

# 2023年给媳妇写的戒酒承诺书(实用8篇)

竞聘是一个充满挑战和机遇的过程，我们需要做好充分的准备。竞聘个人陈述需要突出个人的专业技能和工作经验，以及对于岗位的理解和热情。接下来是一些竞聘材料的范文，供大家参考和学习。

## 给媳妇写的戒酒承诺书篇一

亲爱的老婆大人：

你好！

昨天晚上我做了一件，极其不好的事情，我喝醉了回到了家中让你操心了，还凶了你几句，今天早上我会想回想起来，为自己为自己昨天的行为感到万分的难受，你一直以来就对我喝酒这件事比较不赞同，一直都劝我说让我不要再喝酒了，你跟我说过喝酒对身体不好，喝酒容易误事，我心里是知道你对我的关心，所以其实平时我是很少喝酒的，但是昨天晚上我却喝酒了，喝醉了回到家里让你担心，还凶了你几句，这让我后悔万分，现在想起来真的感觉自己真的该打，该骂，对于我自己昨天醉酒的行为，我感觉自己的行为让你失望了，为了挽回我昨天犯下了大错，我今天一起来就想到自己的错误后悔不已，现在写下这篇检讨悔过，也让我记住自己昨天的滔天大错，以后深深地记住自己的行为，也记住自己写下的这篇检讨每一个字：

事情是这样的，昨天下午吧我在上班的时候接到了大学室友的电话，说今天晚上要过来找我玩，我一听到大学室友要来当然很开心啦，于是就越好晚上一起聚一聚吃个饭什么的，但是我觉得我还是提前要告诉你一声，于是我就打了一个电话给你，告诉你一声，你是多么的善解人意，当然会理解我啦，简直就是世界上最好的老婆，马上就批准我了，我还

记得的你跟我说了要我少喝酒，我当时也向你保证了。

于是我下了班后我就，打电话给我大学室友，我问在哪里吃饭，他们给了我一个地址，于是我就去了，见到室友们我心里当然是很激动，毕竟我们已经好几年没见过面了，今天一见到大家都非常的。激动，都很开心这一开心，就上头了大家提议今天不醉不归，我当时心里还想着你电话里跟我说的话，想着自己等下要克制一点，但是大学室友这么久没见面当然是很高兴，一喝就停不下了，一个个都在劝酒，我当时就上头了，也开心过头了让，一下子就放开了，把你说的忘了，我是一杯接着一杯不知道喝了多少，后面我真的是不行了于是酒足饭饱，大家也都很开心，大家就都回去了，我回到家里的时候，你一直在等我，在家里我一进门就是一股酒味你当时就呵斥了我几句，说这么晚才回来，说打了好多电话给我我没接，其实是我当时没听到，因为玩的太开心了，但是我知道这让你很担心，你一个劲的指责我，当时我喝醉了，句凶了你几句，但是那不是我的本意，真的我发誓，只是我昨天上头了。

今天醒悟过来我就后悔了，越来越觉得自己昨天晚上太可恶了，对自己的行为深深的懊悔，但是昨天还是伤了你的心，我向你保证，我一定好好记住自己昨天的醉酒行为，好好的检讨自己。

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

## 给媳妇写的戒酒承诺书篇二

尊敬的老婆大人：

我怀着深深愧疚心情给你写下这篇检讨书，以深刻反省我在外喝酒的错误。现在我心情非常沉重，一方面对于自己所作

所为给你造成伤害感到痛心，另一方面也对于自己未来前途充满了忐忑与焦虑。

回顾这次错误，我由于在工作上需要应酬就与几名生意伙伴前往了xx娱乐。这几个生意伙伴都是公司固定客户，公司领导对于这次客户接待工作非常重视，非常重视得让我这个项目经理负责接待。

我就陪同这几个客户在xx点唱，本来没有考虑要叫人陪酒。可是由于当时xx包间很大，光一群男人喝酒实在没有雅兴，我见客人也表现出很不耐烦样子，就叫了几名衣着暴露女子前来陪酒。过了大概x个多小时，我陪同客户从xx走出，回到了下榻宾馆。

