# 给女朋友道歉检讨书(实用12篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-07-26

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。给女朋友道...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**给女朋友道歉检讨书篇一**

遵照您的旨意，我在书房里反省了一个小时四十三分零七秒，喝了一杯白开水，上了一次卫生间，没有抽烟，以上事实准确无误，请审查。附上我的检讨报告，不当之处可以协商。

我错了，原谅我吧，我知道，我的行为已经严重地伤害了你的心，让你的心灵受到了重创，我不知道应该怎么去弥补我的过失，我不知道怎么才可以挽回我的错误，重新换来你灿烂的笑容。只要你不再生气，我可以付出我的一切。基于我犯的错误，我请求你给予我最严厉的处罚！

我们在一起度过了人生中最快乐的时光，这么久了，我经常招你生气，我今天想对以前我做错的一切向你郑重道歉！具体如下：

1.亲爱的，我不应该每次陪你逛街的时候，总那么不耐烦，到了商场有坐就坐，不能紧紧跟在你的周围，不能及时地对你挑选的商品提供建议。

2.亲爱的，我不应该说话的时候总和你唱反调，虽然大部分都是开玩笑，但还是让你心里很不痛快，我会在以后的日子里，做到老婆说什么干什么，老婆干什么我说什么！言行与老婆保持高度一致。

3.亲爱的，我不应该当你看到喜欢的小宠物时，紧紧拉着你的手，不让你去逗他们！其实他们挺可爱的，我就是怕他们弄脏你的衣服，以后我会极力培养自己的爱心、耐心和童心，跟你一起关爱、关注那些小猫、小狗们！

4.亲爱的，我不应该在跟你打电话的时候还一边玩游戏，以后打电话的时候我绝对专心致志的陪你聊天，绝对不会一心二用！

5.亲爱的，我不应该和你在一起的时候偷偷去抽烟，你是那么讨厌烟味，我还这么不自觉，真是不应该，以后我会慢慢把烟戒掉的。

6.你说我长得不如你漂亮的时候，我不应该顽固抵赖，你说得很对，证据确凿，可以让瞎子作证。

7.刚刚真的.是我不对，我不应该把我的快乐建立在了你的痛苦之上，我知道本来你只是身体上受到了创伤，但由于我的无理取闹让你的心灵也受到了很大的伤害，如果时间可以倒流，我一定不会因为你的脸被猫抓伤而取笑你！

在此，我以我的人格起誓，我真的知道错了。我发誓我的心只为你跳动，如果为了别人活蹦乱跳，叫我喝酒就跟人打架，抽烟就跟人吵嘴。

我懊悔的心无法用语言来表达，只好写了这份检查给你，希望你能原谅我。我知道你是一个宽宏大量的人，你的这种美德是我当初决定和你一起牵手的重要因素之一，我相信你能原谅我的，是吗？你是我一生的依靠和所有，今后，我一定好好珍惜你给我的这份关爱和浓浓的情意，将我们的爱情进行到底！

我总是在感伤往事的时候模糊自己，天空本可以像你的眼睛一样纯真，可就是被我的无知，牵引出你的泪水，噙在你眼里，氤氲掉了希冀的明媚。年花轰隆的车，踏过一卷陈旧的画册般的公路，把泥泞拧得粉碎，我的一年欢喜和忧伤随着对你的伤害，滑到了消瘦的指间，即将在春节第一声爆竹声里磐涅。我悄无声息的在你被爆竹声震得暂时耳鸣的刹那说我爱你。如果冬天算是很冷，我就把你抱得很暧，如果检讨算是无效，我就把誓言算是有效，守着一厢情愿，相伴昨天到老。

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**给女朋友道歉检讨书篇二**

亲爱的宝贝：

您好！

首先本人作为一个男子汉，就应该那出一份男子汉的气魄，凡是讲究证据，不应该擅自猜疑，还时常犹如小偷行为般的私自登陆你的微信，偷看你与好友的聊天记录，更为恶劣的是居然还修改你的密码，给你带来了诸多不便。

本人在此以非常愧疚的心情向您递交这份检讨书，以此反省本人擅自登陆你微信、擅自修改你密码以及时常不信任你的种种过错。

本人这样的猜忌、以及一些过分的行为，严重地影响了本人两的感情稳定大局，种种的不信任行为充分暴露出本人的`无比小心眼，小气度的毛病。而如本人这般不信任，也给本人们今后感情的发展埋下了不稳定因素，如果不积极加以制止改正，任其发展下去，势必造成非常严重的后果，这样的后果严重性甚至是本人不敢想象的，甚至是本人在夜晚梦到这样的可能性，都会伤心地流出眼泪。

