# 2024年检讨书反省自己玩手机 反省自己检讨书(优秀8篇)

来源：网络 作者：落花成痕 更新时间：2024-12-16

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。检讨书反省自己玩手...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**检讨书反省自己玩手机篇一**

尊敬的学校领导和教师：

我第一次深刻的意识到：我错了。由于我的自律能力差，导致我如此放肆地在上课时候听歌，一方面浪费了老师的上课苦心，另一方面我也耽误了个人学习。上课听歌这类行为是严重地违反了学校纪律，违反了规定，而且也违背了教育管理体制，影响了教师的工作。这样一个行为是对教师工作缺乏尊重的表现。

同时，我上课听歌也辜负了学校老师们、我的父母的殷切期望。的歌曲，我浪费了在学校学习的一个大好机会，是对父母的严重不孝顺。上课听歌被领导发现，给我的批评和教育，我感到自己是那么的无知，悔恨到了极点。

此外，上课听歌还影响了其他同学的讲座和学习，是对其他同学不友好的表现。我当时真的罪大恶极，怎么可以把平常老师和领导的教导置之度外呢。我上课上课听歌不仅影响自己也影响到其他人的学习。另一方面使得学校领导还在百忙之中，抽出时间来批评教育我。还为我这样一些不争气的学生操劳。

而且今天还要交上这篇上课听歌的检讨书给老师们查阅，让老师们既劳神又费力地砍我的检讨书。首先，关于我的上课听歌。我不遵守纪律，不是一个可以忽略的小事情！只要我有了很好的自律能力和自我学习能力，在课堂上没有任何借口，没有任何理由来做小动作！我只有认真思考人生，认真做好每一件事情。这样才能够不辜负老师的关怀，这样就没有理由在上课听歌了。

这一次，因为老师的教育，我真的深刻体会到了自己的错误！在怀着沉重的心情写这篇检讨书，虽然写得不好，但我是真诚的。只怪自己的才疏学浅。因此今后我要好好学习，刻苦学好各项科学文化知识，学好汉语。将来递给老师一封文字优美的感谢信，而不会是检讨书了。

此致

敬礼！

xxx

20xx年xx月xx日

**检讨书反省自己玩手机篇二**

尊敬的老师：

您好！

我是xx，这段时间以来的学习当中，我确实还是应该要反省自己，今天我也是早退了，上课早退的情节非常的严重，作为一名学生这是我应该要反思自己的，这段时间回想起来我觉得自己的问题还是很大的，在这样的环境下面，我应该要朝着好的方向发展，对于今天的情况，我确实还是感觉很不好，压力也比较大，对今天的行为我也需要做出检讨。

今天上语文课的时候，我没有做出好的准备，确实这方面我还是觉得有一定压力的，这让我觉得在这方面确实还是有很多不足的，在距离下课还有五分钟的时候，我就离开教室了，现在回想起来的时候，我还是感觉非常的不好作为一名中学生，这是我的问题，对自己不够自律，这样下去肯定是会有很大的问题，以后肯定需要调整过来，学生的本职工作就是学习，一定不能够忽视，对于我们学生而言，这也是需要认真维持下去的，现在的时间比较紧张，我真的是感觉非常的有压力，也不是我想要看到的现象。

上课早退和迟到没有什么区别，这是对自己的不负责，也是对老师的\'不尊重，在这个方面我还是应该要反思自己，反思了自己这么久的时间，我更加是很有体会，今天上课早退的行为，确实是我的不对，偶对自身各方面还是存在一些问题，这是我应该要继续维持下去的，早退的行为，我也更加是做出了很多反思，现在学习越来越紧张了，我应该要认真的去思考自己的不足，学习应该重视起来才对，上课早退的情节，严重违反了学校的规定，老师在幸苦的讲课，而我却偷偷的溜出了教室，然而自己也没有什么重要的事情，这种行为是很恶劣的。

您早就强调过这一点，不能够迟到早退，是我辜负了您的期望，没有把您的话放在心上，接下来应该要合理的安排好自己的时间，树立一个好的形象，一定不会在这样的情况下面违反规定，作为学生这是我应该要维持下去的，早退的情节很是严重，我以后不会容忍这样的情况出现，在这方面我以后需要做出好的成绩来，不能够忽视这些，作为学生就应该要认真的端正好自己的态度，这是毋庸置疑的，不得不反思好自己各方面的行为，以后我一定会认真的上课，再也不会早退的情况出现了。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**检讨书反省自己玩手机篇三**

