就不是一个喝得酒的人，却一次又一次的不顾你的劝导去喝酒，给你，给我们家都带来了很坏的影响，甚至这次让你生了这么大的气。

我知道，你不让我喝酒一方面是因为我喝酒以后控制不住自己，容易伤到自己。另一方面也是因为我本身的.体质就不是那种能够喝得酒的，过量的饮酒很容易让我的身体受到伤害，让我以后为我如今的鲁莽举动而后悔。所以你才会这么反对我喝酒，但是有时候我知道归知道，可真到了要喝酒的时候我又很容易忘记。因为有时候聚会吃饭那个气氛和场合由不得我不喝，是我也没办法控制的事情。

但是虽说是没有办法控制，但你还是认为我想方设法少喝一点的话应该还是可以的，所以觉得我就是贪杯，控制不了自己。是，我是有一点这样的情况，在喝酒之前还能够控制住自己，但喝了第一杯以后，就有一种好像破罐子破摔的感觉了。只是一心想着吃好喝好，怎么让自己高兴怎么来，这样的做法自然会导致情绪失控，让我在最后喝得大醉。

我是有错的，而且这个错还不小，我是我们家里的重要一员，甚至说是顶梁柱也不为过。如果我都醉倒了，家里有什么事情的情况下我又怎么办呢？喝酒误事可不仅仅是说说而已，而是真正需要我认真考虑的严肃问题。

我跟老婆你走到现在这一步不容易，因此我们感情中的任何一点危机都要及时的发现和处理，我现在也已经明白我的错在哪了，说实话我觉得到现在还一身毛病的我很对不起你，现在我只能说是逐渐的将这些坏毛病改过来，给你一个满意的婚姻，让我们的婚姻生活向电视里演的那样充满了爱，让你幸福是我最大的愿望。

这件事情以后，我可以向你保证我以后绝对不会再出现这种情况了，我想你能够相信我这一次，因为我将从今天开始克制住自己喝酒的情况，在家不喝酒，在外少喝酒，慢慢的过渡到不喝酒的结果。虽然可能会比较困难，但是我会努力去做到的，希望你能够相信你的老公我的承诺。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

xxxx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