

2023年出轨检讨书(精选5篇)

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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

出轨检讨书篇一

复习信，也称为谅解书，是一篇常用的日常实用文章。这是一封由犯了错误的个人或领导人写给党或组织的信，以审查错误并确保不再犯错误。以下是为大家整理的关于，欢迎品鉴！

亲爱的老婆：

在5月10日的夜晚，我与同事在饭桌上喝酒吃饭，但是不知怎的，就喝多了，对于后面发生的事情我也是迷迷糊糊。事情已经发生了，也知道你非常的伤心，希望能得到你的原谅，我还是非常的爱你的。昨天我在小卧室进行了深刻而沉痛的反省，回忆这些年的生活经历我粗略统计了一些爱您的证据，现列举如下，请您过目！

1. 大二那年刚刚和您同桌的时候，我就对您的美色已经起了觊觎之心（尽管那时候您的脸胖胖圆圆的像个小面盆），就在我按部就班地实施偷心计划时，突然传来您要相亲的消息，我痛骂n天出这个馊主意的人即您的老爸我现在的老丈人，那几天我茶饭不思，夜不能寐，常常冲动想在他来约您的时候背后拍一板砖，不过好在他的质量太差您的眼光够高，得到消息我请全宿舍兄弟喝了一星期酸奶！

2. 您不能把抽烟的责任全都归咎于我，其实刚开始完全是没事的时候点一根玩玩深沉扮扮酷，自从大三您去外地回来送我一个左轮手枪打火机，我每个星期都不得不两次光临东门

外的小烟摊，因为回到宿舍想您了我就会拿出打火机，红红的火苗总会让我想起您红红的唇，所以我只好用烟亲火苗我再亲烟来慰藉我饥渴的心灵！

3. 您老是说我赶不上潮流跟不上时代，人家别的小伙都是溜光水滑衣着光鲜，我呢总是两套衣服来回换穿，唉，哪个少女不怀春。古语说的好，好钢用在刀刃上，男人穿得再好看也没啥社会效应，所以我把这份对美的追求寄望给您，让您漂亮的潇洒红尘。有个秘密我一直没说，其实最爽的事就是挽着您上街，那感觉就像守着自己刚刚发的精华贴，看那点击率~哗哗地升！

5. 前几天您要代表单位参加竞赛，为了安慰您成天对着那些法律条文烦的发火冒烟的心，也为了实践夫妻之间同甘共苦之最高信仰，我抛开了一切世俗牵绊，义无反顾地捡起那些扔下n年的书，结果昨天您上战场没拿到名次，我却在今天的党校考试里装了一把大明白，那么多人跟着我抄！

6. 您有很多时候是非常没有良心的，总是把我的丑事到处宣扬，伤害我脆弱的心灵。比如您做菜倒了半袋盐结果我把它当咸菜就着水吃了三天啊；比如我给您洗衣服结果搓扒了丝啊；比如您加班我傻呵呵半夜等在小区门口结果被蚊子饱餐啊——搞的我在单位很没面子，只有您姐夫上次来对我表示了深切的同情，拍拍我的肩膀说兄弟任重道远多保重吧！

屋子里面有个蚊子老在骚扰我的思路，说到这又得向您检讨，是我不好，不该在开门的时候把它放进来，更不该宽容它活到现在，您的细皮嫩肉比我这又粗又黑的金贵好多，所以只能先说到这，我要去找那只蚊子了。如果您看过之后觉得我的觉悟已经提升到足够的高度，就在下面批个同意！

亲爱的老婆：

今天是20-年的第一天，昨天晚上，本来应该是合家团圆的时

候，而我只是一个人坐在车里，听着车外北风冽冽的撕心裂肺的扯着，夏邱这个镇很有钱，几乎每个家庭都在鸣放烟花，虽不是正宗的年三十，可足以让人感觉到新的一年毫不犹豫地走来了。看着外面天空中绽放的烟花，真有一种歌舞升平，盛世欢庆的样子，我相信，至少这些烟花的鸣放者们心里肯定是暖融融的。可谁又会想到，在一个黑暗的角落里，有一个人满脸泪水，在接受着炼狱般的煎熬，美丽的她，可爱的孩子，你们好吗？我在祈求你们的原谅，不要就这样丢下我一个人。

