

给朋友道歉的检讨书(通用9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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

给朋友道歉的检讨书篇一

亲爱的xxx□

我思考了很久，愧疚了很久。

自从发生了那件事之后我非常愧疚，我能理解你此刻的感受，我知道是我不对。无论你肯不肯原谅我，我有些话还是必须对你说你是我爱的人，我们今后要走的路还很长，难免会碰上些事情使我们发生争执，但只要彼此宽容对方，一切都解决了，这次也是如此。

我是真心的，是爱你的。这次事情给你造成了伤害，我感到对不起你。对不起，不管你接受或者不接受这句对不起是真心说给你听的！原谅我好么？我知道不管怎么说都不会脱离我想给你道歉的心态，太多的对不起也不知你能否接受，只希望你能明了我爱你的心不会变。

以上也是我的认错。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

给朋友道歉的检讨书篇二

亲爱的男朋友：

你好！

最近过的怎么样啊，这几天的工作忙不忙呢，是不是还和前一段时间一样忙的焦头烂额啊？我知道自己前几天的做法是过于幼稚和冲动了，没有考虑到您的感受，我也很后悔，我们没有联系的这几天的时间里，我也想清楚了很多，考虑了很多，所以才会给你写这个，就自己之前的无理取闹向你道歉，希望得到你的原谅，也希望自己日后可以更好的考虑到你的感受。

我知道你工作忙，每天都早出晚归的，而我的工作又非常的中规中矩，其实我只是希望你可以多花费自己一点的时间来陪陪我，我们明明是一个城市，可是却过着异地恋的生活和恋爱，我知道你有时间就一定会来陪我的，但是我也是一个女生，我偶尔也希望你可以多多的关心我，照顾到我，其实我也并不是希望你不要工作来陪我，我也没有你想的那么无理取闹，可能这次说话我是语气重了那么一点，但是我向你保证，自己绝对不是故意的，我也是当时在气头上，一时的气话，我没有想到你会有这么大的反应，对不起，我在这里向你道歉。我也知道你一直都在考虑我们的未来，想着我们要一起努力的奋斗，为我们两个人的未来打下一定的基础，在自己想了很久之后，我也明白了自己的错误，我不应该只考虑自己，而完全不顾你的感受，我也知道自己说话的语气也不是很好，每次一吵架总喜欢翻旧账，只有你有一点做的不好的地方就把你所有的好都给否定了，所以我也很后悔自己的做法，我们在一起这么久了，一直都是你在容忍我的错误和缺陷，而我却一直理所当然的接受这你对我的好，我也知道你对我是真的特别的好，一心一意的对我好，不管做什么所有的出发点都是为了我，而我却还是给你添堵，你工作忙也不能帮你好好的放松，也没有什么地方可以帮助到你的，

反而还让你感到不开心了，我很抱歉，也很后悔自己的做法，现在自己的内心也是非常的自责的，我希望你能够原谅我，让我在今后的日子里向你好好的道歉，也向你证明自己。

此致

敬礼

检讨人：_____

20____年__月__日

给朋友道歉的检讨书篇三

亲爱的宝贝：

你好！

这份检讨书是我熬夜写的，这里面包含着满满的我对你的歉意，你就原谅我这一次吧，我电话被你拉黑了，什么联系方式都给我删了，我根本连跟你解释的机会都没有，我知道你肯定在生我气，但是千万别在气头上做决定啊，我不想跟你分手，对不起。

这段时间冷落了你了，但是你得体谅一下我呀，我又不是在于其他的事情，我在忙考试的事情，都没工夫玩手机，我也不想的，我也想一天24小时陪着你，随时跟你汇报我的情况，我保证这是最后一次，以后绝对不会对你这么冷淡了。

我们现在还处于异地恋的阶段，两个人的理解包容很重要，我们只能通过电话微信联系。要知道文字是没有温度的，手机这头我也不知道你是不是不开心了，所以有事你就告诉我，比如我今天做什么事惹你不开心了，你指出来了，我当然就会改正的。我什么时候不听你话过，从来没有吧？我把你看

