

# 2023年和老婆吵架检讨书(大全6篇)

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 和老婆吵架检讨书篇一

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，我以后会学会以平和的心态去应对，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

## 和老婆吵架检讨书篇二

亲爱的宝宝：

对不起，我错了，今天又惹你生气了，你这次大概你已经对我失去信心了，大概也没有信心爱我对吗？但我要告诉你，我真的很在乎你，我不能没有你！但是，没有心的我今晚又再次伤了你了！

对不起，也许是我真的变了，变的那么老是自我为事，但是我真的没有伤害你的意思！

x个月了，还记得咱们认识到现在的点点滴滴吗？咱们的幸福快乐、咱们的温存、咱们的！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、对我的理解、对我的等待，我会记得一辈子。然而我对你的只有伤害、伤害还是伤害。真的很抱歉！

经过这么多，我懂得了爱一个人不要在意对方爱不爱自己，因为这样有条件的爱太假了！我已经真心悔过，希望宝贝能够原谅，能够宽恕！谈了这么多，希望你能明白三点：

第一，我犯了这么大的错误。我只是一时糊涂，我真心诚意的悔过，我愿意对我做错的事负责！恳求你能够明白，并给我一次机会！

第二，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！我会用真心证明一切，用时间见证奇迹！不会放弃，坚守誓言！

第三，我对你的说服，对你的疑虑是怕失去你！现在我明白了，两个人恋爱最基本的就是信任！我错了！不该动不动就

要离开，两个人相爱，不是小孩过家家！因此这是惹你生气的最终导火索，所以我深刻检讨保证，再也不会用它来伤害你！

回想x个月来，我陪你的日子不超过x天，基本咱们的感情都建筑在手机上！是不够好，没有时间去陪你！我答应你，我会给你一个满意的答复的，希望我可爱的宝宝能真心的开心快乐起来！也许别人都认为咱们没有好的未来，但是我会努力。

夜深人静的时候写这份惹你生气的检讨书之前，以深刻反省！自己也觉得很有必要对自己犯下的错做出最深刻的检讨及保证，才能在的程度上避免再次惹你生气的的事情发生！

在你熟睡的时候我用心写了份检讨保证书，也许写的不是很好，但句句都是我的心里话！

如果你对这有不满意的地方，告诉我，直到我写到你满意为止！希望看到我写的信的人监督我对你的爱！真心的希望我的宝宝能开心！

此致

敬礼！

检讨人□xx

20xx年x月x日

### **和老婆吵架检讨书篇三**

亲爱的老婆：

您好！

对不起老婆，我对于我昨天晚上做出的行为感到深深的抱歉。我作为您的老公再意识到我们之间可能发生分歧之后，没有想着怎么样和平解决，反而意气用事导致自己和你发生了冲突，吵了一架。其实在事情发生之后我就已经感到了深深的后悔和自责，我作为你的老公，在平时非但没有好好的对待你，好好的呵护你，反而总是和你抬杠在你不开心的时候没有哄你而是自顾自的玩，甚至这次还和你吵了起来。我想我不是一个合格的老公，作为一个合格的老公一定是会包容你的所有缺点，而这些也是我们结婚时宣誓的，但我却没有做到，反而过分的嫌弃你，我现在为自己之前做出的行为感到深深的后悔。可惜错误已经发生了，在想要悔改也都来不及了，我只能在这个时候向你表达我悔过的决心，我保证自己以后一定会改掉我这些坏毛病，做一个把你捧在手心里的老公。

其实我也不是有意要和你吵的，在下班之后我就想着赶紧去买菜回来给你做饭。我也是立马就去做了，做完等了一会你都还没有回来，我就自己先吃了，也就没有等你。所以你回来的时候我已经躺在沙发上玩手机了，你也就自顾自的吃饭了。现在我明白了我应该等你回来一起吃的，不然你一个人吃饭总是会感到无聊的，而我也不应该自己就坐在哪里玩手机而没有关心一下你今天的情况怎么了，怎么这么晚下班什么的。我想这些都是我没有做到位的地方，我也承认自己的错误。在之后我们都坐在哪里玩手机的时候，你让我去拖地，因为我自己工作了一天也很累了，而且回来还立马做了饭也没有偷懒，所以我也是突然有些心理不平衡，觉得我为什么就要把所有都做了，你就享受呢。所以我并没有听你的去拖地，而是当作没听到，而你看我这样又催了我一遍，但我却还是这样，之后我们就因为拖地这件事吵了起来。