我是不是应该去死，或许真正我在弥留之际她才会原谅我，孩子还不懂事，如果他要是明白的话，相信爸爸这两个字在他心里也会大打折扣。我的孩子，爸爸真的很想你。我的爱人，我真的需要你，没有你，我真的走不到今天，我是真的把你当做我生命的一半，没有你，还有谁能够在紧要关头帮我做出决定，没有你，还有谁能够管我。我的心碎了，我的心在淌血，我的心已经不跳了，我明显感觉到这个世界已经不存在了，黑暗就像一块巨大的石头像我砸来，那么疼，那么恐惧，那么让人喘不过气来，我想喊，可喊不出来，我伸出手，可是什么也抓不到，救命呀，救命呀，求求你，我的老天爷，不要让我在这样活下去了，我诅咒我自己，活该呀，你还有什么脸，有什么资格和老天爷叫板。

一个电话把我惊醒，真的不想醒过来，有时候噩梦也会让人留念，醒来又要面对这个现实的世界。是她，我的爱人，是做梦吗，来电话了，怎么回事，是真的，颤抖之中我听到了那个熟悉的声音，就在耳边，那么真真切切，我的爱人，我的老婆，我的孩子的妈妈，我生命中的另一半，我期待之中陪我走完下半辈子的亲人，我真真切切亲手伤害的委屈的女人。

接完电话，原来刚才她给我发过短信，声音还是那么平和，没有那种让人预料到的愤怒和不耐烦，细想一下，她是麻木了，无奈了，曾经对我是多么的期待，曾经对我是多么的容

忍，现在，一个悲伤的女人，只能用离婚来捍卫自己的一切了，看着短信内容，我不知道该怎样回复，我还有什么资格来要求这个女人，她为我付出了青春，为我生子养家，为我忍受了多少屈辱，这是她应该做的，我该怎么办，亲爱的，这个20-年的最后一个夜晚对我来说，就是我生命中的最后一天。20-，多么让人憧憬，让人期待的一年，孩子大了，房子大了，公司大了，我们对未来美好的渴望也大了，就在今晚，就在20-年的前夜，20-年的最后一个夜晚，这一切都变成零了。

今天是公元20-年的第一天，真真切切的来了，在这个世界上，我又迎来了新的一年，我不知道他们是怎样过来的，但我坚信，那个我心中的她，同样是在悲哀中无奈的迎来了新的一年。看到桌上她曾经给我写过的信，那是我们结婚两个月她给我的警示，那个时候，我们经营着一个小服装店，她每天都忙碌在和顾客一元两块的讨价还价中，我知道那时她是多么的委屈，一个从上海回来的高级白领，一个从高楼大厦，霓虹闪烁的大都市回来的女孩子，为了自己的男人，为了这个家的将来，正在默默地撑起这个男人的理想，那个时候，这个男人，正醉心于网络游戏，现实生活没有男人所渴望的权利和资本，他只有在网络中寻找这种当老大的感觉，十分惬意那种一呼百应和被人尊重的感觉，就是在这个时候，她给他写了一封信，放在案头，有一种恨铁不成钢的感觉，那个男人依然我行我素，她忍受了，直到这个男人有了自己的事业，意气风发，受人尊重，她开心了，她为他生下了一个可爱的儿子，在外人眼中，这是一个多么让人羡慕的家庭，可是，又有谁会知道，这个女人此时承受着多大的压力。