得那么重要，自然会把你说的每一句话都往心里去揣摩好久，我这段时间在忙学校考试的事情，心里只有学习，可能就自然而然的没有向以前那么多的关心你。

我知道错了，我不应该把心思全放在学习上的，再怎么样也应该留点时间陪你的，每次等我学习完，找你的时候，你已经困的想睡觉了，我真的不是冷落你，我也快毕业了，我想有了好成绩，把自己的专业知识学好，让自己以更优秀更完美的姿态站在你面前，我们也是时候为我们的以后考虑了，我得有能力赚钱养你呀！我不想我们以后为一块钱两块钱而斤斤计较，我想你每天都能过的无忧无虑的，等我们熬过这段异地恋，就什么都好了，到时候我会紧紧抓着你的手，绝不放开。

在你不理我的这段时间，我仔细回想了一下我们这段时间的感情，近一个月以来，我们电话打得少了，每次你电话打过来，我要么在认真学习没听到，要么就是在忙其他事情，我们能通上话全靠机缘巧合，那还像以前那样两个人开心的分享着自己每天的开心与不开心，一打电话最少都要聊半个小时以上，近一个月我们最长的一次通话记录也只有十分钟，聊天记录也只有早晚安的问候，我是在是惭愧。

你甚至都说，我这段时间对你冷淡到，你怀疑自己是不是有男朋友，来大姨妈了，没人照顾，在学校受委屈了，没人可以说。看着别人在大街上成双成对的，你一定对我很失望吧。

宝贝，对不起，你原谅我这次吧，我爱你的心从没变过，我怎么可能故意冷落你，是我没有考虑到你的感受，我一定会吸取这次的教训，再也不让你生气了。你以后要是再觉得我冷落你，你就打我，往死里打。你要是愿意原谅我了，看完这份检讨书，你就给我打个电话吧，爱你。

检讨人：

20xx年x月x日

给朋友道歉的检讨书篇四

尊敬的女友大人：

您好！

对不起，我错了，昨天又再一次的残害了你，你这次大概对我已经失去信心了，大概也没信心寂寞我了对吗？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但他你却你生气了。

对不起，也许我真的变了，变得老是自以为是，可是我真的无法要伤害你的`意思，还记得你以前的其要求吗？你说道要一辈子爱我的，可是为什么为什么。

对不起，昨天让我七点写好给你看，但是我却拒绝了，因为我真的不怎么知道自己如何下笔去写，所以我又而令你失望了，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，只要你看过了也好。

记得记得我们的从认识到本来的点点滴滴，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，我相信机缘更相信你，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，只有毒害毒害还是毒害，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，我没有给你创造快乐，反而带来烦恼，没有给你带来幸福，反而给你带来伤感，你给了我好多时机，而我却不用心珍惜，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跟你天长地久！！一切都会变，只有我心中对你的爱此刻不太可能变。

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，犯下了这样大的错误，同时我也是真心的悔过，希望您能够原谅，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，我始终如一的悔过，我愿意对我做的错事分管!恳请你能够想通，并再给我一次机会!!

第二，我希望你能够放下一些心底纠结的东西，无私的希望你欢乐能够开心快乐起来!

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!我会用真心去确证一切，用时间去见证奇迹!不会放弃，坚守誓言!

此致

敬礼!

检讨人□xxx

20xx年x月x日

给朋友道歉的检讨书篇五

亲爱的男朋友：

你好!

我是你女朋友_____，我为我跟你吵架的事情道歉，也希望你可以原谅这次我跟你吵架的事情，现在也对此事向你检讨，我已经对自己造成的错误反省过了。

昨天我就因为一点小事就跟你吵架，而且还是在外面跟你吵，一点也不给你面子，只想着让你跟我道歉认错。原本事情就是我的不对，你没有做什么对不起我的事情，我就因为有女生给你打电话，就觉得你有别人了，不喜欢我了，当着那么多的人的面，直接骂你，还不听你的解释，你本来没做错什么，但是还是以我的感受为主，先哄了我，可是我却得寸进尺，不仅不接受你的道歉，还非得你打电话给那个刚刚打给你电话女生，欧文当时特别的不理智。而我之所以会这样做，也是因为仗着你对我的喜欢，觉得你不会对我做什么，更不会去伤害我，因此才有那么大的底气跟你吵架。这样对比你对我做出的事情，我才发现我对你是没有信任的，你其实一直都对我很包容，我总觉得自己很爱你，因此就一直希望你不停的去付出，而我对你付出的却很少，从认识你至今，我好像就一直在向你索取着。

