

2023年抽烟思想汇报(精选5篇)

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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

抽烟思想汇报篇一

宝贝：

您好！

我这次又犯下了如此错误的事，我的内心也是有万分的难过，我这一次由于我对自己的管理不到位，没有禁住诱惑而抽烟会让你这样的伤心。我知道这一切都是我的过错，在我向你做完了这么多保证之后，我竟然还是没有控制住自己对烟的渴望。

在我会回家后被你发现我抽过烟之后，我甚至还向您辩解，我还想着要用欺骗来蒙混过关，这是我极大的错误。我本来就知道宝贝你是非常的明察秋毫，我还试图去挑战你，这就是我个人的无知。现在我知道自己错了。之前我不是跟您说了嘛，我晚上会去和同事吃饭，在席间大家就开始抽烟，大家都知道我在戒烟，他们就是想要逗我，然而我的自制力实在不足，这才在他们的怂恿之下抽了一支，尽管我已经嚼过口香糖来去味了，但还是被你知道了，我这次真的是犯下了很大的错误。

宝贝不让我抽烟本来也是为我好，毕竟烟这个东西实在是一点都不好，太伤害身体了，曾经的我还向着宝贝保证我绝对会离烟远远的，就这么几天的时间我就全忘记了，还在这件

事情上犯错，我简直是太坏了，我是应该要好好检讨我自己，更加要将我自己说出的话铭记在心。这一次我又做出伤害宝贝的事，让我的内心非常的不安，我想来想去都没有办法来弥补这次的错误。可能我再向宝贝做出承诺都完全没有可信度了，但是我还是想要让宝贝相信我的决心，为了让你也生活得安心健康，我定是会尽量戒掉这一坏习惯的，但是请一定给我更多的时间。

从我们在一起到如今我都是没有忘记过宝贝任何的话语，我都会尽量去满足你想要的一切，并且包括让我戒烟的事情。可能我的结果并不好，但是我相信我的态度你还是有看在眼里的吧，近期我也只是抽了这一次，其他时间是完全没有碰过烟的，请宝贝一定要信任于我。我已经让自己在戒烟的道路上缓慢的前行了，不管中途的我会出现什么样的困难，我都坚信自己是可以到达终点的。

最后，请宝贝一定要相信我是爱你的，你说的话我都是我尽量去做到，也希望你可以给我更多一点的时间，让我成为你心中所期待的模样，我会不断让自己变得更好来与你相配。这一次的抽烟事件，我已经好好反思自己了，我知晓我还需要在自制力方面对我我进行控制，这样才能让我有更多不断成长的机会。我会让宝贝看见我的变化，更是可以让宝贝明白未来的我会更加爱你和珍惜你！

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

抽烟思想汇报篇二

亲爱的宝贝：

您好！

我这次又犯下了如此错误的事，我的内心也是有万分的难过，我这一次由于我对自己的管理不到位，没有禁住诱惑而抽烟会让你这样的伤心。我知道这一切都是我的过错，在我向你做完了这么多保证之后，我竟然还是没有控制住自己对烟的渴望。

在我会回家后被你发现我抽过烟之后，我甚至还向您辩解，我还想着要用欺骗来蒙混过关，这是我极大的错误。我本来就知道宝贝你是非常的明察秋毫，我还试图去挑战你，这就是我个人的无知。现在我知道自己错了。之前我不是跟您说了嘛，我晚上会去和同事吃饭，在席间大家就开始抽烟，大家都知道我在戒烟，他们就是想要逗我，然而我的自制力实在不足，这才在他们的怂恿之下抽了一支，尽管我已经嚼过口香糖来去味了，但还是被你知道了，我这次真的是犯下了很大的错误。

宝贝不让我抽烟本来也是为我好，毕竟烟这个东西实在是一点都不好，太伤害身体了，曾经的我还向着宝贝保证我绝对会离烟远远的，就这么几天的时间我就全忘记了，还在这件事情上犯错，我简直是太坏了，我是应该要好好检讨我自己，更加要将我自己说出的话铭记在心。这一次我又做出伤害宝贝的事，让我的内心非常的不安，我想来想去都没有办法来弥补这次的错误。可能我再向宝贝做出承诺都完全没有可信度了，但是我还是想要让宝贝相信我的决心，为了让你也生活得安心健康，我定是会尽量戒掉这一坏习惯的，但是请一定给我更多的时间。

从我们在一起到如今我都是没有忘记过宝贝任何的话语，我

都会尽量去满足你想要的一切，并且包括让我戒烟的事情。可能我的结果并不好，但是我相信我的态度你还是有看在眼里的吧，近期我也只是抽了这一次，其他时间是完全没有碰过烟的，请宝贝一定要信任于我。我已经让自己在戒烟的道路上缓慢的前行了，不管中途的我会出现什么样的困难，我都坚信自己是可以到达终点的。

最后，请宝贝一定要相信我是爱你的，你说的话我都是我尽量去做到，也希望你可以给我更多一点的时间，让我成为你心中所期待的模样，我会不断让自己变得更好来与你相配。这一次的抽烟事件，我已经好好反思自己了，我知晓我还需要在自制力方面对我我进行控制，这样才能让我有更多不断成长的机会。我会让宝贝看见我的变化，更是可以让宝贝明白未来的我会更加爱你和珍惜你！