尊敬的xx：

首先我为今日犯下的错误深刻的悔过，今日早上由于自我的懒惰，就缺席了1-2节的中国经典文学，在班里面造成了严重的影响，经过教师的教导，我明白了自我错误之所在，为自我的行为感到了深深地愧疚和不安，早在我刚踏进这个学校的时候，学校以及学院就已经三令五申，一再强调，作为一个大学的学生，上课不应当迟到，不应当旷课。然而此刻，我却旷课了。

教师反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼，也已经深刻认识到此事的重要性，于是我一再告诉自我要把此事当成头等大事来抓，不能辜负教师对我们的一片苦心，可是，在实际的生活中，由于个人的惰性，我还是把教师的谆谆教诲抛于脑后。今日写下这份检讨书，不仅仅是因为一个学校纪律处理的程序需要，更确切的来说，是想经过这份检讨，来让自我牢记教师们的教诲，更让自我时刻敲响警钟。

我不想找任何的理由来为自我开脱，因为错了，就是错了，找理由来逃避，只会使自我越陷越深。推卸职责容易变成一种习惯，而这种习惯养成了就难以去改变了。旷课，不是一件小事。教师找我谈话的时候，我感到很愧对教师，更愧对我的家人。进大学的以后，什么都觉得很新鲜，觉得自我有股冲劲，这个世界上就没有自我干不成的事情，于是在生活学习中，对自我要求不严格，随意放纵自我。像墙头的野草，风往哪面就想哪边倒，一段时间对什么有兴趣觉得有意思就去忙乎什么，干事情总是三分钟的热度，连最重要的`学习都落下了，纪律也散漫了。这种状态一向持续着，我此刻都大二了，直到此刻我才感觉自我清醒了些。此刻，本在申请灾区减免学费的我本应当对自我更加严格的时候，我却堕落起来，为此我感到十分的羞愧，因为这样的错误是愚蠢的。毕竟，想得到这些帮忙是需要自我努力的，需要的是一个品学兼优的学生，所以我为此深刻检讨自我。

由于以前也发生过此类状况，受到了教师的批评，所以这些心里十分的难受，觉得辜负了教师对自我的谆谆教导，浪费了教师的精力和时间，我实在是不该，可是这次教师却没有对我发火，并且耐心的劝说我，使我深刻地反省自我的错误，我觉得十分愧疚，此次的反省尤为深刻，使我觉得改正错误是件刻不容缓的事情，经过几个小时的深思，我决定以以下的行为向教师表达自我认错的决心：

1、向教师认错，写检查书。既然自我已经犯了错，我就应当去应对，要认识到自我的错误，避免以后犯同样的错误。

2、提高纪律性。我应当认真学习学校的校规校纪，并且做到自觉遵守。不迟到，不早退，不旷课。有事应当先向教师请假。

3.提高自我的思想觉悟。对各门课程都应当引起重视，并且要养成良好的学习和生活作风。

4.学会正确处理问题。以后遇到事情需要冷静的处理，凡事需要三思而后行，多角度的权衡利弊，不能再像以前一样冲动行事，这一点对于自我无论是做人，还是做事都是很重要的。对于自我以前所犯的错误，我已经深刻的认识到了它的严重性，特写下这篇检讨，让教师提出批评，并期望得到教师的原谅。并且向教师保证我以后将不会再犯以上的错误，异常是不会再无故旷课了。期望教师能够给我一次改正的机会，并且真心的理解教师的批评和教诲。同时期望教师在往后的时光里能够监督我，提醒我。我必须不会再让教师失望了。

5、制定学习计划，认真克服生活懒散、粗心大意的缺点，努力将期考考好，以好成绩来弥补我的过错。

我不想像许多人那样写虚伪的检讨，检讨只是一份死物，改正错误不是靠写检讨，而是靠实际行动!仅有真真切切认识到自我的错误，才能改正错误。任何事情都有一个过程，改正错误也有一个过程，而这份检讨将是我的一个监督，一个警钟，监督我一步一步踏踏实实地改正所犯的错误!同时真心期望教师给我机会，能够理解我。不要因为这次我的错误再给我一次处分，因为我必须用自我的行动来证明自我的觉醒，绝对不辜负你们的一片苦心。

此致

敬礼!