这一次跟你吵架，因为我的行为和语言都伤到你了，所以回家之后，你生气了，这是你第一次对我生这么大的气，也是第一次发脾气，送我回家，你就说让我们各自清醒清醒，我该庆幸的，我都这样对你了，你都没有提过一次分手，只是希望我冷静下来，想清楚了。而我也在你离家之后，忽然就觉得自己特别的不像话，在你离开的这几天里，我去回想了我们的所有事情，才发现原来你对我一直都特别的包容，我的脾气是不算好的，对你发脾气的次数我都数不过来，但是每次都是你把我哄开心了，我更加觉得自己是那么的讨厌。我所做的事情真的是不符合一个女朋友的，对你的关心也少，你对我的好，我却觉得是理所当然的，可见我本身是多么的自私。我总是把内心的世界收起来，对你总是缺了那么点感觉，其实现在我想想，我竟然离不开你了。如今我想清楚了，是我的错，作为你女友，我不应该跟你随便吵架，再说吵架有时候是一种增进感情的药剂，但是有时候也是分裂感情的刀，我不应该在外那样的跟你无故吵架。

我错了，_____，我希望你原来你女友这一次，我也意识到我是真的很喜欢你，以后都不会像这样跟你吵架了，我也会

去付出，因为我们是平等的，所以对不起这次跟你的吵架，感谢你给我时间去思考和反省，未来我们一起共进退。

此致

敬礼

检讨人：_____

20____年____月____日

给朋友道歉的检讨书篇六

xx□

写这份检讨，检讨我对爱情的不专一，检讨我爱拈花惹草，检讨我对你的欺骗，检讨我自己的所作所为，把我自己不好的习惯、坏毛病都检讨一下。

我对爱情的不专一我自己原来也没有发现。在我一次次的伤害向莉以后，我才发现原来我对爱情这么的不专一。原本打算和他们都是闹着玩交朋友，可是自己不知不觉就陷进去了。我原来对她说，说我改把自己的坏习惯都改了，可我嘴上这么说可实际还是没有改，还是一次次的伤害她，让她伤心让她难过。每次他伤心难过和我说分的时候我真的好害怕，怕自己失去他，怕没有她，怎么办。

我已经习惯和他的生活了，真的没法改变，我记得她对我说习惯可以改，时间可以忘掉一切。

在我的.人生概念里，习惯一样东西是没法改的，就像自己的妈妈。你出生了妈妈从小把你带大，你习惯了，一辈子就不会变了，哪怕是你爸妈离婚你还是知道她是你妈妈根本改变不了；时间它能忘掉一些东西但忘不了我们的感情。啊哦差

点跑题了嘿嘿不好意思哈.....

我还爱吃醋比如说你炫舞和别人结婚了，我的心里就好不是滋味，你和我说是你朋友。我信但我心里就总是扳不过来，不知道怎么回事，我知道这是我的小心眼，谁都应该都有自己的朋友，不能说你就应该人事我一个男的，我改；还有我爱欺骗你，我做错了事，有的时候你不知道怎么回事我在那用花言巧语把你哄回来，有的时候你知道这件事我还是用花言巧语哄你，把你哄回来之后还是一次次的让你伤心，让你难过，我知道我可能现在说一些话你都不信，这都是我一手造成的。就在不久之前，你决定了不管发生什么事都会和我在一起，可是还是被我的拈花惹草给气跑了，我知道我那时没脸在跟你说你回来吧我以后再也不骗你了。那时连我自己都感觉我说那话太假根本就没有脸再和你说原谅我，我那是真的好难过啊。那时一天天浑浑噩噩的，都不知道自己在干什么，那时你问我天天过的怎么样我说还行。

我自己都狠我自己了。现在我要把这些坏习惯、坏想法、坏感觉改掉！不会再让你感觉和我在一起没有安全感，真心实意、一心一意、永不后悔的去爱你！

检讨人：

20xx年xx月xx日

给朋友道歉的检讨书篇七

亲爱的女朋友：

你好！

对不起，由于我贪图享乐玩游戏，辜负了你陪伴我的浓浓情意，现在我在面壁思过以后满怀惭愧与悔恨的心情向你递交这份检讨书。

首先，我要认错。我的错误是明显的，是严重的，更是危害很大的。20xx年x月x日，这是庄严而郑重的日子，那一天本人鼓起勇气正是向你表白，并且给予你幸福，并且这份爱是永恒的期限。当时你也为我的深情所感动，答应了我的交往请求。可是时间仅仅过去这一点时间，我就因为沉迷游戏而疏远于你。关于我的错误，往小了说，这是一种不细心、不体贴、不称职的做法，往严重了说，我的行为就说明我是一个混蛋，一个撒谎者，一个忘恩负义，见异思迁的陈世美，更是一个不讲诚信、公认撕毁契约的无道德人，虽然我不是找了其他女人，但是性质是一样的。

