# 2024年和老婆吵架的检讨书 跟老婆吵架检讨书(模板9篇)

来源：网络 作者：寂夜思潮 更新时间：2024-12-30

*无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。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，一起来看看吧和老婆吵架的检讨书篇一亲爱的女朋友：你好！今天是跟你...*

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。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

**和老婆吵架的检讨书篇一**

亲爱的女朋友：

你好！

今天是跟你在一起的第105，在这105天里，我就惹你生气了三次。前两次都是因为我没有及时回复你消息而你生气的。而这一次的性质，就更加恶劣了。因为我对你发了脾气。在我们开始交往之前，我就对你承诺过，不管发生什么事情我也不会冲你凶对你发脾气的。但是现在，半年的时间还没到，我就把自己的这一诺言给违背掉了。我知道我在你那里的信誉度又降低了很多，甚至可能连好感度也降低了一大半。所以我才来给你写了这封检讨书。不是我想挽回我在你心目中的.形象，只是想挽回我们这段纯真的爱情。

而且亲爱的，我也希望你能够听我解释一下，关于昨天所发生的事情。昨天，我带你回我父母家吃饭，本来是高高兴兴的一顿饭，却被我弄得气氛十分的压抑和沉重，而且，特别是让你在一旁感到很尴尬。

昨天回去一开始的时候，我其实也是想好好的跟他们吃一顿饭。而且毕竟你也在那里，我也想试着把我和他的关系，弄缓和一点。但是他总是能做出让我十分生气的事情。就比如说昨天，我跟他讲了，我要带你回来吃饭。但是，他却把其他亲戚也都叫了过来。这样不仅让我感到尴尬，也更让你感到尴尬。再到后来吃饭的时候，他居然还让你给其他亲戚去敬酒。这原本只是一顿简简单单的家常饭却让他给弄的要被所有人知道一样。所以在吃饭的时候，我就已经很不高兴了，结果，他还在一旁说着教育我的话，我当时的火气，就噌的一下冒了上来。而你当时也只是想劝一下我，不要那么生气。我却连带着对着你也发脾气。让你滚远点，不要理我。结果你听到这句话之后，连饭也没吃，就冲了出去回家了。

之后我的心情就非常的烦闷，回想起昨天我对你发的脾气那些瞬间，我就忍不住想抽自己几个大耳光子。但是亲爱的，我那个时候真的不是冲你发的脾气，只是那个时候火气一上来了就控制不住自己。以后我也对你保证，绝对不会再冲你发脾气了。这真的是最后一次，希望你能相信我。

此致

敬礼！

检讨人：爱你的老公

20xx年xx月xx日

**和老婆吵架的检讨书篇二**

亲爱的老婆大人：

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)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。

(第五)每次你不理我的时候我很悲哀，难过，正因我不善于去说甜言蜜语，不知道怎样去哄女孩子开心，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，正因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应对，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才，大吼大叫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1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1我不说2。

检讨人：\_\_

年月日

**和老婆吵架的检讨书篇三**

尊敬的老婆：

按照您的无理要求，我经过48小时的面壁思过后，终于酝酿出了这样一篇检讨书来反省我的过错，这样一篇经过酝酿发酵的\'检讨书，我无法保证所有内容的真实性、准确性，但我可以保证这篇检讨书当中一定饱含我个人的真实感受，请老婆大人明鉴。

1、昨天发生的事情是我错了。

虽然我有各种合理的`理由，但是我没有全心全意地照顾陪伴你，这就是我做丈夫的失职，是我错了。我应该要抽出时间来陪你，不能够在假期还这么繁忙。即使我有一千合理要求，也不能够让你孤单无人照顾。

2、昨晚的事情是我要付全责。

最初我原本没有意料到您会如此生气，原先我也意识到应该尽量回家陪伴你。可是突如其来的工作一来，我也就一个不小心忘记了。虽然事后我尽力弥补，但是错误已然发生，实在是没有什么可以挽回的。

3、今晚的事情还是我错了。

昨天的事情既然我已经错了，我就不应该去耿耿于怀，还去研究探讨，导致您变得更加不开心，这是我的过错。

总结：以上检讨书内容若您还不满意，那么您驳回来我继续修改，修改到您满意为止。

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**和老婆吵架的检讨书篇四**

一个女人遇到一个好男人，一辈子都不需要成熟，当一个女人越来越成熟越来越坚强，就证明她并没遇到一个好男人。

1.华志余说过：女人记住了，选男人没别的，就是选疼你的！不管他再有钱，再有才华，再帅，再有口才，再有智慧，再有能力，再孝顺，再大爱助人，要是不疼你，一点屁用都没有！

2.心理医生给女人的忠告“无论你有多喜欢对方，爱情里的主动必须是男人。如果这个男人不主动，宁愿错过。”

