

最新抽烟对象生气了检讨书 抽烟惹老婆生气的检讨书(精选5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。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

抽烟对象生气了检讨书篇一

亲爱的老婆：

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，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，但是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！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

抽烟对象生气了检讨书篇二

亲爱的小仙女：

你好！

我是xxx□就今天抽烟一事，我就一直在自责，跟你在一起之后我就答应你戒掉烟了，我知道你是没有办法容忍我吸烟的，当初戒烟我也是下定决心，对此我很难受这次的事情我也在愧疚，毕竟是亲口答应你的，这种事情让你失望了，还有让你不开心了，不知道该怎么去解释，我一直在反省自己，现在你一直不肯理我其实这就让我更加自责了，我没有控制住自己没有摆好心态，我坚持这么久应该继续坚持下去的，现在我已经戒了好几个月了，一直一来我都没有再次的吸烟，可是就是因为在今天的一念之间我却没控制住。

事情就发生在今天，我约了几个朋友正好都是放假，带上了你一起，我每次去玩那必须要带上你，于是今天我们就一起去玩了，有几个朋友他们都吸烟，我们在玩的时候，几个朋友一直在吸烟，我当时其实是心很痒的，尽管已经戒了好几个月了，但是毕竟我之前还是吸了那么久的烟这么一下控制不住自己也是很正常，我当时就看着朋友吸烟也有一点想吸，我就是这样，戒了这么久的烟可是会在这个时候有烟瘾，看到别人吸烟总是会控制不住自己，不知道这是哪里来的坏习

惯，说归说，但是我一直在控制自己，毕竟当时你就在我旁边。

当时我朋友也是看出来，我犯了烟瘾于是就给我递烟，我当时就直接拒绝了，可是就是这样的新行为让我下意识的想要去吸烟，当时真好你就去上了厕所，于是我就趁着这个时间接过了朋友的香烟，几分钟的时间我就吸完了，本以为自己这样不会被你发现，但是身上的烟味终究是瞒不住，我其实当时是有一点后悔的，不应该在你上厕所的时候偷偷的吸烟，我觉得这很幼稚，我也有一点自责，毕竟我已经很久没有吸烟了，这一次破例了，但是已经没用了，我已经吸烟了，你当时出来的时候就已经知道我吸烟了，但是当时你没说什么，一想起这个我就很感动，也很愧疚，你没有当场就生气，知道我吸烟了，一直到回家，我当时就后悔了，你真的很善解人意，你的`大度让我越来越自责。

现在已经是三个小时没有理我，你说让我反省反省，确实我应该好好地检讨自己，这三个小时的时间对于我来讲真的内心骂了自己很多回了，我觉得自己一直后悔是没有用的，于是我就花了一个小时的时间写下这篇检讨，看上去很滑稽，尽管这是多此一举，可我就是为了让自己记住这次的错误。

检讨人□xx

xx月xx日

抽烟对象生气了的检讨书篇三

漂亮可爱的宝贝：

遵照您的圣旨，经过我的深刻反省和认真思考，向老婆大人做出最诚恳的检讨，请宝贝批阅。

明天，就是我们一起五个月的到来，这是我第一次跟我爱的

人相处了那么长的时间，也是现今唯一的一次，当然，老婆大人也是第一次拍这么久的拖。这五个月以来，见面的次数虽然不多，虽然没有经常在一起，但是每天微信电话的联系，就感觉你就好像在我身边一样，心里总算没有空落落的感觉，一个人的时候也不再那么孤单，因为心里有一个惦记的人儿，那个人，就是你。

经过这几个月的相处，我知道老婆大人是一个温柔善良，善解人意，勤奋聪颖，乖巧懂事的好女孩，跟老婆大人一起也非常的开心和温馨。我知道老婆大人非常非常的爱我，也知道媳妇心里装的`都是我，而我却只会让你伤心，我实属罪不可恕。为此写下此检讨书，跪求老婆大人的原谅和宽恕。

为了恳求老婆的原谅，以后定会更加听老婆大人的吩咐，更更加发自内心，发自肺腑地跟老婆大人说我爱你，如有违反——让你拔5根胡子外加捏手臂。

如若以后再惹老婆大人生气，罚我自弹弟弟十次并拍下视频作证，以儆效尤。

现在的我还有很多缺点，希望你可以帮我一起去改，希望我们能够长长久久，虽然以后日子还很长，未来还充满着未知数，但只要我爱你的心不变，就能陪你继续走下去。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

抽烟对象生气了的检讨书篇四

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隐，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*。

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*，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。

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

抽烟对象生气了检讨书篇五

亲爱的老婆：

您好！

我很早的时候就答应过你要戒烟的，我知道你并不喜欢我抽烟，从自己抽烟开始我就知道这个东西对我的坏处，抽烟不管怎么说都是对我的身体和健康百害而无一利的，我也知道自己承诺过的事情就应该要去做到，所以自己在今天还偷偷的背着你抽烟，还被你发现我感到非常的抱歉，也非常后悔自己的做法，我知道自己今天让你伤心了，也让你难过了，我向你道歉，对不起，宝贝。

我知道你生气的并不是因为我戒不掉烟，而更多的是因为我自己对你承诺过的事情并没有做到，你当时肯定在心里想，既然做不到就不要去承诺啊，是吧，其实不是这样子的，宝贝，我自己是很想戒烟的，我知道自己抽烟并不是一个很好的习惯，我也是想过要把烟戒掉的，但是我毕竟也抽了这么多年的烟了，想要戒烟也需要一定的时间，这也是一个需要循序渐进的'事情，难道不是吗？今天抽烟主要是因为自己工作上的压力有点大，我也不想因为自己的坏心情而影响到你，更不希望自己把负面的情绪带给你，其实并不是不愿意跟你说，我作为一个男人，我应该去承担这些，不应该有任何的问题就去找你诉说，我也希望自己在你的心里是一个强大的表现，所以我选择自己去承担这一切，也并不是你说的根本不在乎你，没有把你当成是一个老婆，你对我的心我都明白，要怪也只能怪我自己太粗心了吧，总觉得自己的做法对你是好的，但是往往总是因为这样而带给你不好的情绪，是我自己考虑不够周到，我感到非常的抱歉，更是对于自己

的抽烟这件事向你道歉，我也已经了解到自己的做法是不周到的。

我也保证，我知道你可能不愿意去相信我的保证了，但是我还是希望你可以相信我，我以后一定会有什么事都第一时间跟你说，不会让你再担心我了，更不会因为我自己觉得好的就强加在你的身上，我自己承诺过的事情就一定会做到，戒烟这个事情也是，但是我们不能急好吗，我一定会特别的控制住自己的，你看，从我自己跟你说要戒烟起，我就一直没有抽，直到今天是第一根，所以我一定会做到的，请你相信我，还有就是，不要再难过了好吗，我知道错了宝贝，在未来不管怎么样，对你的大大小小的承诺我都会一一的做到，相信我宝贝。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日