求求你，求求你，只要你回来，我什么都可以，不要把你心中曾经塑造的男人彻底毁灭，最起码，我还是孩子的爸爸，最起码，我是真真切切的爱着你，最起码，我的心里一直在深深的捧着您，是真的，绝没有任何一丝一点一毫一厘的掺假，不要不管我，不要丢下我，不要毁灭我，让我有活下去的勇气好不好。

我愿意以一个父亲，一个丈夫，一个男人的生命发誓，我爱你，我爱你，我爱你，给我一次机会，给我一次生命，我愿意为你作出一切，我愿意为你付出我的生命，我愿意为你做好每一件事，我愿意为了你，为了这个家付出一辈子，请不要让我家破人亡，妻离子散。我求你，什么都可以，只要你回来，只要你回来。

尊敬的女友大人：

我怀着羞愧、懊悔的心情检讨我最近一段时间的所作所为。通过深入分析错误，我是真的觉得自己做错了很多事。

对于任何一个男人来说，期待过上风流生活本没有错，毕竟每个人都难以避免谈到男女情感的话题，我没有也不例外。我一直是一个很浪漫的人，有着强烈过上浪漫生活的期望。

可是面对现在的情况，我是真的错了，我错就错在不应该跟你交往以后，还期待过这种生活。我不应该再与其他女的朋友过于亲密联系了，如果我还是单身的一个人，那我可以去浪漫去风流，可是我已经不是单身了，我有了你了，我就不应该再走这条路了。

此外，我也应该要考虑你的想法。而不仅仅是根据自己的想法。我已经有了深爱的你，我就不应该再喜欢其他人。我爱你，就应该对你好，时时刻刻考虑你的想法，明白你想要什么，而不是去伤害你。当然，我骗了你，是我的错。虽然我是为了哄你，经常会说一些五彩缤纷的话。可是我真的不想骗你，因为我真的没有想要伤害你。

我知道，人无完人，人人都会犯一些错误，可是犯错以后就应该承认错误，然后纠正错误。为此，我衷心地向你道歉，请求你的宽恕。我向你承诺：

第一，从今往后我不再沾花惹草，不再期待与其他女孩有暖

昧关系，不再想过太多风流的生活，只想全心全意地陪伴你。

第二，我以后天天给你打电话，不管我身在那里，都要坚持给你发信息报告情况。

第三，当你生气的时候，我会站在你面前接受批评，做到骂不还口，打不还手。

第四，你心情不好的时候，我会静静地听你说话，一边开导你，一边安慰你，一边取悦你。

当然，如果你还需要更多的承诺，你可以提出来，我会根据自己的能力范围给予允诺。可是你也要明白，承诺不过是一句空话。我也深刻明白这个道理，因此我对于自己有严格要求，说过的承诺，我就要努力地去实现它。

最后，我请求你能够原谅我！你知道吗，那天我看到你的删除我。我真的很伤心很难过，有一种痛不欲生的冲动。我拼命地打你的手机上，只听到你关机的声音，所以我很苦恼。请你不要不理我，我不想失去你。在我的心里，你一直都很重要。再一次恳求你能原谅我！我将竭诚为你做改变！让你得到充分的安全感！

出轨检讨书篇二

亲爱的老婆，遵照你的意思我，我马上对自己犯的错误进行了深刻的检讨。

如果有不对的地方可以商量悔改。

今天，我做了一件特别不男人的事，本来不叫事的事闹到最后要分手，真的不值当，每次吵架我都特别硬，但是心里却

不是这么想的，只是想让你服软，但是我错了，这样做太不男人了，男人就要大度，光靠一时的威风有什么本事，男人最大的本事就是让老婆开开心心的，不吵架，就算生气也不能让老婆伤心，都得让着老婆，这一点我就没做到，但是男人人都知道这一点，就是有时候火气太大，谁也不让着谁，从现在开始，我要试着改改自己脾气了，真的不好。

