

# 最新考试后检讨书自我反省(大全8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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 考试后检讨书自我反省篇一

尊敬的老师：

我在此向您说一声对不起，我辜负了您对我的殷切希望。我成绩十分不理想，不仅伤透了你的心，也让我无地自容。于是，今天，我在以前的学习中，我没有认真努力，这次没考好，现在想起来非常后悔。

今天，我怀着愧疚和懊悔的心情，写下这份检查。以向您表示我的决心和悔改之意，只希望您能够给我一个改正错误的机会。谢谢您。

以前我没有意识到自己的散漫和无知，对于xx这种需要大量做题的学科，总是抱有偷懒心理。以至于最终引火自焚，导致了这种恶果。不但对不起父母和老师，更在同学中间成为了反面教材。也是对初1x班的一种不责任的表现。另外还让老师经常担心。

我从哪跌倒就从哪爬起来，绝对不在同一个地点再跌倒第2次，努力坚持，让自己按时按质完成作业，每天认真听讲，大量做题，踏踏实实学习。脚踏实地，争取下次考试取得好的成绩，以优异的成绩来汇报曾经为我做过无数付出的？老师和我的父母，我会让您们看到一个全新的我，一个遵规守纪，尊重师长，按时完成作业，认真听讲，大量做题，踏踏实实学习。脚踏实地的初中生，一切跟着大家走，坚决不做个别生。

所以我不可以再犯懒惰的错误了，我要积极地看待我所生活，学习过的每一天，给我自己留下一个美好的回忆，给同学和老师留下好的印象，让我在这3年的时间创造出一个另人折服的奇迹。

怀着十二万分的愧疚和懊悔写下这份检讨书。经过这段时间的思想转变，现在的我，较之以前已经有了很大的改变，对自己的言行也有了新的要求。

通过这次的事情，让我意识到了脚踏实地，认真做题的重要性。我一定不会在同一地方摔倒。作为新一代的学生，我深知自己肩负的使命，作为一个男生，我更知道要富有责任感，做事情，要有始有终，学习、工作更是一样，不能够半途而废。

希望您能够再给我一次机会，我一定会好好努力，不再让老师及家长失望。您每天那么忙碌次为同学奔波，还要为我而操心，我已经深深地了解到了您对我们的爱，我不可以在这份真挚的爱上再次践踏了。

此致

敬礼！

检讨人：

20xx年x月x日

## 考试后检讨书自我反省篇二

尊敬的老师：

您好！

我怀着愧疚的心情，写下这份检查。以向您表示我的决心和

悔改之意，只希望老师能够给我一个改正错误的机会。以前我没有意识到自己的散漫和无知，上课总是不认真听讲，导致我考试没考好。

我认为，这次考试考不好还有两个大的原因。

一是学习不用功。这么说有些笼统，其实它能分为很多小原因。也许您清楚也许您不清楚。前段时间不是因为月考成绩看得过去有所松懈，而是一直就不紧张：早读有一半的时间用来犯困，另一半时间中的效率也不高，有时还哼首歌什么的（由此决定以后少听歌）。上课时，特别是数学和英语，一有听不懂的情况就犯困，越困越听不懂（最近课前开始仔细预习了，上课听懂了就不犯困了，这方面有了改善）。然后，我不清楚何时有了个大毛病————发呆。这的确浪费了很多时间。只要一闲下来就发呆。所以，以后打算把日程排满，充实自己，改掉这个自杀式的烂毛病。还有，我有个不爱写作业的毛病。特别是上了高中后作业多了起来。以后要勤快些。其实这也是学习态度的问题。

是学习态度不端正。我常把自己定位为厌恶学习的孩子。其实这是消极的心理暗示。事实上我已经开始对许多的科目产生兴趣了。心理暗示也是蛮重要的。

现在我十分重视，并从内心上谴责自己，反省自己。要从自己身上找错误，查不足，深刻的反省。

我清楚，错了并不重要，重要的是在自己做错事的时候，能够正确的认识到自己的错误，并且清楚如何改过自身，所以我在以后的日子里，会格外的严格要求自己。

现在我对自己的学习也有了新的要求。因为我发现我竟然有一点为了现在玩的痛快不管以后的征兆。所以，现在我要把这些所有不好的征兆都扼杀在摇篮里。

还有一点，就是要减少吃东西的时间。每天都要花半个小时左右的时间吃零食。而其他人都用这半小时学习了。

人总是不见棺材不落泪的。我已经看到了事态的严重性，不会再下滑了。只要我们都有很好的约束能力、自主学习能力，在没有任何借口，任何理由能为讲话开脱！我们只有认认真真思考人生有那么多事要做，那么多的担子要挑，就没有理由考试不考好了。

