

# 2023年给女朋友的一万字检讨书 惹女朋友生气检讨书一万字(实用5篇)

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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 给女朋友的一万字检讨书篇一

亲爱的女友：

您好！

昨天回家，你发现我满嘴烟味，很是生气，我又抽烟了，再次惹你生气了，真的不应该，我要好好检讨我自己的行为，真的不能再抽烟了，明明是答应了你，要戒烟，不再抽烟的了。可是我却没有忍住，被人一怂恿，就又抽了，把你的话抛之脑后。

昨天下班，我朋友约我去打球，你没意见，也知道我每周都会约了朋友一起打篮球的。到了球场，朋友给我一根烟，我说我戒了，所以没接，但是朋友却没有放弃，觉得我是骗他的，因为上周的时候我还是抽烟的，这周却是不抽了，这很奇怪，但是我还是坚决的推掉了，没有接，他们就自己抽了起来，我先到一边去做热身。等到他们抽完了，我们就开始打球。

打完球，喝着饮料，朋友又递给了我一根烟，我虽然有点儿想抽，但是还是记得你的话，也记得我对你的承诺，要把烟给戒掉。再次的拒绝了，可是朋友却是没有放弃，在我身边坐了下来，抽起了烟，你也知道，我抽烟很多年了，想戒掉

有点儿难，而且才戒一会儿的时间，所以他们没抽两根，我就实在是受不了了，接过烟抽了起来，朋友们得逞了，我也有点儿犯了烟瘾，所以接连抽了几根，浑身都是烟味，虽然吃了口香糖，想去掉烟味，但是回家还是被你闻了出来。

我的确烟瘾犯了，这个无可辩驳，但是我却没有遵守要戒烟的承诺，而且还一连抽了几根，这根本就没有戒烟的决心，假如我真的有决心，朋友在我旁边抽烟，我完全可以走开，或者叫他们也不用抽烟，毕竟我们几个里面就我的烟瘾是最重的。但是我却还是半推半就的，其实是我还想抽烟的心思在作祟。亲爱的，以后我真的时刻都要警醒我自己，不能抽烟，不能有想抽烟的心思，更是不要去抽烟的地方，这样看不见，也没人给我烟，我想我更有可能把烟戒掉，不，是一定要戒掉烟，不能再抽烟，再惹你生气了。

这次惹你生气也是我自己太没底线了，一根烟就把我收服了，而且说过的话，却没有认真的去做好，真的很对不起你，今后我真的不会再抽烟了，请你一定放心，不会惹你生气了，不单单是抽烟，今后我一定听你的话，不做惹你生气的事情，事事顺着你，没事哄你开心，逗你笑，不能让你气坏了身子。这次的错误，你就原谅我吧，别再生气了，假如说你觉得还是很生气，那无论你怎么惩罚我都成，只要你不生气了，就可以。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

## 给女朋友的一万字检讨书篇二

敬爱的女朋友大人：

首先，我给你道歉，诚挚的道歉！惹你生气了！我知道，你很生气，应该是相当、相当的生气！我也知道，我的做法性质很恶劣，后果也很严重！

所以，我内心很自责。总结这次我所犯的错误，主要有以下几个原因：

- 1) 我的思想警惕性不高，对女朋友的事竟充耳不闻，太过随意；
- 2) 过于放纵自己，放松了对自己的高标准、严要求，经常作；
- 3) 没把女朋友放到应有的位置和高度，这是很严重的政治问题。

从这几天的情况看我没有关心女朋友大人的饮食问题、没有关心女朋友的头疼、胃疼等身体问题，并且还在女朋友非常急切想来接机的心情下泼冷水，错误十分明显。因此，鉴于以上所犯的错误，以及为了确保社会进步、人民团结、国家安全、地球和平、宇宙河蟹，今后我要尽量减少做错事的动机和手段，多陪陪女朋友，多关心女朋友，力争做个好老公。以下是本人痛定思痛的整改措施：

- 2) 把女朋友放到应有的位置和高度，争取和珠穆朗玛峰一样高，或者更高；
- 3) 每天晚上向女朋友大人汇报一次思想动态，让女朋友及时掌握我的思想动向。

检讨人：

日期:

## 给女朋友的一万字检讨书篇三

亲爱的xx□

宝贝对不起，是我错了，由于我打游戏的原因，导致我忽略了你的感受，没有为你考虑到，我真的感觉很愧疚。

我保证我以后再也不xxx了，我不跟其他女孩暧昧，我出门给你汇报行踪，我保证，我以后绝不再犯，如果再有下次，那我就彻底失去你了，我不会再把你弄丢了。这次真的是我错了。

宝贝原谅我好不好？我会一直等着你回复，我会一直陪着你。我爱你哦。

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

## 给女朋友的一万字检讨书篇四

亲爱的xx□

对不起，我错了，昨天又再一次得伤害了你，你这次大概对我已经失去信心了，大概也没信心爱我对吗？但我要告诉你，我是真的很在乎你，也真的好爱你，但是，令你失望的是我昨天却又惹你生气了。