此致

敬礼！

xxx

20xx年xx月xx日

抽烟思想汇报篇三

亲爱的老婆：

之前向你保证过不吸烟的，但是由于昨天我没克制住自己的烟瘾，又去买了一包香烟过来抽，对你和孩子都造成了不好的影响。

这些天经过自己在犯下错误的苦闷和懊悔中的深刻思考和认真查摆问题，努力发掘自身存在的问题和不足，在灵魂深处深刻剖析自己，现在对自己的问题有了较为清晰的认识，以

下是我对错误的深刻认识和诚恳检讨：

我偶尔吸烟的问题由来已久，长期以来，一直麻痹大意，没有把这个严重的错误深刻认识上去，主要的原因有：一是认识上存在盲区。一直把吸烟当成一个消遣的方式，没有深刻领会它的害处，没有把老婆的话记在心上。

存在不正确的价值观念，思想中有资产阶级享乐主义和散漫自由主义的成分。存在不正确的荣辱观念，没有把以老婆高兴为荣，以老婆反对为耻真正的落实下去。二是具体行动上有误区，一直采用避重就轻的办法，以为只要不经常抽，偶尔为之是无所谓的，现在认识到了，无论从健康的角度还是老婆对此的态度上，都是不应该的，犯了这样的错误即伤身体又伤了和老婆的感情真是得不偿失。三是改正错误的态度又红灯区，对老婆明确指出我的错误以后，采取敷衍了事，漫不经心的不正确的态度和做法，是老婆很伤心，没有马上及时反思，认真查摆，把用实际行动去改正错误，没有马上下定决心，排除万难地戒掉陋习。

犯了这样严重的错误，愧对了组织对我多年的培养，愧对了领导的殷切希望，更愧对了老婆长期以来对我的关心和爱护。我下定决心痛改前非，远离陋习，用实际行动去践行自己的诺言。具体方法上，一是认真学习有关材料，从科学的角度，深刻认识到吸烟的对自己、对环境的.害处，从政治的高度把远离烟草的行动同建设和谐社会，和谐家庭紧密联系起来。二是在具体行动上，以珍爱生命，远离香烟为口号，真正远离烟草，无论在任何场合，自己都绝对不去沾染，时刻牢记自己的诺言，做到言必信、行必果。在任何情况下得到的香烟，都要第一时间交给老婆，统一保管，具体管理上做到专人、专柜、专锁。

此致

敬礼！

XXX

20xx年xx月xx日

抽烟思想汇报篇四

我抽烟惹俺家妞不满，她向我郑重的提出了关于“戒烟”等一系列问题。。表情极其认真。。还要求我写保证书。。我经过深思熟虑。。深知吸烟对自己和媳妇及未来baby的危害性。。长期吸烟容易得肺癌……旁人吸二手烟更是危险。

决定从即日起坚持做到以下几点：

- 1、因“戒烟”运动不是一朝一夕的事，所以烟量减少，完了争取早日戒掉；
- 2、多做运动，不给自己吸烟的空间；
- 3、别人给烟也不要，做到人不犯我，我不犯人；

承诺人签名：__

20__年__月__日

抽烟思想汇报篇五

亲爱的老婆：

您好！

很抱歉我这次还是你制定的规矩，在家里抽烟了，你这么为我的身体着想，而我却没有把你对我的关爱一直放在心里，反而在这次做出了这样的错误。我想我或许不是一个合格的老公，如果是一个合格的老公是一定不会做出这种错误的，

而是会好好的听老婆的话，让老婆省心，不用为我操心。而我却没有意识到这些，没有考虑自己的身体健康，也没有体谅你的一片好心，导致我这次出现了这样的错误。戒烟确实对于我这种老烟民比较困难，老婆你也能够理解我，也没有让我不抽，只是让我慢慢的减少抽的数量。而我却在今天你不在家的时候一下就抽了好多，我想或许是我的思想出现了问题，才会犯下这种错误。

在一开始的时候我还是能够抵抗住哪些诱惑的，坐在沙发上的时候一下心里突然就有些想要抽烟，我也控制住了。能不抽还是尽量不抽，所以我一直忍耐着，但是忍着忍着我的心理又松动了，想着只是抽一根也没事，又不多抽，而且今天到家之后还没有抽过，于是我就抽了一根。抽完之后我就感到了后悔和自责，抽烟也没什么好的为什么要抽烟呢，不止让自己身体慢慢的变差了，更是让家人为我感到担心。我又开始后悔自己当初为什么要接触烟这种不好的东西，并且十分的悔恨，如果能够让我回到以前，我一定会在那个时候拒绝香烟这种害人的东西。

在之后我感觉过了好久你都还没回来，然而我的烟瘾又犯了，这让我又纠结起来了，毕竟我之前都抽过一根了，而且我又想起了之前自己抽完之后后悔的心态，于是我强压着自己不去抽。但没过一会我还是没有忍住，又抽了起来，我想还是我自己的自觉性不够高，必须要有人在我身边一直管着我，不然我想我真的有时候会控制不住自己，抵抗不住哪些外界因素带来的诱惑，而让自己犯下错误。但现在我也真正的醒悟了，也明白了自己的哪些错误，知道了抽烟这并不是我一个人的事，对一个家庭都是很有影响的，会让身边的人呼吸到二手烟而影响他们的身体。而家人都对我如此的担心，就是希望我能少抽一点，让自己的身体健康一点，不又担心以后受到病痛的折磨。我以后一定懂事一点，不让你在因为这些小事而为我操心了。

此致

敬礼！

XXX

20xx年xx月xx日