3.没有伴侣的时候，即使是孤单，也可以很快乐。这个时候，孤单是一种境界。你可以一个人走遍世界，结识不同的朋友。你也可以选择下班之后，立刻回到家里，享受自己的世界。一个人的孤单，并不可怕。最可怕的，是有了伴侣之后那份孤单。

4.一位父亲对女儿的爱情忠告，有些人适合你但不爱，有些人爱你却不适合。想知道爱不爱，别用耳朵听要用眼睛看。看他付出多少。而想知道适合与否，别问他有什么，而要问你的笑和眼泪。一直让你流泪的条件再好也不能要，一直让你笑的，就算吃苦也值得。宁可笑着累，也不要哭着享受。

5.找一个会在钱包里放你照片的男人，敢让你咬在身上留印记的男人。

永远不要去羡慕别人的生活，即使那个人看起来快乐富足。永远不要去

评价

别人是否幸福，即使那个人看起来孤独无助。幸福如人饮水，冷暖自知。你不是我，怎知我走过的路，心中的乐与苦。

**和老婆吵架的检讨书篇五**

尊敬的老婆：

您好，

首先我作为一个男子汉，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。

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

我这样的猜忌、以及一些过分的行为，严重地影响了我两的感情稳定大局，种种的不信任行为充分暴露出我的无比小心眼，小气度的毛病。而如我这般不信任，也给我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我不敢想象的，甚至是我在夜晚梦到这样的可能性，都会伤心地流出眼泪。

执笔书写这份惹老婆生气的检讨书之前，我经过了深刻反省，我觉得很有必要对我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。

xxx

日期：20xx年x月x日

**和老婆吵架的检讨书篇六**

尊敬的老婆：

你好！

我知道我是不应该跟你吵架的，我也很清楚现在你对我是非常的失望的，我现在真的非常的后悔，自己是不应该做这样的事情的，我已经知道错了，现在我是很诚恳的在向你道歉的。我知道你约束我的行为，管我的事情都是为了我好，我没有理解你的意思就算了，还因为这些事情跟你吵架，你现在一定非常的伤心吧，很抱歉我又让你失望了，我知道我算不上是一个好的老公，但之后我是一定会改变自己的，绝对不会再做一些让你失望的事情了。

我现在已经明白了你做的这些事情都是为了我好，我是应该要听你的话的，但我不仅没有接受你的好意，还嫌弃你管得太多了，其实在这句话说出口之后我就已经后悔了，但为了自己的面子，我没有及时的跟你道歉。我知道这句话是让你很伤心的，若是我在做着对你好的事情，你不仅不理解我的好意还要嫌弃我管得太多了的话我也一样是会生气的，我很理解你现在的心情，对我应该是非常的失望的。我现在也很是后悔自己当时说了那样的一句话，但是后悔也是没有用的了，对你伤害已经造成了，我想我也只能用自己的好的道歉的态度来求得你的原谅了。

我是真的知道自己的错误了，我是不应该跟你吵架的，也不应该在吵架之后说出这么伤人的话。我知道想要我们的感情能够一直的长久下去很多的话是不应该说出口的，一直以来你对我都是非常的好的，但我却没有做到自己应该要做的事情，我说过要让你永远都开心的，但是现在让你伤心的也是我。我感到非常的羞愧，我知道自己是有很多的地方没有做好的，但我想我以后是一定会去改变自己的，绝对不会再做一些让你伤心的事情了，这一次的事情我保证我是绝对不会再让它发生了的。

我心里很明白自己是要做出改变了的，我已经知道了自己的错误，我是绝对不会再犯这样的错误让你伤心了的。我真心的希望你能够原谅我这一次，我想我的认错态度是比较的好的，我也会用我的实际行动来证明我是改变了自己的，之后是绝对不会再说出这样的话了。我应该要多迁就你的，这才是我应该要做的事情。我知道自己以后应该要做什么事了，我一定会让你感觉到开心跟幸福的。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**和老婆吵架的检讨书篇七**

亲爱的老婆：

你好！

对不起，我在我们吵完之后，自己一个人在书房也是反省了很久，我也好想可以知道你为什么那么的生气了，是我没有体谅到你的感受，这次吵架，让我也是有了很多的体会，我的确不是一个好丈夫，我也知道我在有些方面特别的让你失望，但是你放心，我现在既然想明白了，我以后一定是会慢慢去改正的，你别生我气了好不好，为了表达我的诚意，我已经去楼下买了你最爱的馄饨，原谅老公这次吧。

今天我又是一身酒气的回到家，你在厨房收拾，而我回到家就是在沙发上躺着玩手机，然后你说了我几句，我觉得你无理取闹，就这样我们就吵起来了。现在我也是仔细的从各方面想了一下，这次导致我们吵架的原因。