对不起，也许我真的变了，变得老实自我为是，可是我真的没有要伤害你的意思，还记得你以前的承诺吗？你说要一辈子爱我的，可是为什么为什么。

对不起，昨天让我九点半写好给你看，但是我却拒绝了，因为我真的不知道自己如何下笔去写，所以我又令你失望了，我想了一天，还是决定去写，然后给你看，虽然时间过了，可是没关系，只要你看过也好。

记得我们的从认识到现在的点点滴滴，以前的我们会幸福快乐，可是现在却变了。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，我一辈子都会记得，一辈子。仔细想想，而我又给你带来的是什么，只有伤害伤害还是伤害，真的很抱歉。

对不起，让以前的我消失，让现在的我无情的伤害你，我没有给你带来快乐，反而带来烦恼，没有给你带来幸福，反而给你带来悲伤，你给了我好多机会，而我却不懂得珍惜，一次又一次的错过，亲爱的，我真的知道错了，原谅我我一直以来只想要跟你天长地久！！一切都会变，只有我心中对你的爱不会变。

经过了这么多，我懂了，爱一个人，不要去在意对方爱不爱自己的！只能说这样有条件的爱，狭隘了！！曾经自己也是用着狭隘的爱去爱老公，犯下了这样大的错误，同时我也是真心的悔过，希望老公能够原谅，能够宽恕。谈了这么多，希望你能明白三点：

第一，我犯了这样大的错误但是只是一时糊涂，我真心诚意的悔过，我愿意对我做的错事负责！恳请你能够想通，并再给我一次机会！！

第二，我希望笨蛋能够放下一些心底的隐藏的很深的东西，真心的希望你能够开心快乐起来！！

第三，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！我会用真心去证明一切，用时间去见证奇迹！不会放弃，坚守誓言！

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

## 给女朋友的一万字检讨书篇五

亲爱的：

你好！我是老公，经过深刻的反思，对于昨天晚上抽烟让老婆伤心失望的事实我感到十分后悔，也对昨天自己的所作所为感到万分痛心，后悔不已。

昨天晚上，和两个没回家的朋友在宿舍一起吃饭，期间经不起推让抽了几支烟，后来喝酒还喝多了，直接睡着了，在一起的126天以来唯一一次没给老婆说晚安，也没有给老婆小太阳。另外，昨天和老婆说好了，不抽烟，抽一根老婆一天不搭理我，我理解成了老婆回来之后才开始实施，也是昨天抽烟的原因吧。但是，不管怎么说，就算是有误解，我也不应该抽烟，不能只靠老婆的监督关心，我自己更应该自觉，所以现在十分的后悔。全是自己作的’，我想承担后果，却承担不起老婆不理我。

由于的我过错，导致那么多天来老婆第一次发那么大的火，老婆很严肃的说了好几句，让我彻底着急了，我早该想到我这么做会让老婆伤心心寒，会让老婆对我不信任，现在想真的不该是我太过分。在老婆发火的时候，我还不认错却提晚上不搭理我的事，让老婆再次伤心，错上加错，满脑子就俩字，后悔。

这虽然看起来是普通的事，却不是小事，也反映出了大问题，我答应老婆的事没做到，这是信任问题，老婆发火一点不为过，十分应该，我这臭毛病就得治，严重来说，这是欺骗，欺骗老婆对我的感情，我他妈真混蛋。

错归错，我一定好好反思好好改正。但是我对老婆的感情是真的，绝对没有一丝不认真，确实是发自内心的，我相信老婆肯定知道，但对我就得采取强硬措施所以才说那么决绝的话，真的是让老婆伤心了，辜负了老婆对我的期望。说白了，不让我抽烟不是为我身体着想吗，以后还要训练，毕业考核，而我做的确实太过分，没有哪个人能忍受自己的男朋友一直不成熟，一直不成长，而我却让老婆那么失望，一次次因为小事情惹老婆不开心，让老婆怀疑感情，这是我最怕的，最承受不起的，但是由于我的愚笨做的事产生了那样的结果，我是该好好认认真真的反思反思了。

对于这次的错误，和以后应该注意到的地方，我保证做到以下几点：

1. 对于抽烟，从现在开始，我做到绝不再抽一支烟，如果再抽，一切听从老婆处治。
2. 以后和老婆认真决定的事情都要做到，决不食言。
3. 以后答应老婆努力做到的事情尽全力去做，让老婆看到我的进步。
4. 老婆发火的时候不顶撞，闹别扭之后主动找哄老婆开心。
5. 孩子气要改掉，不能再无理取闹惹老婆不开心。

(附：暂时定这些，老婆审查后再添加)

最后，再次针对抽烟这件事向老婆道歉，请老婆不要不开心了，希望靠自己以后的表现让老婆原谅，希望老婆开开心心的回来！