执笔书写这份检讨书之前，本人经过了深刻反省，本人觉得很有必要对本人的错误做最最深刻的认识，才能在程度上避免错误的再发生。

对不起，我以后不会再这样做了。请你原谅我。

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**给女朋友道歉检讨书篇三**

亲爱的宝贝：

我错了，我真的错了，我真的真的错了。没想到我的过失会给你造成那么大那么大的伤害……可是我真的不是故意的，昨天我那会脑袋一时缺氧，导致我思维停滞不前，智商直线滑落，嘴巴不听使唤才……才严重地伤害到了你。

我知道我把你气惨了，可是你知道吗？我现在的感受比你还惨。今天的我不止一次地为我的过失而忏悔。我太懊恼了，当时的我真的脑子抽筋了，才那么口无遮掩口不择言……如果说我的嘴巴是世界杯上的“普天同庆”，我愿意一脚把它踢飞；如果说我的嘴巴是嗡嗡乱叫的苍蝇，我愿意一巴掌把它拍烂；如果说我的嘴巴是狗嘴，请原谅它吐不出象牙……虽然我不知故意的，但毕竟我的错误给你造成了很大的伤害，我愿意接受你的任何惩罚，只要能让你消气。

我是真心真意地向你道歉，原谅我好吗？读完这封检讨书之后，看到我能给我一个微笑吗？让我确定你真的原谅了我。要不然，我会一直这样惨下去的，我会经受不住内心的煎熬和错误造成的压力而选择绝食的……可怜可怜我吧。

检讨人：爱你的男朋友

20xx年xx月xx日

**给女朋友道歉检讨书篇四**

亲爱的女朋友：

我错了，我又做错事了，鉴于我今天去车站接你一事，我真诚的向你道歉，宝贝对不起。事我承认完全都是我的错，害你一个人拿着那么多的行李坐公交车，我这做男朋友的是真的不称职，不过你能愿意原谅我这一次吗？请不要因为我这一次小小的失误就影响我们之间的感情好不好？我是真的爱你的，这次只不过是我意识上出现了疏忽，你看在我这么主动跟你承认错误的份上就别跟我生气了呗。

我都跟你坦白，我一开始是非常把你要来我家的事放在心上的，我还特意叫我妈今天要煮一桌子好吃的菜给你呢，我也设置了今天去接你的闹钟，但是我由于昨天晚上玩游戏玩到太晚，早上我妈出去买菜的时候，还叫过我，叫我快点起床去接你，但是我当时就是迷迷糊糊的答应了一声就没管了，继续睡觉。后来闹钟也响了，我当时是完全把要去接你这事给忘了，我当时还在心里想我为什么要定一个这么早的闹钟，关闭之后我又继续睡着了，后来我妈回来之后也是对着我一顿骂，我立马就意识到问题所在了，我把要去车站接你这件事给忘了！当我正慌乱的起床给你打电话问你在哪的时候，你就已经出现在我家门口了，看得出来你眼睛中那股杀意，虽然说是跟我妈笑脸相迎，但是从进门开始一句话都没跟我说过，就看了我一眼，然后就无视我说话，无视我的存在，吃饭也不跟我坐在一起了，我给你夹菜也不拿碗接住了，我就知道这次事态很严肃了。

鉴于当前你对我的态度，我也是把这件事前前后后都想了一遍，我也是总结出了自己的错误所在。

1、我没有把你要来我家这件事重视起来，不然我也不会在你要来的前一天晚上通宵打游戏了，这是我错的其一。

2、答应你的事情没有做到，这是我第一次答应你的事情没有做到，我又不是没车，我自己买的有车，还让你坐公交车回来，实在是不应该。

3、没能第一时间跟你道歉，丝毫没有想到你是在废了多大的劲才回来的，两个大箱子，一个背包，这么多的`东西，就因为我个人的疏忽大意，导致你一个人坐车回来，我有错啊！

宝贝，我真的知道自己错了，并且我妈事后也是批评了我好久，要知道她有了这个儿媳妇之后，就从来从没有把我放在心上了，你才是她的心头肉了，你就看在我已经接受过我妈的惩戒了，你就别跟我怄气了，你想怎么惩罚我都可以，想要什么，我都给你买，绝对不会有丝毫的犹豫，原谅我吧。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**给女朋友道歉检讨书篇五**