有的时候咱俩生气，我自己想了想，真的没必要，自己太不男人了，老是因为一件小事，一个举动，甚至是一个眼神，我都要跟你生气，让你受委屈，我真不是男人，现在要是有太监我就把自己割了得了，你对我这么好，我却总跟你发脾气，对不对老婆，谢谢你一直守着我没有走。

老婆，有事我总是一味的要求你对我好，要求你为我改这改那的，自己却每次说会为你改掉坏毛病而失言，我既然自己都没办法做到，我又有什么能力要求你跟我一样，其实你已经为我付出了好多好多，我还要咋着呢?!我不能没有你，没有我会很伤心很难过，没有你，我会后悔，如果有真的到了那个时候我该怎么办呢，连我自己都不敢想，现在我唯一能做到的就是改变自己。

以前都是我错了，我不会同时也不敢再因为一点不叫事的事再跟你生气了，我想你保证我会永远对你好，会让你觉得你是幸福的，相信我会是对你最好的，是世界上最爱你的，我会用生命守护你一辈子.....

我没有那么好的文笔，可能写的不能让你满意，但是我内心认识是深刻的。

谁都不要错过最好的你我，我爱你

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

出轨检讨书篇三

我最最亲爱的老婆：

老婆大人，您好！

要是您肯放我进屋，我一定也要向您赖在我怀里一样冲您撒娇
“老婆，我错了，您能原谅我吗？就原谅我这一次吧，求求你了，求求你了。”虽然把这些话写在检讨书里面显得我很猥琐，可我还是要写！我要让您像真正看见我在您怀里撒娇耍赖一样求得您的原谅，这样您一定会大人有大量，原谅我这次的错误，包容我！

老婆大人，您还记得我们最初认识时候的约定吗？有什么气不隔夜，有什么就说什么，我们当时可都是相信说出来再抱抱就好了的，现在您不记得了吗？老婆大人您已经把我关在外面有两晚了，这两晚我都是去兄弟家睡的，兄弟的老婆都对我翻白眼了，您就行行好，先把我放回屋里，行吗？咱俩把话好好说出来，您有什么气也都一五一十的告诉我，您要是还气得说不利索，您也可以写下来，像写欠条似的写下来，我一一兑现！我保证您写的每一条都兑现！您就先把我放回屋里吧！

老婆，这两天我在外面闲逛的时候，看见了临街新开了一家书店，您什么时候有空了，咱俩去看看呗？我想买点新的书看看，我感觉最近工作有些难对付了，得充充电了。我知道老婆大人您是不忍心看我“学习成绩”不好的，您看见这封检讨书的时候，您开门，我在门外等您。带着一件您保证会喜欢的小礼物。不过首先得您为我开门。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

出轨检讨书篇四

亲爱的老婆：

你好！

我是你的老公xxx□对不起，这次我给你惹祸了，给你丢人了，我竟然跟人打架，这么幼稚的行为发生在我身上了，而且还让你为我担心了，真挚的地写此检讨书向你检讨我自己。

昨天下午应朋友的邀请出去吃饭，在征得你的同意后，我出门跟他们去了。我在吃饭的过程中，没忍住喝了酒。你一直都不怎么喜欢我喝酒，就是因为我酒量小，而且一旦喝醉酒喜欢发酒疯，结果这次我没有认真的记住你说的话，跟他们吃着饭，就想喝酒，然后朋友们也在劝我喝点，我就喝了，后果就是饭还没吃完，我酒劲就上来了，人就喝醉了。本来一开始还没什么事，就是有点胡言乱语，后面我们结束饭局准备回家时，我因为站起来不稳，有个陌生人就扶了我一下，因为没站稳的原因，就不小心撞到椅子的一个角，人家好心扶我，我以为他打我，所以我不清楚就揍了他一拳，如此就得罪人了。