这段时间的种种，你忙你的工作，我忙我的，几乎就是很少交谈，我们这次吵架的最大原因，就是缺乏沟通了，你没有看到我的努力，我也没看到你的委屈，都觉得自己为对方做了很多，但是都被忽略了，所以就得不开心，老婆，真的对不起，我今天不该跟你大声说话的，我保证，这是我最后一次跟你吵架，以后你骂我我就听着，你打我我就受着，反正以后你就是我世界的中心，我只围着你转了，尽可能的不让你难过。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**和老婆吵架的检讨书篇八**

您好！

真的对不起，前段日子我们吵架了，也是伤了你的心，让你回娘家了，我这几天也是特别的后悔，给你打电话你不接，发信息，你也是不回的。我很担心你，自己也是知道我错得很离谱，更是不该和你吵架，我现在也是意识到是自己的问题，和你道歉，同时也是在反省中看到自己的毛病，看到这些日子以来我做的不好的地方，让你也是操心了很多，家庭里很多的事情我都是做的不好的，我也是要检讨。

回顾我们结婚以来的日子，其实也是过得还不错，自己也是努力的去赚钱来维持家庭的生计，自己也是尽力的对你好，但是也是在这这日常的生活之中，我们有了一些摩擦，开始我也是容忍的，但是后面也是有些不太顺利，特别是这段日子以来，我也是脾气有些不好然后大家的.沟通也是有了一些火气，最后也是吵了起来，而今回想起来，其实老婆都是为了我好，为了家庭所以才说那些话的，可是我却当时没有理解，反而觉得这些话有些刺耳让我难受，的确是刺耳，但是却是真话，也是希望我去面对这些问题，去解决掉的，而不是说发现了却不和我说，为了我好的心思而今我也是明白了，可是当初我却还和老婆你争吵起来说你不给我面子，可是这都是为了家庭，虽然话难听，但是也是让我彻底知道是什么原因，同时自己要去作出改变，我而今冷静下来也是接受了，可是老婆生气也是让我很懊恼当时没有醒悟过来。

没有把你的话语听进去，我现在也是特别的后悔，也是希望你原谅我，我已经知道错误并且去改变了，此次的吵架也是让我知道我们的婚姻要去经营好并不是那么的容易。不过也是让我更意识到，要对你更好，自己也是要不断的努力让婚姻变得更完美，更浪漫才行，你的话我也是听到了心里，做出来改变，也是希望你能看到，此次给你检讨，也是自己真心实意的想要道歉，每一句话都是真实的，同时也是希望你原谅我，回到我身边，我会在以后多听你的意见，家里也是一直你做主，你不在的这段日子，我也是过得很糟糕，想你回来，老婆，我很抱歉自己之前的行为和态度，也是再次的和你说对不起，希望你看到我的真心，我也是以后的生活里，会让自己更为努力，让你幸福，开心，不再伤你心了。

此致

敬礼！

检讨人：\_\_\_\_

\_\_月\_\_日

**和老婆吵架的检讨书篇九**

亲爱的宝贝：

您好！

我对于这件事情也没有太多的借口，只是觉得有些委屈你了。这段日子，我总是让你不开心，也没有完全去照顾过你的感受。你是一个非常完美的女朋友，几乎挑不出任何毛病来。而我却一次又一次的让你伤心、让你失望。我真的很羞愧，也对自己充满了厌恶感。这次向你检讨，一是想表明自己的心意，其次是为了宽恕过去的自己，作出改变，成为一个更好的人，去关心你，照顾你，还有爱你。

昨天晚上你过来找我，可我当时不在家，所以你便去睡觉了，后来我回来的时候发现你在睡觉，于是叫醒了你，你说你有点不舒服，我便给你倒了水，也泡了一点感冒颗粒。你可能真的太累了，喝完之后就睡了。后来凌晨的时候你醒了，你出来就看到我和我的朋友们在一起打牌，你当时就有点生气了，但是看到我的朋友都在，你也没有说什么，我过去跟你说等会就散了，叫你先去睡觉，然后我就又去和他们打牌了。

直到你早上七点起床时才发现，我还在和他们打牌，当时你很生气，但是你也没有当众给我难堪，你洗漱完拿上包就走了，我由于当时正在一局牌中，所以也没有出去送你，反而是在继续打牌。最后打完牌之后，我立马给你发了个信息，让你别生气，但是你至今都没有回我的信息，我打电话给你你也不接。

我也不会再做这样没有任何价值没有任何意义的事情了，只希望你能够原谅我，我也一定会把这些问题改正过来，绝对不会再让你这么生气了。宝贝，这次真的太对不起了，我也不知道该怎么去说了，总之我知道自己很愚钝，也很笨拙，我希望你可以再原谅我一次，我一定不会再像之前一样了，我会把这些问题都改正过来，一定不再让你生气了。

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年x月x日

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