可亲可爱的宝贝：

对于昨晚小人所犯错误，严重错误，在此向你郑重的、真诚地道歉，自我分析错误原因：

1、老婆永远是对的，所以我肯定是错的。

2、老婆是用来疼爱的，是要哄的，而我却凭一时意气，居然出言顶撞你老人家，那肯定是不对的了。

3、背着你老人家上网玩游戏是错的。而你老人家不辞辛劳能够关心下属，对我日常生活中这些小事进行慰问，我却不领情，不正面回答你上司的问题，更是错上加错。

4、所以昨晚我一直深刻反省自己的错误，一夜无眠，足以可见我的诚心，对你焦虑至极。但认错归认错，重要的是以后，故而我保证做以下几点，老婆督查并以我的表现视情况给予奖罚。

1、以后你永远是对的，我决不能惹你生气，惹你生气就是犯错。

2、以后做任何事，任何时候只要你需要，那么都要以你老人家为重，放下手中的一切，耐心听取你的教诲，并给予感谢。

3、时刻向领导汇报自己的行踪和工作结果。

4、你允许的做的才做，你不允许的、不喜欢的坚决禁止。

总而言之，经过此事件之后，我深刻地体会到老婆你对我的好。深深地认识到自己的不足。望你能给我最后的一次机会，我保证再也不会犯错了。

**给女朋友道歉检讨书篇六**

我亲爱的女王：

罪民xx就‘xxxx年xx月x日星期x午餐时段，未向我亲爱的女王送餐’这一罪行，在此做深刻检讨。

这万恶的\'一天，我犯下了一起恶毒，恶劣，无耻的罪行！下面将其细分为三：

1.未向我亲爱的女王送午餐！导致我的女王近20个小时没有进食，这对她的胃和精神可想而知是都造成了极其严重的负担----此罪之恶毒！

2.！误会我亲爱的女王睡懒觉！我的女王贤良淑德，爱友如子，忠肝义胆，不辞辛劳，一早就起来帮同学弄表格，登记档案，而忘记了吃饭，我却误会她爱睡懒觉，苟同她是精神病患者----此罪之恶劣！3！尽试图开脱罪行推卸责任！在我的女王饿着肚子，干着活，心中唯独期盼着我能给她送午饭之际，我却不以为然，甚至错误的认为她是在调侃我，尽然那么无耻的将责任归咎于‘她没有在午饭时间回我短信’还当女王陛下吩咐的‘写检讨书’一事是玩笑。----此罪之无耻！

以上是罪民x此次罪行的所有称述。

对于此次罪行，我深刻反省，认真思索，诚心悔改，我深知此罪行应该！死罪难逃，活罪难免！，但我任真心希望能得到我亲爱的女王的理解和宽容，能将其升华为！死罪可免，活罪难逃！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**给女朋友道歉检讨书篇七**

亲爱的xx：

当下的我犯下了这极为严重的错误，我这样的行为给女友大人造成了很大的伤害，让女友大人这段时间的心情一直不好。每每想到这点，我就觉得非常愧疚，非常难过；在此，我向女友大人表示深深地抱歉；现在郑重地向您说一句：非常抱歉，我错了！

对于我这样无比恶劣的行为，这以下是我针对自己错误做出深刻的检讨和改正措施：

第一，这次错误反映我在男女相处知识攻略方面存在的严重不足。通过这次错误的反省，我深刻明白了自己的错误，今后一定要加强对情感把握能力的重视，我也认识到这方面的才能、觉悟需要通过长期的学习积累和领悟。因此今后我抽空要积极去图书馆找情感相处相关书籍弥补，尤其是要从深层次上体会，交流在男女感情发展方面的重要性。努力认真地学习、训练，逐渐地，争取培养和领悟出一份良好的思想觉悟。

第二，这次错误反映我个人比较自卑，这有关我最近工作较忙，在自己的面容方面打理得不够，发型也很乱了。从今往后，我要积极整理自己的妆容，积极改善自己的外貌，工作方面也积极进取，争取重塑自信。

第三，这次错误反映我对你不够关心，今后我一定给自己制定一份详细的感情培养时刻表，花更多的时间关心你，陪你逛街、看电影、吃冰激凌等等等等等等等等等等。在此，我发誓今后我一定要积极努力地改正错误。以诚恳、务实、信任、体贴的态度来对待你，对待我们这份珍贵的爱情。

