# 最新跟老婆吵架后的检讨书(七篇)

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2021-04-22

*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？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。跟老婆吵架后的检讨书篇一以下...*

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？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**跟老婆吵架后的检讨书篇一**

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)20xx年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。

(第二)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，到底是怎样个在乎法，我只想到了自己却不断的给你压力，事后我后悔了你知道我很在乎你不管你需要我怎样样我都会发奋的做到最好，

(第三)对于老婆的观点我只能做出理解或者执行，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1点我做的十分的差我发脾气，留意眼，不理你甚至把你弄哭的行为进行检讨我错了

(第四)老婆我既然自己都没办法做到我又有什么潜质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样样呢?我无法离开你，没有你我会很悲哀，很难过很痛苦，失去你我会很后悔，

(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，我以后会学会以和平的心态去应对，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：xxx

年 月 日

**跟老婆吵架后的检讨书篇二**

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，我以后会学会以和平的心态去面对，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，就算忍不住割了小jj也不能做错

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、不管去那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：

**跟老婆吵架后的检讨书篇三**

亲爱的老婆：

你好！

遵照你的旨意，我很彻底的反省了我自己！附上我的检讨书。不当之处。可以协商老婆永远是对的。也就是老婆的话就是命令，对于老婆的观点意图决定老公只能认同接受与执行，不存在判断对错的过程，没有任何商量的余地，更不能反对或反抗。这点我没做到。

我为发脾气小心眼甚至不理你的恶劣行为进行检讨。我错了！我忽略了老婆容易受伤的心。

老婆是我最爱的人，我应该捧在手心呵护倍至，让你时刻感受到温暖。但是我却冲你大喊大叫，这严重伤了宝贝老婆的心，老婆伤心难免心情不好或情绪不稳定，这有可能导致内分泌失调，长此以往会导致皮肤加速变老甚至更年期提前，我这不仅仅是小心眼，也是对老婆的身体不负责。

这样的事甚至会影响到老婆对我的信任，这对你我来说是一个巨大的隐患，而我则是这一隐患的罪魁祸首，这就是问题的严重所在，毫无争议！我错了，老婆。我的恶劣行径不仅深深伤害了老婆的心，也损害了自己在老婆面前的个人形象，造成我在你心中的地位。不懂得自爱也就不懂得真正爱别人，不懂得尊重自己爱护自己也就无法从根本上尊重老婆爱护老婆，这一点我的确存在着问题。

我错了！老婆，在一些时候我总是一味的去要求你要对我好，却对自己的要求过低。同时我也抿心自问，老婆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！失去你我会很后悔！那我到底该怎么办呢？我知道能做的就是改变我自己。

经过以上对自己进行深刻的自我认识，自己检讨后，我决定在以后的生活中，要好好疼自己的老婆。

不管对任何人，都要抱着平等，尊重和客观的态度去对待，时刻牢记自己生活在一个幸福的氛围当中，任何时候都不能放任自己的情绪，不能只顾及自己的感受，更应该顾及到别人的感受，特别是老婆的感受！

对自己负责，不伤害别人。学会宽容，学会敞开心怀去接受人的批评和教育，学会接纳别人。

是的，这份保证不只是写给你的，同时也是写给我自己看的。谢谢你让我下定决心对自己进行深刻反省，以后我会学会以平和的心态去生活。

如果还有什么不妥之处，请明确指出。亲爱的宝贝老婆，我错了，无论如何我不该对你不理不睬大吵大嚷，我是臭粑粑大坏蛋，你就别跟我生气了，为了共同的理想你就原谅我这次吧，我保证再也不犯这样的错误了，为了弥补我的罪过，以后老婆叫我干什么我全干，保证你的心情舒畅保养你的靓丽容颜，保证你开开心心舒舒坦坦，时时刻刻感受到温暖！

过去的日子里没好好的珍惜。我相信在以后的日子里我会听你的话。你是我的唯一，是我开心的理由幸福的起源！你是我一生最大的幸福。我会更爱你，感谢上帝给于我一切！

我知道它将时刻与我同在！亲爱的老婆！我有的不多，只有真心一颗！我爱你！

今后我保证：

1、以后不打架或少打，不抽烟，少喝酒。

2、要关心。爱护。体贴老婆。

3、不管做任何事情都向老婆大人汇报。

4、不做对不起老婆的事，不管任何时候任何情况下都不能对不起老婆。

5、做到有福老婆享，有难我当的夫妻制。

6、不和老婆吵架，就算打点小仗，小吵一下，我也要让着老婆。

7、老婆生气跑了我要追。（就怕追不上）

8、每天早上一醒来先想老婆。

9、不管去哪，办什么事，都要和老婆经常保持联系，及时汇报。

10、见到老婆的朋友，同学，一定要面带微笑，主动打招呼。

11、不能和老婆抢东西（包括吃、用、玩）老婆想要的东西＇想做的事情（只要不过分）要认真对待快速完成，不能拖泥带水。

12、任何时候都不能欺骗老婆。（善意的谎言看情况而定）

13、老婆说的话一定要记得。

14、要热爱老婆，坚决拥护老婆，绝对服从老婆的领导。

15、老婆永远是对的，说我是老鼠我就不能说自己是猪，对待老婆的责怪坚决不解释，不推卸，不赌气，不还嘴（亲嘴除外），永远捍卫老婆的尊严，但是和《中华人民共和国宪法》有冲突的一切违法乱纪的事，恕不能从命。