我一定不会在同一地方摔倒。做事情，要有始有终，学习更是一样，不能够半途而废。

我现在已经深刻的认识到了自己的错误，找到了自己身上存在的不足。所以，我要感谢老师让我写了这份检查，让我更加深刻的认识到自己的错误，希望老师能够再给我一次机会，我一定会好好努力，不再让老师及家长失望。请老师看我的实际行动吧，我会努力学习的。

检讨人：

## 考试后检讨书自我反省篇三

xxx□

针对这次挂科，我经过深刻反思，对自己做出全面的检讨。并在这里写下保证书，保证以后一定要好好学习，绝不再出现挂科情况。经过这次的检讨，我相信我一定会找出自身学习上的缺点，并且努力克服这些缺点，踏实学习的脚步，一点一滴的进步。也请老师相信我，再给我一次机会，让我能够证明自己，其实我能做的更好。

如果能够早点认清自己在学习上的缺点，早点改掉自己在学习上的坏毛病。也许现在就不会出现学习上挂科的情况了。可是既然现在挂科了，就使我更加清醒得意识到，以前那种

学习中的不足和不合理之处。我仔细回想上学期的学习情况，回想考试时的情景，渐渐清楚的知道，我学习的问题出现在什么地方？我总结了一下，大概有以下几点：

一，对大学学习生活的不适应。大学和高中是完全不同的阶段，其中对学生的学习生活要求也不一样，如果我老是按着高中里的思维模式来过大学生活，肯定要遇到很多困难。大学里的学习更多倡导的是自学，以个人为中心，以学习为目的，以自习室和图书馆为根据地的自学模式。明显，这跟高中时候老师做好计划，同学按部就班跟着学习的学习模式有很大区别。而且从本质上讲，这两者的区别更大的体现在我作为学生，在学习面前扮演的角色。前者，我是一个主动者，对学习有很积极的情绪，在学习的过程中，遇到困难也会有很大的热情来解决。学习对我来讲，就是一件乐事，一件很具意义的事，也能更大程度的调动我学习的兴趣。而后者，我则充当着被动者的角色。内心的深处是不愿接受学习，或者是不愿主动去接受学习的。那时的我需要有个类似老师的人在旁边督促我学习。带着这样的心境，在严厉的看管下，或许会有个好成绩，但一旦失去看管，后果就很遭。而大一的生活，就是高中到大学的过渡阶段，我带着高中的学习习惯，失去了高中时的看管，便放松了学习。这也是这次挂科的主要原因。

二，没有集中精力在学习上，课余生活的无序影响了学习。上大一的时候，在忙碌的学习之余，我经常抽时间去校外做兼职。我本打算利用做兼职的机会，可以丰富自己的社会经验，锻炼自己的与人交际交流的能力。那时候，我认为，做兼职能够及早的接触社会，认识社会，开阔自己的眼界，同时也能为自己以后的工作学习打下基础。可是现在看来，这个想法太过幼稚了。兼职在适当的时候可以做，也的确可以锻炼自己，但不能以牺牲学习为代价。我现在明白了，作为学生，目前的阶段，学习永远都是第一位的。大学不同于其他任何学习阶段，因为只有在大学里我们才能学习那些自己喜欢的东西，学习那些真正有实用价值的东西。大学里，我