检讨人：xx

时间：20xx年xx月xx日

**给女朋友道歉检讨书篇八**

亲爱的宝贝：

您好！

事情的经过是这样的，由于我本人时间安排不开，外加还在自我学习和提高，有些作业得做，有些书得看，还有个你得让我爱，因此就向您大胆提出让您帮我做作业的提议，导致你的生活节奏加快，放下你的学业帮我加班做作业，在此我深表对你的心疼之情、首先我知道你这两天没有休息好，没有吃好，估计你瘦了吧，记得多吃点。其次，我本人觉得类似的事情不应该再次发生，通过这件事，我清楚的知道了你骂我的本事，很不错，提出表扬，为了以后能更好的爱你，现特表决心如下：

第一、以后能不麻烦你的尽量做到不动用你，不让你出山。

第二、在以后的以后我会好好关心你、爱护你。

第三、痛，不能时刻陪着你，伤，不能拥抱你，这是我的失职。

第四、以后你可以想怎么给我发脾气就怎么发脾气，我保证做到打不还手，骂不还口。

经过本人的反思，做出以上检讨，还请老婆大人阅示，不对不妥之处，望请批评指正。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**给女朋友道歉检讨书篇九**

亲爱的：

当你看见这封检讨书时，已经证明我彻底的绝望了，这是一封与上次不同的信，此时此刻的我不再有心情开玩笑，笑也笑不出，哭也哭不了，泪水在心的位置滴落，而心早已经被挖空，我爱你，但是我做错了，是啊，你总是说我做错事，可是，那又是为了谁呢。

老婆，对不起，不该在你生病的时候和你说分说，但是，我真的不想你变成一个不守诺言的人，没错，你是生病了，如果提前说，我不会怪你的，但是你为什么要坚持来呢，万一真的出事了，你可知道，我会比现在更恨自己，更痛苦，现在至少还能在某个地方看上你一眼就走。

老婆，对不起，不该在你生病的时候丢下你，但是，站在地铁里的时候，我千方百计的想要握住你的手，你又是如何对我，我真的是没有办法啊，我是错的很厉害，但是我也想在你的身边啊，你的一步范围内可曾让我站过。

老婆，对不起，项链是我扯断的，但是在扯断的\'同时，你可知道我的心比你痛得更多，那时的我不是在扯断项链，而是在扯断我们之间的感情，心在滴血，心中痛。

老婆，对不起，我真的没有办法忘记你，今天在回家的路上，我失魂落魄的坐上车，脑中一片空白，当我醒来时，第一个想见的还是你，你是我生命中的全部，你走了，我的生命也该走了，我一直认为，为了你要赚钱，可是，现在才发现，我很傻，失去了你，就算拥有一切又有什么用呢，曾经在我心中有个心结，就是那个女孩的那件事，我一直认为，我应该不让任何事情发生才对，但是，我错了，我现在才明白，我的心结是，当任何事情都发生的时候，我应该怎么挽回你的心，我真的错了。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**给女朋友道歉检讨书篇十**

亲爱的女友大人：

您好！

我在这件事上固执己见，没有听你的话，惹到你生气了，我真的不应该，怎么能惹你生气呢，我要深刻的.做检讨，我冷静下来之后，也是知道我真的错了，反正是犯了大错，特别的不应该。

首先我应该听你的话，不能由着我的性子来，我在这件事情上面其实并不是特别的了解，也不是很清楚，而你作为特别专业的人士，其实你的意见是最中肯的，而我觉得这个事情按照我的想法来应该是没问题的，还觉得你拿架子，其实是我自己太偏执了，而且当时没有听进去你的意见，这都是我的错，你发了脾气了，我还是没听你的话，我真的该骂，该打，我以后不能再这样了，以后无论是什么事情，我都要听你的意见，听你的话，不能再犯错了。

你说的话都是对的，我以后都要按照你的意思来办事情，而不是觉得我自己的想法来办，很多时候你比我理智多了，像买东西，我经常一冲动，就直接把购物车给清空了，完全不去管价格或者买回来有没有用，特别是一些电子产品，我就觉得好玩或者是新的就买了，但是你却更会精打细算，哪些的确是要用的，哪些东西完全可以等降价之后再买都行的，我真的以后不能这样了，你说的都是对的，我要按照你的意思来做事情，不能让你再生气了。

我不能犯错了，我惹你生气其实不是一次两次了。以前我真的不知道我哪里错了，但是我这次真的好好的反省了，明白了我的错误是不应该的，以后我都不能再犯错惹你生气了，要好好的对待你、爱你、关心你和照顾你。你说的话，我要认真的听，你讲的意思，我要好好的理解，你做的事情，我要鼎力的支持，我不能再犯错误让你生气，让你不高兴。