之后我自己反思也确实是我的问题，我是你的老公，我照顾你是应该的，而且婚姻这件事情并没有说谁付出的多点，谁付出的少点。我们付出的爱都是一样的，而我却狭隘的认为我比你做的事情多，所以你也应该要和我保持一个平衡。现

在我才认识到自己这个想法有多么的愚蠢，现在我也醒悟过来了，我以后一定会改正的。

检讨人□xxx

20xx年x月x日

## 和老婆吵架检讨书篇四

亲爱的老婆：

你好！

这是我们结婚以来第一次吵架吧，没想到是因为父母的关系，这次吵架我想了很多东西，两个人在一起生活，势必是因为观念上、思想上的不同导致发生分歧，以往我们也有这样的情况，但是不是我让着你，就是你体谅我，反正我们相处的非常和睦，这次我们吵架就是我们互相都不肯退让，结果我们就吵起来了，但是这样下去也不是个事啊，我们已经分房睡两天了，说话也是冷言冷语的，整个屋子我都感觉到是冷冰冰的，我现在非常的后悔自己当时没有忍住自己的脾气，跟你吵起来了，我错了老婆，你就别生气了。

那天晚上，我跟你提了一个想法，我说我想把自己在农村的父母接到家里来住，但是却得到了你的极力反对，我现在来总结一下，我的想法是父母从小把我养育成人，吃了不少的苦，我现在工作繁忙，根本没时间去农村照顾他们，孝敬他们，所以让他们搬来我们这住，一是让我尽尽孝心，二是我们现在也在备孕了，到时间也有人照顾你。而你的想法就是，这是我们两个人的房子，是属于我们两个人的私人空间，如果家里人搬过来了，会让你觉得没有私人空间了，会让你觉得不自在，肯定处处都要小心翼翼的，上厕所时间长了会被说，吃饭玩手机会被说，放假在家睡懒觉更是会被说，反正就是会让你非常的不好受，所以你就是坚决不同意我这样的

想法，然后我当时是还没能理解你，就觉得你是没孝心，觉得你太小心眼了，对不起，我不该这么说你的，是我当时太着急了，只顾着怎么让父母过的好一点，却是完全忘了你的感受，这就是我考虑不周全的地方。

这两天我想了很多，我想出一个万全之策，但是我也得跟你商量，你同意了才行。我觉得我们可以在附近租一个房子，让我爸妈去住，这样他们想来看我们的时候，也会方便很多，我想去孝敬他们不也是方便很多吗？这样既不会让你觉得不自在，也让我爸妈住过来了，一举两得的事情，你说是不是？这件事情，我们各自退一步吧，我真的不想我们再这么冷战下去了，这件事错大多都在我，所以我跟你道歉，对不起。也希望你能接受我的原谅，我以后再也不和你吵架了，这样的感觉真的让我觉得非常的别扭，我看的出来，你也早就想和我和好了，但是一直碍于面子没说而已，那么我就来先道歉好了，我保证以后事事都顺着你的想法走，绝对不会再有半点反对你的意思，老婆大人永远都是对的。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

## 和老婆吵架检讨书篇五

亲爱的老婆：

此次让你担心生气，原因就出在我休息以后，忘记将手机带回，导致我本人没有接收到你的联络信息，让你很担心我。

要说我也不是文化人，也写不出什么大道理。不过，当我得

知你为我担心的时候，我还是挺开心，我觉得有人这么关心我，我很幸福。

在此向你保证，今后我一定随时带着手机，方便与你联系，及时准确地向你报告我的动向，方便你的监督与管理。面对这份幸福，为此我要认真地对待今后的工作、生活，必须要深刻认识本次错误原因，今后极力避免再犯。