原本他也没有多计较，可是我不依不饶的，不停的动手动脚，所以事态就严重了我们就打起来了，把人家整个餐厅的桌椅都弄坏不少。朋友们一边拉架，一边通知你，因为也只有你才能让我停下来，只是在您赶过来的路上，警察也过来了，就这样我们被带进警察局里受训，同时听说你当时的脸都是黑的，后面罚完款被你带回家，你直接就把我扔地上不管了，现在已经是第二天了，我酒也早就醒了，可是当我回过神去想昨天的事情，我才发现自己太混蛋了，作为你的老公，我

竟然在公共场所跟人家打架，还是我主动的，可想我的形象早就没了，重要的是我给你丢人了，让你丢脸了，我没有把你的话放在自己心上，所以一出去就控制不住自己想要喝酒的心，因此也就发生了醉酒打人的事，更是让你为我担惊受怕，我不是个好老公，我是这样的不省心。

现在看到你都不理我，我十分的后悔昨天没有管住自己，做了这样有失身份和形象的事，对此我是抱歉的，同样我也狠狠的骂了自己，希望老婆你能理我，就算你打我骂我都行，就是害怕你不理我，这样我会痛苦的。我明白自己犯的错不是那么好原谅的，但是我还是希望你可以原谅我这一回，我再也不敢做同样的事了，以后要是再出门跟他人吃饭，一定牢记你对我叮嘱的事。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

出轨检讨书篇五

亲爱的老婆大人：

遵照您的旨意，我在卫生间面壁思过1小时零4分钟，对我所犯下的种种罪行一一进行反省，期间偷偷抽了一支烟(打火点烟的时候故意咳嗽了一声，以免摁打火机的.声音影响您老人家上网)。以下是我对自己罪行的剖析，敬请老婆大人查阅：

- 1、我不该在结婚前迷上钓鱼，结果结婚到现在的4个月零10天里，没有陪您老人家逛过一次街、看过一次电影，害您老人家每个周末都只得去找同事打麻将。

2、我不该每天下班回来，不去江边钓鱼就是上网钓鱼，占据电脑害得您老人家都不能上网了。

3、我不该在上网钓鱼时，你在边上唠唠叨叨问我一些话时都以“嗯”、“啊”、“哦”等简短的语句回答您的问题，以至于有一次您试穿第二天参加朋友婚宴的衣服时问我好不好看，我也“嗯”了一下，结果第二天婚宴的时候把人家新娘风头给抢完了。

4、亲爱的，那天你参加朋友婚宴前给我电话，我说不知道有没有时间去，有可能要加班。其实那天趁你去参加婚宴，我是偷偷溜去钓鱼了，在婚宴结束前我及时赶回家了，没让你发觉而已。

5、老婆，我不该在那天钓上一条大鱼回来时，自告奋勇当厨子，结果害你在一旁当帮手时看着鱼流哈喇子、闻着香味吸鼻子、上桌后吃进嘴里差点扔筷子……其实要是由你来整那条鱼，我估计我会连筷子都吃进肚子。

6、亲爱的，我不该在你嚷嚷着要和我一起去钓鱼的时候阻止你去，编了一大堆诸如路烂泥泞啦、野外河边有蛇有虫子啦、太阳会把你的娇嫩的皮肤晒伤晒黑啦等等理由，其实我是怕你去了之后在我的窝子乱扔东西，搞得我没得钓了！因为你曾有一次送饭去给我的时候，居然突发奇想从菜里边挑了几粒酸豆角挂在钩上钓鱼的壮举，虽然是什么都没钓上，却还振振有词的说：酸豆角这么好吃，鱼怎么可能不爱吃呢……亲爱的我错了，鱼是爱吃酸豆角的。

亲爱的老婆，在以后的二人世界里，我要时时处处以家为重点、以你为核心，团结在英明的领导周围，在**主义的康庄大道上，奋勇前进，为创建和谐家庭努力造人，控制钓鱼时间，争取多陪伴老婆。最好是您也一起加入到钓鱼队伍中来，根据“实践是检验真理的唯一标准”，你就会知道鱼爱不爱吃酸豆角了。