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**检讨书反省自己玩手机篇四**

尊敬的各位领导和老师：

在一天晚上的检查中，在寝室搜出一个烧水棒，做出了当场没收的处罚，这一个烧水棒是我们为了减去下楼到开水房打开水的麻烦而买的，现在想想还是自己懒惰造成的。在此，我谨向各位领导、各位同学做出深刻检讨，并将我这一段时间来的反思结果汇报如下：

我的行为不符合一个大学生的要求。作为当代大学生，我们应该识大体、顾大局，在校纪校规面前人人平等，我不应该为了一己之便违反校纪校规。在事前我并没有意识到事情的严重性，由此在宿舍存在了巨大的安全隐患，给宿舍管理的老师在工作上带来了极大的麻烦，我诚恳的向所有人道歉，我深感内疚和惭愧。我们宿舍楼层也不高，下楼打开水也比较方便，控制自己不用类似的大功率用电器并不是一件很困难的事。

夏季的到来，使用烧水棒之类大功率用电器增加了意外事故发生的机率，我们应主动配合学院和学校搞好安全工作，老师一再强调，要求我们不使用违规用电器，但这都成了耳旁风，这些都是不应该的\'。如此低下的安全防范意识是对老师工作不尊重的表现，也是对身边同学生命财产安全不尊重的表现，更是对自己生命财产安全不重视的表现，也是对父母的不负责任，这种表现显然不符合社会对我们的要求，我们本应是对社会各界做出贡献的人。由于宿舍的特征，其空间小，物品集中，又是学生居住的地方，书本、床、被褥被等易燃物较多，很容易造成危险，发生事故，否则后果简直不堪设想。今后要谨记安全知识，时刻注意用电安全，不使用违规电器。

在深刻的自我反思之后，我认识到自己不但没有做到自我监督，这也是对自己的安全不负责任，同时也是对同寝室同学和我们整个宿舍楼同学的不负责，更加辜负了老师对我的信任与期望。我决定自己对自己应有严格的规章条例，深刻检讨自己的错误。今后要加强安全防范意识和集体责任感，请关心爱护我们的老师同学继续监督、帮助我改正缺点，不再犯错！

此致

敬礼！

检讨人：xx

20xx年x月x日

**检讨书反省自己玩手机篇五**

尊敬的领导：

您好！

每个人都会有犯错的时候，但错误也分类别和原因。有些以为意外犯错。有些却是因为自己的行为不端正而犯错！而我这次却属于后者。我很抱歉，以为我在工作中的疏忽，竟让工作出现了这样严重的漏洞！这样的错误，让我既感到惭愧，又十分的后悔。作为公司的一名xx员工，我在工作方面已经经历了x年的时间了，但却还在这样简单和基础的地方犯下错误！这对于我，对于工作而言，都是十分不应该的！

如今，通过这份反省和分析，我意识到自己在日常的工作方面，一直都有许多没有注意到的问题和不足。在不知何时起，我的工作的责任心出现了间隙。这不仅让我在工作中出现了松懈，甚至对于自身的工作态度都变的不在意起来。对于一名工作者而言，责任心是决定我们工作质量的关键。如果在责任心上出现问题，即使工作的能力再出色，也难以避免在工作中出现一些纰漏。但就是这样重要的责任心，我却偏偏让自己松懈，结果让工作因为自己的懈怠出现了错误！我真的感到和抱歉！

在自己的工作中出了这样的懈怠，我对自己也感到十分的的惭愧。自xx年x月加入公司以来，我在工作中一直坚持努力的做好自己的职责，认真处理好工作的任务。但随着时间一点一点的过去，我在工作上的能力提高了，经验也变得更加丰富。但在工作中的成绩进步却越来越缓慢。如今，更是因为这样简单的问题，给公司带来了麻烦！我真很对不起您的信赖。