对于这次经历，我开始跟你吵架时候有些言词狡辩说自己没有错，全是工作上应酬没有办法。可说起来我错误也是存在：

- 1，我本该知道这次客户接待工作当中活动安排，涉及到xx话，我就应该提前跟老板请假一番，避免出入这类场所。
- 2，我在xx接待客户期间，为了让客户尽兴也装模作样得揉了一名女子在怀中，并且也喝了几瓶啤酒以祝雅兴。
- 3，我承认自己做这个事情对不起你，伤害了你感情。

这次错误暴露出我个人没有成熟稳重处事能力错误，最关键薄弱点还是应该避免出入这类花天酒地场所，谁叫我已经是有家室男人了呢。对于我错误，未来改正措施尤其显得重要：

第一，今后在客户接待工作当中避免自己亲自接待，转而可以要求领导派其他同事负责接待。这样一个措施有可能将我人际交往圈进行了一定压缩，但是却能够让老婆安心放心，有效得稳固我家庭关系，我认为是必要。

第二，对于这次错误要吸取经验教训，今后避免出入这类场所，杜绝与风尘女子来往。

第三，要时刻以家庭为重，以事业为重。要时刻记得老婆好，要时刻挂念儿女成长，在工作之余要抽出更多时间陪伴家人。

还有通过这个事情，我也发现到了一个社会现实。那就是这类喝红酒场所开销很大，虽然我在经营房地产开发项目利润很大，可是用于客户接待这部分费用也很高。倘若公司不注意节省这部分开销成本，那么公司运营也是具备相当风险。

最后，我恳求老婆大人原谅，从今往后我再也不会出入这类不良场所了。

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

## 给媳妇写的戒酒承诺书篇三

亲爱的老婆大人：

你好！

你批评我的对，昨晚我蹲在卫生间，趴在马桶上，进行了整整一个晚上的反思。

当然，期间一直在不停呕吐。月份，我坐场喝酒次，平均一天次，场数频繁，串场喝酒呈上升趋势，与月份相比次数明显增多。

其中，大醉场，中醉场，微醉场，场没醉，醉酒率与7月份相比明显提升。

当然，场没醉得益于你中场搅局，错了，不叫搅局，算是挽救。

大醉后，我在酒店当众脱衣闹笑话多次，在文化宫烧烤摊同朋友闹事多回，将家中贵重电器及手机摔坏多件，造成了诸多不良影响，甚至惊动了110，差点将我关进黑屋子。

对此，我深感自责，坐卧不安。尽管我多次立志改过，但屡屡重犯，屡喝屡醉，屡醉屡喝，从今天开始再不喝酒了！

所以今后我保证不再喝酒，但毕竟，我们还有许多朋友，还得处理好多关系，所以以下情况得例外：

一，有朋友从外地远方归来，这是接风洗尘，得喝！

二，有朋友要外出创业远行，这是敬酒饯行，得喝！

三，有老朋友相邀坐场小聚，这是叙叙旧情，得喝！

四，有新朋友偶然相识相逢，这是有缘相识，得喝！

五，有亲朋好友家中过喜事，这是高兴好事，得喝！

六，自己遇到不开心的杂事，这是借酒浇愁，得喝！

七，有人请客吃饭竭力相邀，这必须给面子，得喝！

八，咱要是有事需请人喝酒，这必须要陪好，得喝！

九，前天喝醉难受得要死了，得喝点通透酒，得喝！

我保证：除以上九条外，今后再也不喝酒了！

保证人：

20年xx月xx日

## 给媳妇写的戒酒承诺书篇四

亲爱的老婆：

这是老公第一次给你写检讨书，但也希望是最后一次，希望以后不再惹老婆生气，不让老婆再为老公伤心流泪。因为作为一个合格的老公，是不应该让自己的老婆伤心流泪，应该给她幸福和快乐！

那天我喝多了，尽管从表面上看，这只是一次普通的醉酒事件，但是在该事件的背后隐藏着严重的原则性问题，并且很严重的让我的老婆为我伤心，为我难受，我就更加感觉到我所犯下的错误的严重性！老婆，我错了，真的很对不起！对于我犯下的重大错误，我做了很深刻的反省：