其次，我也要分析一下客观原因，了解一下是为什么造成了我的错误。客观上，我是生活在这样一个繁华大都市，平常工作压力较大，生活作息也不规律，加上平时又没有抽烟喝酒等不良嗜好，于是我就在闲暇时间迷上了网络游戏。再加上这样一款网络游戏又是这么受欢迎，德玛西亚之力、寒冰射手、皮城女警等英雄又是这么得好玩，在朋友们的怂恿下，在闲暇的烦闷下，我没有能够抵挡住网游的吸引，从而跟你渐行渐远。

客观原因是无法避免，然而我主观意志薄弱确实一个可以弥补的工作。下阶段，我准备好好补脑，深刻认识网络游戏的危害性，认真研究戒除办法。并且也要深刻重视男女朋友关系，平时注意做好陪女友逛街、购物、ktv，还有时常注意贴心问候，女朋友伤心时候也要及时安慰，同时还不能耽误工作，一定要有事业心、责任感、使命感。要搞好事业，也要养好感情，更要抓好关系，争取在财陪貌品行等各个方面都取得突破与提高，最终的目的就是要让你开心。

经过上面对深刻的分析，自我检讨后，我决定在以后的日子里，好好疼你，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，而忽视了女朋友的感情，甚至说更应该去顾及女朋友的感受，对自己说的话，做的事负责，学会不去伤害对方，学会宽容。

请相信我！现在的我可能是不完美的，可是架不住我是一只潜力股。因此，请不要放弃对美好明天的期待，作为你的男友，我感到很幸福，现在虽然经历一些波折，双方闹了一些矛盾，可是这不能摧毁我们长期建立的美好感情，不经风雨如何见彩虹，相信我们一定可以携手共创美好未来。

请女朋友大人，在今后的生活中监督我（别考验我，怕怕）。

检讨人：

20xx年x月x日

给朋友道歉的检讨书篇八

亲爱的xxx□

你好！

这次带着疲倦的自己认真的给你写这一封检讨啦。其实自从发生了这件事情之后，我就一直在反思自己，有朋友说我变了，变得不再那么爱自己，可是我仔细想一想，其实在两个人的感情里，真正愿意付出的那一方还有什么心思去爱自己呢？但又理智一点去想，我发现自己其实根本不必要这样，反复的折磨自己，也反复的折磨着你。

这次又一次跟你说分手了，事后我冷静下来之后，发现是自己太冲动了，其实我根本没有必要再去翻从前的旧账，珍惜现在不是一件很好的事情吗，所以这是我这段时间里反省自己所得出的结论。任何感情都经不起猜疑和翻旧账。过去的早就过去了，未来还没有来的就应该去期待，我不应该是如今的这个样子，也不应该将我们两个人打入了死牢，让我们只能对望，而不能拥抱。

此致

敬礼！

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

给朋友道歉的检讨书篇九

亲爱的：

我知道这次是我错了，但你知道我是有多么的爱你吗？我这次提前挂了电话，不是因为别的什么事情，是有特殊的原因的，你想想啊，你可是我最爱的宝贝啊，我挂你电话，每次都要泪流满面的，心肝啊，你知道我挂完以后，是什么心理吗我的心都要碎了，不是因为别的，我每次挂电话，都是慢动作啊，当电话落下的那瞬间，我的心都凉了，那时我想的满脑子都是你，是你那生气的表情，但我想到着，我的心如刀割，痛不欲生啊。

我每次都恨不得把你打电话的时间，一分钟当1年用啊，你知道你那美妙的声音就像音乐一样在我满脑子里不同循环，然后沉醉其中，不愿醒来，可现实残酷啊。

我希望通过我着封短暂的检讨书，让你原谅我，我写的时候可是心如刀割啊，泪流满面，每次想到我让宝贝生气了，我就痛恨我自己啊！

宝贝原谅我，不要生气了。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日