16、坚决不在老婆面前耍小聪明，不在任何场合显示比老婆还聪明。

17、注意个人修养，不说脏话，坚决不把架子带到老婆面前，不拿鼻孔看人，接电话要先说您好，对待妻子亲人要有春天般的微笑，说话的时候不许瞪眼睛，不许说话声音大，坚决做到在社会、家庭一个样。

18、对待老婆布置的任务一定要坚决完成，如：老婆叫我拉屎，即使拉不出来也要放个响屁，免得老婆担心，害得老婆心疼我。

19、平常生活中遇到问题，必须及时向老婆汇报，提供自己的想法并征求老婆的意见，坚决维护老婆的权威。

20、老婆：结婚后要履行好家庭厨师、家庭公仆、家庭保姆、家庭保洁员等职责，履职过程中如出现饭菜不合胃口、拖地留下的头发丝、洗碗尚存油渍等不负责任的现象出现，可根据情况做出处罚。

21、老婆可根据上月老公表现考核情况作出处罚或奖励，且老公不得有异议。

22、无论有没有老婆监视，决不再贼眉鼠眼打量漂亮女人。旁边经过的目不斜视，迎面撞上的绕道而行，实在躲不开的同事、领导，也要经得住考验，抵得住诱惑，直视对方的时间决不能超过三秒（包括三秒），更不能长时间从背后偷偷打量别的女人（以上提及的女人限10岁至60岁之间）。

总之，我将牢记“事业是国家的、荣誉是单位的、成绩是领导的、工资是老婆的、财产是孩子的、错误是自己的”的新训，按“太太出门要跟从，太太命令要服从，太太错了要盲从；太太化妆要等得，太太花钱要舍得，太太生日要记得，太太打骂要忍得”的“新三从四德”标准严格要求自己，不折不扣地遵照执行，请老婆大人在今后的学习生活中监督我、考验我！本保证最终解释权归老婆大人所有

本保证自20xx年x月x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：xx

xxxx年x月x日

**跟老婆吵架后的检讨书篇四**

亲爱的老婆：

跟你争吵以后，我冷静下来仔细地反思了，发现我有大大小小数十项错责。所以，递交这份检讨书向你做出我最深刻检查。

为了得到你宽恕和包容，我愿意接受任何形式惩罚，只要你能够让我这么多错责有一次改过自新机会。

经过反省，我总结出了今后我做事几项原则：

第一，今后在处理我们感情问题上我必须用心思考用心对待，要用大脑思考自己应该怎么做。

第二，以后讲话时候要当心，不应该说一些冒犯你话。

第三，以后承诺你事情，均必须认真做到，做不到事情就不承诺。

第四，以后要什么想法要事先跟你商量，避免与你发生矛盾。

第五，以后遇到你心情不好事情，我必须放下手上工作认真听你倾诉，安慰你照顾你体贴你关怀你。

第六，以后再也不能够因为跟朋友聚会而迟迟晚回。

第七，以后你生气骂我时候，我必须做到”打不还手、骂不还嘴“。第八，以后认真履行一名男儿应尽义务。

今天就想到这里了，也就写到这了。希望你能够消消气，原谅我。

检讨人：xx

xxxx年x月x日

**跟老婆吵架后的检讨书篇五**

尊敬的老婆：

按照您的无理要求，我经过48小时的面壁思过后，终于酝酿出了这样一篇检讨书来反省我的过错，这样一篇经过酝酿发酵的检讨书，我无法保证所有内容的真实性、准确性，但我可以保证这篇检讨书当中一定饱含我个人的真实感受，请老婆大人明鉴。

虽然我有各种合理的理由，但是我没有全心全意地照顾陪伴你，这就是我做丈夫的失职，是我错了。我应该要抽出时间来陪你，不能够在假期还这么繁忙。即使我有一千合理要求，也不能够让你孤单无人照顾。

最初我原本没有意料到您会如此生气，原先我也意识到应该尽量回家陪伴你。可是突如其来的工作一来，我也就一个不小心忘记了。虽然事后我尽力弥补，但是错误已然发生，实在是没有什么可以挽回的。