如今，经过自我的反省，我对自己的问题也有了更深的认识。

首先，作为xx公司的一员，我缺乏对自己管理，没有重视自己对工作的态度管理，一直以来没有加强对公司的责任心。

这方面我应该多让自己反思，加强自我的认识并检讨多多总结工作中的问题来认识自己的不足，完善工作的要求。

其次，作为社会的工作者，我也应该学会锻炼自己，提升自己！无论是对工作能力亦或是责任态度，我都应该不断更新，让自己能随着工作的前进而提升自我。这样才能在工作中保持自己的优秀，才能真正在工作中发挥自己的才干！

经过这次的反思和检讨，我已经深刻的认识到了自己的错误！望你能原谅我一时的.失误。今后，我也会更多的总结并反思自己，认真且及时的改进自己，再不让自己因为这样的问题，给公司带来麻烦！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**检讨书反省自己玩手机篇六**

您好！

此次，我因为自身工作管理态度的不严谨，在工作中犯下了十分严重的错误。给您以及公司团队的同事带来了这样的负面影响，我真感到十分的惭愧和抱歉！作为一名xx公司的工作者，但我却没有遵守公司的规定，甚至没能遵守作为一名工作者应有的责任和义务！在今天的工作中，我竟然在工作时间打开了手机，甚至还视规定不见，在工作岗位上玩起了手机！这实在是非常糟糕的事情，不仅影响了我自己的工作，更给公司部门的纪律环境带来了严重的破坏！对此我真的很抱歉！

回想自己的错误问题，我一边感到后悔，一边也为自己的`行为感到抱歉。这次在工作中出现这样的问题，首先我自己的管理和自我要求肯定是有问题的。我没有重视起自己的工作，更没重视自身作为一名xx工作者，应该怎样履行自己的职责和义务。这是我作为工作者的责任，也是我必须做好的事情！

其次，作为xx公司的一员，面对公司的明文规定，我却没有做到严格的去遵守，去维护，这是十分不应该，不可取的！“没有规矩不成方圆”，在公司中，规定的条例更是维护整个公司运转的重要规定！如果人人的不去遵守，别说公司的发展，连做好一天的工作都是无法做到的！但我却在自己的工作中带头犯错！甚至沉迷在手机中，忘记了自己的工作职责！这影响的不仅仅是我一个人，更是对整个纪律的抹黑！现在对自己问题的认识，让我更加惭愧自己的行为！这是作为一名xx人绝不应该犯下的问题！

反省了自己的错误，我深刻认识到自己对工作态度和责任心的问题！为了避免自己继续犯下同样的错误，为此：

1.我要严格要求自己，对公司的纪律和规定严格背诵！深刻牢记！绝不在工作中违反规定，更不能在工作时间做与工作无关的事情！

2.我要加强自己思想管理，提高自身的责任心和责任意识！作为一名社会工作者，我要更加重视自身的责任，加强自我管理的意识，主动的去做好自己的工作，在工作中发挥更大的价值，为公司努力奋斗！

这次的问题实在是让人惭愧，但我会“知错就改”，努力在今后的工作中发挥自己的价值，弥补自己的错误，并且绝不再犯！还望您能原谅我的错误，给我一次改正的机会！

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**检讨书反省自己玩手机篇七**

尊敬的xx：

您好!

我作为班级的班长，这次竟然没有做好班级工作，让我们整个班级都受到了严重的影响。我不知道该怎么去向大家表达我的歉意，也不知道该怎么去面对班主任您。是你们把信任给了我，而我却在这一次让你们失望了。我很后悔、很自责、很羞愧，写着一封检讨，一是想表达自己的歉意，其次也是想真诚的对您、对同学们说一声对不起。

昨天早上的时候，您交代给了我一个小小的任务，让我把这一次月考的试卷整理好，然后发放下去，让同学们在您讲课之前做好改正，到时候讲解试卷的时候大家就能够更顺利的听下去一点。我当时是答应了您的，但是之后我却忘记了这一回事了。因为当时我的作业一直在赶，您也是早上对我说的，我忙起来就完全忘记了这一回事情了。