们有良好的环境，有难得机会，这一切，我们都浪费不起。

三，自己的性格比较内向，在学习和生活方面很少和同学交流。学习的时候，遇到什么不会的问题，总是碍于情面，不能及时找同学交流解决。于是一学期下来，问题越积越多，最后影响了考试成绩。关于这点，我也认真想过，学习虽然是一个人的事，但学习的过程不能只局限于自己。我不可能什么都会，也不可能什么都记下，别的同学也是一样，这并没什么。把不会的东西提出来，大家在一起想办法，在这个互动的过程，我们解决的就不仅仅是问题本身了。交流的过程实际上也就是一个认识提高的过程，通过多个同学的交流和分析，我们也会渐渐培养成从多个角度看问题想问题的习惯。这种学习方式，比自己一个人学习要有效得多，也容易的多。还有，在生活方面，一个人不与他人经常交流，也很容易养成孤僻的性格。在没有朋友的情况下，人遇见困难总是很悲观，处理问题也经常走极端。而带着消极悲观的情绪的生活，就更是会出现不顺心的事。这是一个恶性循环，对自己一点好处都没有。通过这次检讨，我也认识到了，并且开始重视这个问题。

四，考试前夕家里出现的问题，给我也带来了些影响。快该考试的时候，家里打来电话，说出事了，要我赶紧回去一趟。当时就请了一个星期的假，虽然很快就处理完回来了，但这件事一直在我心里记着。以至于最后一段时间的学习和复习，我一直没能安下心。到了最后考试的关头，我还总想着快快回家。虽然这件事，不能作为我挂科的借口，但的确给我当时的情绪带来很大的影响。

这学期，我一定会调整自己的情绪，全身心的投入到学习中。我一会要把上学期耽误的课想办法补回来，我想证明给自己看，我的事情，我能做好，而且一定能做好。

检讨人□xx

20xx年xx月xx日

## 考试后检讨书自我反省篇四

尊敬的老师：

您好！

请允许我向您为这次的错过考试的错误行为道歉并对己检讨。我是个学生，考试是我在学校必须要进行的学习活动，可我这次竟然错过了这一次考试，即使这次考试不是最重要的，但是此次考试也是为了测验我的平时学习的知识的，我这次没有参加考试，那么老师就无法了解我的学习情况，更不知道去做如何的教学措施，是我的错。

这次考试时间您定在了周六的上午，现在我已经大二了，周末就把上是没有课的，所以周六我一般睡觉睡到中午去。而这次考试在周六，刚好我当时没有及时的定闹钟，而我的室友跟我选的课又不是同一个课，所以没有人知道我这次周六要考试，结果大家上午就都在睡懒觉，我是完全没有记起自己还有考试要参加，就这样错过了这次考试，缺考了。后来还是在您课上认识的一个同学问我怎么没去参加考试，我才发现自己忘记了当天要考试的事情了，就只能如此错过，也因此被您记了一次过，我的平时成绩本来也不多，因为此次考试没有参加，我更是少的可怜。我都不好意思告诉您我忘记了要考试的这一回事了。您是提前两天通知我们的，在群里也发了通知的，但是我把群给屏蔽了，就没有记住自己周六要考试。

这下可惨了，考试这样错过，还被您直接进行了批评，在您的批评下，我能够明白自己错过的不仅是学分，还有错过了进步的机会。这次的考试您是专门为我们设置的，不然就不会把时间定在周六了，就是为了能理解我们近段时间的学习，再去为我们制定更好的教学，结果我竟然缺席了，这就让您

不能判断我的学习的情况，我也不能知道自己学到多少，全部给自己睡觉睡完了。当我对此次事情进行了反思之后，我可后悔了，我丢了一次了解自己的机会，更对不起老师这次的期待，对我们认真的教学。一个大学生了，连这点事情都不能做好，我愧对父母和您。看到班上同学都有成绩，而自己因为错过考试而没有成绩，心中的后悔都要溢出来了。我非常抱歉，我不应该在您通知之后还不去重视，导致自己忘记了要考试了。这次望老师原谅，我不会有下次了，以后一定努力按时参加所有的考试，让自己的成绩能提高上来，不让老师为握担忧和操心，也不让您失望。