人活在这个世界上，一定要自尊自爱。俗话说的好啊，酒是串肠毒药啊，喝酒多了就是容易耽误事情，喝酒喝多了就容易嘴上没有把门的什么都往外说，可能以为自己说的无关紧要，但是别人会认为你是酒后吐真言，说者无心，听者有意啊，这样无形之中就给自己带来很多的伤害，也给别人带来了伤害。最主要的是，喝多了人就容易走形，控制不了自己的情绪，行动没有深浅。人在河边走，哪有不湿鞋？经常喝多酒，哪有不出事？再有就是喝多酒，自己也很难受，我喝多了也吐，自己脑袋也蒙了，说话办事都反应慢了，耽误了很多事情，也给宝贝老婆造成了误会因喝酒向老婆不懂得自爱，就是对自己不负责任，男人最重要的就是要有责任感，对自己不负责任就是对家庭不负责任，就是对老婆不负责任，每个女人都希望自己的老公是个有责任感的男人，不希望看到自己的老公是个酒囊饭袋，所以要想让自己老婆放心，要想获得别人的尊重，就要懂得自爱。我就犯了不懂自爱这个错误。

喝醉当天，我可爱美丽温柔善良的老婆就在我的旁边，并且一直都在为我担心，一直默默地关怀着我，我都没有察觉到我无视您的嘱托和交代，在老婆就在身边的情况下酗酒，严重违反了家庭纪律，对老婆和我们的爱情都造成了不良影响，让我的老婆时时为我担惊受怕。我感觉到很内疚。我有个毛病，就是一和同事、朋友们在一起的时候，就容易融入气氛，所以可能就忽视了身边的老婆，其实也不是有意这样做的，都是无意识的情况下才发生的这些，所以请老婆要见谅！可能老婆不知道，当我早晨醒来一睁眼就感觉快能见到宝贝的时候，那一刻，我感觉我特别幸福，说不出来的幸福，一种从未有过的幸福，我也真真的感受到了幸福！但是就在前一天晚上，我确喝多了，在很多人面前丢人了，让我的宝贝伤心，为我担心了！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

## 给媳妇写的戒酒承诺书篇五

亲爱的老婆：

你好！

在你的再三要求下，我已经不再喝酒了，这个记录保持了两个月之久。但是在昨天，这个让我坚持了好久好久的记录被破了——我喝酒了。

我是什么时候开始喝酒的呢？已经不记得了，大概是在上大学的时候吧，那时候我真的是无酒不欢，大学里管的很松，学院里也不查喝酒的`人，然后我每次一高兴就爱喝酒。直到和你结婚后，为了咱们的孩子，我戒酒了。而在昨天，我许久不见的同学来找我聚会了。大家好几年没见了，同学聚会，不喝酒也说不过去。我本意是想少喝些，但是他们知道我的

酒量嘛，见我喝的少了，肯定是不放过我的。我被灌了四瓶啤酒，三两白酒，喝的头晕晕的。开车回去肯定是不行了，现在酒驾查的这么严，为了咱的生命安全，为了咱家。我决定硬着头皮给你打电话，让你过来开车回去。天知道我做这个决定是废了多大的毅力，毕竟戒酒还是在你的再三要求下才进行的。虽然我自己也有这样的想法，但是却被人一劝就犯戒了，还是我自己的意志力不够坚强啊。看着你虽然是一脸笑容的和我的同学们打招呼，但是我知道要糟糕了。果然，回家后我虽然装作喝醉了躺在地板上不敢动弹，你冷笑了一下，然后进房间丢了一床被子给我，把门一关。我就这么惨兮兮的睡地板了，为了让你满意，那沙发肯定是不能睡的嘛。

在我悔过了一个晚上之后，我决定开诚布公的向你承认自己的错误。首先，我喝醉酒是假的，你是知道我的酒量的，虽然不是什么千杯不醉，但是这么些酒要喝醉我还是很难的。像我这样在酒店里和别人谈笑风生，在路上还在跟你各种吹嘘，结果一到家就变成了软脚虾。是我太笨了，我已经接受了你的处罚了——睡地板。