直到上您的\'课时，我才突然想起这样的一件事情来，当时您已经到教室来了，您要讲课时，才发现我们连试卷都没有拿到。您当时对我很失望，叫我赶快去把试卷拿过来，给同学们分下去。我当时真的恨不得立马挖个洞钻进去。我整个人真的很没有脸面，我不仅让您的课程拖延下去了，还让全班同学的学习都受到了影响，这个责任，并非是我一个人可以承担起来的。我身为班级的班长，竟然连这么一点小事情都没有做好，我不知道该怎么面对您，更不知道该怎么去面对全班的同学。

如果给我一次重来的机会，我会毫不犹豫的去做好这一件事情。但世界上无法重来，我也没有去补救的机会了。但是通过这一件事情，也让我清楚，身处一个职位上，如果没有一份责任感，那么这件事情是无法做好的。学习也是一样的，如果我对学习没有责任感，那么我又怎么能学好知识呢?这一次犯错彻底的点醒了我，虽然这让我无比难堪，但是我能够在这次教训中发现自己的缺点也是一件足以让我进步的事情。

但对于给位同学还有老师，以及这堂课而言，我是最大的罪人。我愿意接受老师和同学们给我的惩罚，这次工作失职真的让我很受打击，但我也会振奋起来，在以后的学习和班级工作中，更加严谨，更加细心和认真，绝对不会再让您遇到这样的情况了，还请您原谅我这一次，我在此不胜感激!

此致

敬礼!

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**检讨书反省自己玩手机篇八**

敬爱的老师：

您好！

人生的过程是不断自我检讨的过程。

一转眼间，我进入院学生会学习部已经两个多月，首先必须深刻反省的是，我已有很长一段时间没有好好思考自己的言行，没有反省自己的过错、失误。每周的静坐思考也被懒惰和贪玩取代。有着严重的不能控制惰性的问题。甚至常常应该做某事的时候，内心有个懒散的声音说“先放着一会吧，今天好累”。造成习惯性拖拉的恶劣做事态度。由于心态的不好，对工作激情全失，把雷厉风行的作风完全抛弃。

当我认真反省自己的时候，我意识到这是多么可怕的态度和改变.极度的不负责任，不仅是对工作，也是对自己的不负责任.必须马上不折不扣的改正过来。每天的学习，每周的思想清洁，每月的总结，每年的回顾与展望，都要按自己的计划认真的完成。一切能让自己逐渐完善的行为，不可因惰性和情绪而停滞。否则，我永远只能原地踏步。“骄傲使人落后，谦虚使人进步”，我必须时时认真检讨自己，好好学习，认真工作，快乐生活。

公开检讨或许是一种形式，却是监督自己的一种方式。

这学期，素质讲座和往常一样是我们院学习部的主要任务。关于讲座，部长一再问我们还有没有什么不懂，我们几乎都是沉默，可是，我们总是状况不断，我也有在想，是什么原因让我们无法解决。我觉得，或许还是我们不够解吧。可是我们却无法回答部长的问题，因为我们不清楚还有什么不知道。这是一个值得深思的问题。

除每周的素质讲座，我们这学期的主要活动就是征文比赛。关于征文比赛，虽然已经接近尾声，但不得不说的是，我们做的确实不够。不管是初赛还是决赛，我们都没有做到位。活动前给各系部的通知不够到位，以至于很多人都不知道具体时间和举办方式。各系参加决赛的人员名单及新闻稿没有及时上交，导致决赛一系列准备无法及时完成。决赛时，不管是申请教室还是作文命题、现场ppt制作都太仓促。而仓促的原因只是我们前期工作做得不好，考虑不够周到。当然，还有一点就是我们不够积极。

前一段时间的校园“十佳歌手”大赛，我们部门本来是有任务的，最后却被打乱，而这结果就是我们任务没有平均分配，这本来不是我们的错，但身为学生会的一个成员，我们没有积极主动的去找事干，到至工作人员忙的忙，闲的闲。我虽然被分配到传递话筒的任务，并且大赛当天上午10点就开始帮忙直到晚上9点多，但仔细想想，除吹气球、传话筒和打扫现场真的没做什么。

这一学期也快接近尾声，看似没什么事，其实很多事情都还没做，在接下来一个月不到的时间里，我会努力改变我的不足，让这学期的工作能够完美谢幕。

此致

敬礼!

检讨人：

日期：

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