检讨人：

20xx年xx月xx日

## 考试后检讨书自我反省篇五

尊敬的xxx□

今天，我们考了数学期中测试，我只得了97分，是我这学期数学考得最差的一次，如果不算这次，那么我的最低分才98分。

做完了试卷，我依然和以前一样，认真检查试卷，检查出来了一个错误，我自认为我应该没错误了，才不再进行第二次检查。试卷发下去后，我发现，我的一个只写算式，不求答案的题错了，所以减了三分，得了个97。做错这道题的原因就是粗心大意，本来我应该用单位一减去这两天用这些沙子的几分之几，而我却因为看题太快，所以想成了用两吨沙子乘以第一天用这些沙子的几分之几，再加上两吨沙子乘以第二天用这些沙子的`几分之几，所以被画上了一个大大的问号。

这次数学考试我考的很不理想，下一次我一定要更加努力，再考出一个100分！



检讨人□xxx

20xx年x月xx日

## 考试后检讨书自我反省篇六

尊敬的父母：

关于此次我语文考试失利的原因，我经过深刻考虑，终于总结出是由于我没有良好的贯彻您教导的认真学好语文的指示。

这样的情况下，我确实就没有做好语文学习的`相关准备工作，导致了我也没有很好地将语文考试放在心上，从根本上导致了我欠缺学习经验积累，在这次语文考试当中失利下来。

回顾错误，我感到非常的痛心难过。这个错误是可怕的，后果是严重的，给我带来的压力也是深远的。

从今以后我必须严肃认真地看到这个问题，争取不再犯同样问题了。

检讨人：

日期：

## 考试后检讨书自我反省篇七

亲爱的老师：

您好，很遗憾地向您递交这份考试没考好的检讨书。关于我此次的考试我未能取得预期的成绩，我感到深深地自责。我绝对有些对不起父母的关心和老师的教导，特此递交这份检讨书，表达我的歉意。

我此次成绩不好的原因有很多的，但归根结底我此次未能考好期中考试的事实已经摆在眼前了，我在反省检讨错误的同时，我已经将目光投入在了期末考试。

在此递上这份考试没考好的检讨书，恳求父母和老师的原谅。

检讨人□xxx

## 考试后检讨书自我反省篇八

尊敬的老师：

您好！

今天我们进行了一次考试，我却在这个考试的过程中，犯了一个很严重的错误。我在考试期间，因为自己不会做那道题，在功利心作祟的情路下，钻了考试期间的空子，在考试的时候，抄袭了别人的答案。我现在为这种考试抄袭的行为做深刻的反思。

考试抄袭的直接原因是自己不会做这道题目，而看到别的同学做出来的那瞬间不服的心理。自己做不出来归结于平常学习的不努力，平常上课老师讲课的时候，自己不认真听讲，所以才会在考试的时候做不出来题目，这是自身的因素导致的。而看到别的同学做出来了就去抄袭别的同学的，这是自己态度上的滑坡。我也已经知道了自己行为的错误，在老师和同学们的面前我也感到无地自容，但这一切都是自己要承担的后果，我反省自己，也坚决不会再有下一次了。

对于这种行为，我已经犯了错误，已经是改变不了了，老师对我那场考试分数减掉的惩罚，我也诚心接受，我也不会让自己再有一次这样的想法和行为，那之后我就要做到以下的事情：

学习上面，自己一定要更加努力，上课的时候努力的听老师讲课，努力的学好每一个可能考的知识点，在考试之前认真的复习，不在考试的时候打无准备的战，能让考试的时候可以抄袭别人的答案，关键的一点是自己可以做出这道题的答案，这样就不会有去看别人答案的想法，更别说是行动了。

态度上面，杜绝自己以后再有这种行为的念头，要做个诚实的孩子，就算考试的时候有不会做的，也不能去看别人的，更加不能去抄袭他人的，这是自我欺骗，也是对别的同学的不尊重。

我意识到了这次行为的错误，给老师给其他同学都带了不好的影响，我很自责，但是我保证不会再有下一次了，我不仅要约束自己的行为，也想告诫其他的同学不要学我，这是负面的影响，希望老师能够给我一次机会，我会证明自己的保证和检讨都是认真的，下次的考试我会靠自己的能力考出好的成绩，让老师能够对我刮目相看，也要向自己证明，我不抄袭别人的答案也能考出好的成绩，以此杜绝今后还有这种想法，老师也可以监督我，我一定不会再让您失望的。

检讨人：

20xx年xx月xx日