昨天的事情既然我已经错了，我就不应该去耿耿于怀，还去研究探讨，导致您变得更加不开心，这是我的过错。

总结：以上检讨书内容若您还不满意，那么您驳回来我继续修改，修改到您满意为止。

检讨人：xx

xxxx年x月x日

**跟老婆吵架后的检讨书篇六**

亲爱的老婆：

你好！

在最近几天里我犯了个错误，错误性质是恶劣的，情节是严重，对老婆的伤害是巨大，我自己的反思是深刻的，对错误的认识是诚恳的，改正错误的态度是坚决的，希望得到老婆原谅的想法是明确的。

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：

对抽烟问题的认识

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。二是具体行动上有误区，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，排除万难地戒掉陋习。

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，远离陋习，用实际行动区践行自己的诺言。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。

我懊悔的心无法用语言来表达，只好写了这份检查给你，希望你能原谅我。我知道你是一个宽宏大量的人，你的这种美德是我当初决定和你一起牵手的重要因素之一，我相信你能原谅我的，是吗?你是我一生的依靠和所有，今后，我一定好好珍惜你给我的这份关爱和浓浓的情意，将我们的爱情进行到底！我总是在感伤往事的时候模糊自己，天空本可以像你的眼睛一样纯真，可就是被我的无知，牵引出你的泪水，噙在你眼里，氤氲掉了希冀的明媚。年花轰隆的车，踏过一卷陈旧的画册般的公路，把泥泞拧得粉碎，我的一年欢喜和忧伤随着对你的伤害，滑到了消瘦的指间，即将在春节第一声爆竹声里磐涅。我悄无声息的在你被爆竹声震得暂时耳鸣的刹那说我爱你。如果冬天算是很冷，我就把你抱得很暧，如果检讨算是无效，我就把誓言算是有效，守着一厢情愿，相伴昨天到老。

检讨人：xx

xxxx年x月x日

**跟老婆吵架后的检讨书篇七**

亲爱的老婆大人：

你好！

遵照您的旨意，我昨晚利用了一个小时四十三分零七秒进行了深刻的自我反省，在反省过程中喝了一杯白开水，上了一趟卫生间，没有玩游戏，以上事实准确无误，请审查。以下是我的检讨报告，不当之处可以协商。

通过这次深刻的自我反省，使我清醒地认识到，xx个月的婚姻生活，充分证明了老婆同志温柔贤良、勤奋聪颖，是个不可多得的好妻子，而身为丈夫的我却举止乖张、态度轻狂、自私自利，是一个不太称职的丈夫，所作所为确有值得商榷之处。以下是我对自己恶劣行径的剖析，请领导批阅：

1、昨天的事情是我不对。你千里迢迢、不辞辛苦冒着寒风来看我，我却不近人情要把你送回家。我这是看不起你的吃苦耐劳精神，不给你表现的机会。

2、吃菜的事情是我不对。你做的客家菜虽然不太像客家菜也不太像湘菜，但至少是菜啊！还是香醇可口、瑕不掩瑜的，我不该指责你浪费人民的劳动成果。我这么求全责备，完全是暗藏嫉妒之心，不过再加点辣椒是可以的。

3、你说喜欢xx的时候，我不该信口雌黄说我喜欢xx，害得你两天不能理我，极其痛苦。仔细一想，我的回答确实很不妥当，因为你的花心还局限于内地，我却冲到了xx，以后我还是喜欢xx好了。

4、你喜欢看xx里的xx哥，我不该百般阻挠，你拿我和他比较我更不该表示抗议，因为人家xx哥都没有抗议，我凭什么抗议啊。

5、xx的婚礼，我说我可能有事走不开，可能没有时间去参加他们的婚礼。而你却准备了两个红包：一个xxx元的，一个xxx元的，结果我没去参加，你不小心送出去了厚的。亲爱的，我不该笑你，你已经做得很好了，换作我，可能将两个都一块儿送出去了。

6、我不该信誓旦旦，冒充大厨，结果使你吃饭前欢呼雀跃，闻味时垂涎欲滴，吃的时候却垂头丧气，这对于你脆弱的心理而言，是难以承受的。

7、你剪短了头发，问我好不好看，我说好看，你很高兴；进一步求证，我说还行；你追问到底好不好看，我回答，不如以前好看，使你非常难过。这是我的错，以后此类的回复均以第一次为准。

8、探望你家人那次，你回来就和我讨论怎么教育孩子的问题，我的确不该推卸责任，惹你生气。不过亲爱的，这项任务过于遥远，我们还是讨论孩子由谁来生好了。

9、你指责我为什么不把家里收拾整理好时，我不应该反诬你把家里搞的乱七八糟，毕竟我是经过学校严格训练过的，收拾整理内务是我的专业。

10、你说我长得不如你漂亮的时候，我不应该顽固抵赖，你说得很对，证据确凿，可以让瞎子作证。

11、应酬回到家时，你围着我转了好几圈，问我喝了多少，我不应该说大话说喝了三瓶。亲爱的，我真不知道你的鼻子如此灵敏，其实我的酒量就只能喝一杯。

你一直是善解人意的女孩，希望你能够原谅我，给我改过自新的机会。

检讨人：xx

xxxx年x月x日

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找