对不起啊老婆，我不该喝酒的，也不该骗你。作为你的丈夫，我应当信守对你的承诺，为了咱们的孩子，我也该戒酒的。但是我却失信了，让你生气，我睡地板没关系，我个泥巴做的身体不打紧的，但是你娇滴滴的身子气坏了咋办哟，你可是咱家的皇后娘娘啊。老婆，我最后再向你保证一次，我觉对不再喝酒了，如果，如果是工作上的应酬而不得不喝，那我就提前和你报备，自愿再睡地板。除此外的聚会，我绝对滴酒不沾！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

## 给媳妇写的戒酒承诺书篇六

尊敬的老婆大人：

不知道如何向你及家人检讨，但想了很久必须向您检讨。

1、昨天晚间我在单位没有回家，下班后我要到食堂去吃饭了，接到了唐总电话，说来我单位办事情。我想那一定要请他吃顿饭，大家哥们都好多年了，而且我到新单位他还是第一次来看我，所以就等着他来。

2、他和驾驶员一起来，办完事情后，我说吃饭去，并问他选择大店还是有特色店，唐总说要有特色店；我们就去了饭店时间大约在晚间七点半左右。

3、路上，我问他 and 家里请假没有，他说请了，我说我和老婆说你要来了，请你吃饭。唐总手机没有电了。

4、考虑到我在单位还是少喝酒，我就安排了两个人来陪唐总喝酒。

1、菜不多，但是很精致，总共5个人，买了一瓶白酒（小糊涂仙）。

2、吃饭过程中接了两个哥们电话，说唐总来了要陪好呀，我说一定一定。

3、开始我没有太喝，只喝了一点点，后来被这个气氛所感染，也被唐总忽悠了，主要是我叫那个陪酒让唐总给喝多了，先退场了。

4、后来大家又喝了啤酒，白酒和啤酒一放到肚子里，就不太舒服了。

1、饭局在完9点多结束，将唐总送上车，我回到单位住所。

2、回到宿舍后，向老婆打电话，老婆睡着了，接了电话，听到我喝酒了，就不理我了。

3、我还是挂念唐总是否安全到家，打了电话不通，没有电了，后来和他老婆通了电话，后来我就睡觉了。

1、胃不舒服，可以说内部在小心蠕动，这种滋味难受却又不能说出口，自找。

2、头有点晕，可能是两种酒问题。

3、早晨起来却有点想吐感觉，尤其是在刷牙时候，那感觉真难受，想吐还吐不出来，胃部剧烈蠕动让人感觉还不如死了算了。

4、想抓紧回家，看到家人和老婆。

5、以后不喝了，强烈提醒自己要记住呀。

1、本人哥们意气浓厚很正确，但是在表达方式上有了错误，表达方式应该在事情上而不是在酒桌上，以后我要多注意。

2、本人感觉早晨起来脸红，因为心中有愧，主要是喝酒对不起家人，更对不起自己身体，有时候还影响工作，我深刻检讨，向老婆检讨，向全体关心我支持我人检讨，向唐总老婆检讨，以后不再犯了。

3、以后在饭桌上，不能跟着气氛走，自己要增加定力，把握原则。

老婆大人，以上是喝酒全部经过和我本人深刻检讨，请您高抬小手，同时以后还要严格要求，我一定记住记住记住……老婆今天晚间我请你到五星级饭店吃饭，因为今天是我们结

婚二周年纪念日。老婆我爱你！

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

## 给媳妇写的戒酒承诺书篇七

亲爱的老婆：

你好！

我知道错了，惹你生气实在是非我所愿，这一次喝酒的事情实在是我一时间糊涂了，我们之前约定好的不再喝酒要戒酒了，我竟然给破戒了，我真的太愚笨了。老婆你不要生气了好不好，我对自己的喝酒的行为真的是感到羞愧，更自己老婆的约定都不能遵守，还说什么爱老婆，我真的不是一个合格的老公。但是我知道我的老婆是全世界上最好的老婆，所以我知道我宽宏大量的老婆一定会原谅我的，我跟老婆保证，我一定好好检讨自己的行为，以后绝对绝对不会再喝酒了，如果要喝酒的话也必须要老婆同意才行。