在我们接触交往的这么长时间以来，我深刻地了解你是一个很懂得体贴、照顾人的贤惠女子。而我是一个粗人，又从事的'是具有危险性质的工作，你愿意跟我，更是我的福气。

检讨人：知错的老公

时间

## 和老婆吵架检讨书篇六

可爱漂亮并带着点坏坏的老婆大人：

遵照你的圣旨，我立刻，马上，并且非常迅速的对自己做出了深刻的.检讨，以下是我对自己的种种恶果的分析以及日后的悔改，请大人批阅！检讨书若有不当之处，可以协商并且改正，老婆永远是对的。

20xx年4月22日，我惹老婆生气了，我真的好后悔，但是每一次气一来，就被怒火冲昏了头脑，在以后我会学着改掉这点坏习惯，我可能真的没想到，需要给对方留一些空间，我就想看看，到底你所说的在乎我，到底是怎么个在乎法，我只想到了自己，却不断的给你压力，事后我后悔了，但是我知道后悔是没有用的，我只能在以后的日子里慢慢纠正自己，在口中说出，只是有疑问，需要跟你核实，可是在心里，我真的有怀疑，我有90%做错了，不应该怀疑你，但是有10%我觉得是因为你没有跟我讲清楚，你知道我很在乎你，不管你

需要我怎么样，我都会努力的做到最好。（还需要你多多监督）

对于老婆的观点，我只能做出接受或者执行，不能存在讲理由的过程，没有任何商量的余地，更不能反对或者反抗，这一点告诉我，我做的非常的差，我发脾气小心眼不理你甚至把你弄哭的行为进行检讨，我错了！

我严重的忽略了老婆的心是非常容易受伤的，因为老婆在与到我之前已经被伤到过，我却完全忘记了，你比我小六岁，你又是我最爱的人，我应该把你捧在手心里，让你时刻感受到我对你的爱，但是我却经常对你大吼大叫，这严重伤到宝贝老婆的心，老婆我又错了！

老婆，在一些时候我总是一味的去要求你对我好，要求你为我改这为我改那，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，我还要怎么样呢？我无法离开你，没有你我会很伤心很难过很痛苦，失去你，我会很后悔，如果真的到了那个时候我应该怎么办呢，连我自己都不敢去想，我现在唯一能做的就是改变自己！

经过上面对自己深刻的分析，自我检讨后，我决定在以后的日子里，好好地疼你，任何时候都不能让自己放纵自己的情趣，不能只顾及到自己的感受，而忽视了老婆的感情，甚至说更应该去顾及老婆的感受，对自己说的话，做的事负责，学会不去伤害对方，学会宽容。

这篇检讨书不只是给你看，也是给自己看，让自己时刻记住这一天，再以后有气有火，先把自己写的检讨书读一遍，亲爱的，我真的知道错了，请原谅我吧，我以后会学会以平和的心态去面对，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，老婆叫我向东走，我肯定不会向西走，老婆说滚，我肯定不敢爬，以后你叫我怎么样，我就怎么样！

过去的日子，我没有好好的珍惜，我相信在以后的日子里，我会听你的话，因为你是我的唯一！

亲爱的，我的优点不多，唯一的就只有一颗真心，我爱你

以下是我的保证书：

- 1、首先以要关心，爱护，体贴老婆为主
- 2、不管做任何事，每天向老婆大人汇报当天工作情况以及生活情况
- 3、不抽烟，少抽烟，不喝酒，少喝酒
- 4、不做对不起老婆的是，再面对在强大的勾引诱惑情况下也绝对不能对不起老婆
- 5、不和老婆吵架，如果有时候小吵一下，我也要让着老婆
- 6、每天起床和睡觉时都要心里默恋10遍老婆我爱你
- 7、不管去哪里都要即使象老婆汇报，保持联系，绝对不能不接老婆电话，不回老婆短信（除没听到以外，出门在外，难免会没注意到）
- 8、任何时候都不能欺骗老婆
- 9、不准把老婆气哭
- 10、老婆不开心的时候，要想办法逗老婆笑，老婆在开心的

时候，应该比老婆更开心

## 11、对待老婆所下的任务坚决努力完成

请老婆大人，在今后的生活中监督我（别考验我，怕怕）如有雷同，纯属巧合·本次检讨书最终解释权归老婆大人所有  
本保证自20xx年4月24日起开始试行，以后如有补充，老婆大人有随时添加的权力！

检讨人：

时间：