亲爱的，我知道你很多时候都是特别温柔的，而且在很多事情上面也是为了我们好，所以我更不能惹你生气，让你烦恼。以后有什么事情，我都是要跟你商量，听你的意见，认真的对待，特别是一些重要的事情，更是要以你的意见为主。我现在已经深刻的认识到我是错的，也希望亲爱的你不要生气了，理理我，不要不理我，这样我也是很伤心的，无论你给我什么惩罚，我都会接受的，只要你不生气了就行。

亲爱的，我以后一定一定会让你高兴，不再惹你生气了。我保证！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**给女朋友道歉检讨书篇十一**

亲爱的老婆大人：

你好！

我最可爱的老婆大人，请您不要再生气了，你看我现在来向你郑重请罪了。不管你向我提出什么要求，我都会答应你满足你好不好！请你就原谅我吧！我一定不会再让你这么生气了，也不会再让你对我感到这么的失望了。

昨天晚上我又和朋友去清吧喝酒了，你一直讨厌我和他们一起去喝酒，这我是知道的，但是我没有想到的是，我和他们喝完酒之后，还打了一个通宵的牌。你说我这事情做得，要是我是你，我也会生气到睡不着。你当时打我电话问我在哪，我还向你撒谎，说自己在家里睡觉，结果你跑到我家，打开房门，发现我们正在热火朝天的打牌。你的脸当时一下子就绿了，但是你还是强忍了下来，头也不回就走了。

我知道，如果按照你以前的脾气，你一定会掀掉桌子，把我痛骂一顿，不管旁边是谁，都不会给我任何面子的。但是这一次，或许我让你确实特别的失望了吧。所以你才一句话都没有说的就走了，而我却因为正和他们打牌，不好走开，没有去追你。这一件事情我做的真的很糟糕，是我没有做好一个男朋友的责任，更是没有照顾到你的情绪。

你不让我熬夜，不让我喝酒，是为了我好。这些我都知道，但是我就是不知道自己为什么老是不能把这个问题改正过来，所以才总是一而再再而三的犯错，但这一次我真的知道错了，我真的知道自己该怎么做了。我也一定下定了决心好好去改正错误，绝不让你再生气了好吗宝贝。打牌喝酒这样的事情我以后绝对不会再做了，我现在的经济情况不是很好，你也一直对我很包容，从来没有对我有过任何的要求。

这一次我确实让你伤心了吧，把你的包容和理解都抛之脑后，只顾着自己潇洒玩耍，我真不是一个合格的男友，也不是一个好的伴侣。真的很对不起你宝贝，真的希望你能原谅我这一次，我也一定会该正好自己，不再出现这样的情况了。以后我一定会慢慢的证明给你看，证明我是爱你的，证明我真的愿意为你改变了。我也会努力的工作，给你创造更好的生活条件，不辜负你这么久以来对我的包容和理解，宝贝，感谢你一路以来陪伴着我，鼓励着我，从未放弃过我。我一定会好好的加油，好好的爱你，为我们创造一个更好的明天的！

此致

敬礼!

检讨人：xx

20xx年x月x日

**给女朋友道歉检讨书篇十二**

亲爱的女朋友大人：

您好，首先本人作为一个男子汉，就应该那出一份男子汉的气魄，凡是讲究证据，不应该擅自猜疑（狐疑），还时常犹如小偷行为般的私自登陆你的，偷看你与好友的聊天记录，更为恶劣的\'是居然还修改你的密码，给您带来了诸多不便。

本人在此以非常愧疚的心情向您递交这份检讨书（惹你生气的检讨书），以此反省本人擅自登陆你、擅自修改你密码以及时常不信任你的种种过错。

本人这样的猜忌、以及一些过分的行为，严重地影响了本人两的感情稳定大局，种种的不信任行为充分暴露出本人的无比小心眼，小气度的毛病。而如本人这般不信任，也给本人们今后感情的发展埋下了不稳定因素，如果不积极加以制止改正，任其发展下去，势必造成非常严重的后果，这样的后果严重性甚至是本人不敢想象的，甚至是本人在夜晚梦到这样的可能性，都会伤心地流出眼泪。

执笔书写这份惹女朋友生气的检讨书之前，本人经过了深刻反省，本人觉得很有必要对本人的错误做最最深刻的认识，才能在最大程度上避免错误的再发生。

检讨人：

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