我好好回顾了我这一次的行为，总结出来了自己身上的很多的问题。这一次喝酒是因为我们公司所有同事聚会，是部门领导组织的，所以我推不了这个饭局就去了，事前还跟您报备过，这个可能是我这一次为一个一个做的好的地方了吧，本来当时跟你说要参加饭局的事情，老婆你就在电话里面跟我说让我不要喝酒，记得自己的胃现在已经是不能喝的了，我当时还跟老婆答应的好好的，可是转身我就喝酒了，我真的太不是男人了。当时是因为大家都在跟领导敬酒，我准备要那饮料敬酒的时候其他同事都在起哄说不行，我又是一个好面子的人，所以就没有坚持住喝了酒。本来以为这一杯喝完就完事的了，没想到又有同事过来敬我酒，我没有办法只能继续喝……一而再再而三，我就喝的将跟老婆你的约定给

忘记了。

现在想来，我当时的行为真的是太糊涂了，难怪老婆你看到我一身酒气回来的时候是那么的生气了。之前年轻的时候我就是个嗜酒如命的人，所以因为喝酒太多弄得自己一身毛病，因为这个事自己的胃医生说已经是不能够在喝酒的了，为了我的身体老婆你也是一直在监督着我，不让我喝酒本来就是爱我的表现，为了我着想，可是我却这么的糊涂，自己不注意自己的身体安全，还违背跟老婆的约定，这是在不是一个丈夫应该做的事情。

在这里，我要感谢老婆一直以来对我的爱和关心，还给予令我这么多的包容，我却一而再再而三地让自己的老婆失望。我在这里向老婆你保证，我一定对自己的错误好好反省，我一定要坚持戒酒，以后一定要把老婆的话牢牢放在心理，跟老婆的约定一定要遵守到位。所以，老婆你不要再生我气了好不好……我真的知道错了。

保证人□xxx

20xx年xx月xx日

## 给媳妇写的戒酒承诺书篇八

亲爱的：

你好！

我是你亲爱的老公，也是一个最关心和爱护你的家人。这次因为我又在外边喝酒的缘故，惹你生气了，还让你这么伤心难过，我太不应该了。我不想你因为我而伤心难过，更不想看你为我气坏了身体。所以我要在这里给我的老婆大人，郑重的说一声抱歉！老婆，对不起，我跟你保证，经过这次的深刻反省后，我已经意识到了我喝酒的坏处，也意识到了我

下次如果再喝酒的话，你一定不会原谅我的问题。所以我决定痛下心来，为了你，为了我们共同的家庭，我这次一定要改掉我爱喝酒的坏毛病。

回想起昨天晚上喝酒的场景，我就后悔不已。昨天是我们公司的年后，在我出门之前，老婆你就交待了我要早点回家，不要在年会上喝太酒。我那个时候就觉得老婆你真是太贴心了。想着老婆肯定知道我在年会上避免不了要喝一点酒，所以才允许我喝一点。所以我一边想着，也一边警告着自己，一定要谨记老婆的话，只喝一点就行。但是真正到了年会上，我就控制不住自己了，因为今年的年会弄得很盛大，各种品类的酒也都有。我本来只想喝几杯就不喝了。但是我们还要给公司领导敬酒，所以又喝了几杯。喝完之后觉得不太过瘾，在饭桌上的时候，同事开了好几瓶，说是为了今年公司取得了成就来庆祝庆祝，我就越喝越多了。

最后直到喝到晚会结束，我已经醉的不省人事了。我才被公司同事送了回了家。老婆你看到醉汹汹的我就知道我很多酒了。回来之后我的胃就一直在难受着，因为我的胃本来就on不好，之前被检查出了肠胃炎，不能喝太多酒。这次我又破例了，胃病就更难好了。你为我忙前忙后，给我煮醒酒汤，让我暖胃，给我打扫被我呕吐弄脏的地板，跑去楼下给我买胃药。直到凌晨一两点才睡。我到早上醒来，回忆起昨晚发生的事情，我就感到很愧疚。

我到现在胃还疼，我知道老婆你是因为担心我的身体，觉得我自己不爱护自己的身体才生我的气的。所以请老婆相信我，我以后一定会改掉自己爱喝酒的臭毛病，不再糟蹋自己的身体，不再让你为我担心，为我伤心难过了。

保证人□xxx

20xx年xx月xx日