# 最新情侣吵架检讨书自我反省(大全13篇)

来源：网络 作者：雪域冰心 更新时间：2025-06-06

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？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。情侣吵架检讨书自我反省篇...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？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。

**情侣吵架检讨书自我反省篇一**

尊敬的对方：

我知道错了。对于没有给你准备过年礼物的事情，我真的知道错了，我对不起您，我给你下跪，我给你道歉，在这里写检讨，请听我分析一番自己为什么错了。

首先，我错误地以为过年只有收长辈压岁钱，没有送情侣礼物的习俗。通过您的悉心教育，我终于明白了过年除了收长辈压岁钱，还应该给你买礼物。

其次，我有钱不知道为你花钱，这就是错。不用解释不用掩饰不用吞吞吐吐不用辩论，我过年收了压岁钱没有花到你身上，肯定是我的错啊。

再有，我不应该为什么这个事情跟你争辩，还跟你吵架。吵架是很伤感情的\'，我知道错了，以后我坚决不争吵，有什么吵架的必要呢吵架不外乎就是你说几句道理，我说几句道理，最后什么道理都是没有道理。

最后，我再次检讨，我错了！

此致

敬礼！

检讨人：

日期：

**情侣吵架检讨书自我反省篇二**

尊敬的对方:

我知道错了。对于没有给你准备过年礼物的事情，我真的.知道错了，我对不起您，我给你下跪，我给你道歉，在这里写检讨，请听我分析一番自己为什么错了。

首先，我错误地以为过年只有收长辈压岁钱，没有送情侣礼物的习俗。通过您的悉心教育，我终于明白了过年除了收长辈压岁钱，还应该给你买礼物。

其次，我有钱不知道为你花钱，这就是错。不用解释不用掩饰不用吞吞吐吐不用辩论，我过年收了压岁钱没有花到你身上，肯定是我的错啊。

再有，我不应该为什么这个事情跟你争辩，还跟你吵架。吵架是很伤感情的，我知道错了，以后我坚决不争吵，有什么吵架的必要呢吵架不外乎就是你说几句道理，我说几句道理，最后什么道理都是没有道理。

最后，我再次检讨，我错了!

此致

敬礼!

检讨人：

日期：

**情侣吵架检讨书自我反省篇三**

尊敬的对方:

我知道错了。对于没有给你准备过年礼物的\'事情，我真的知道错了，我对不起您，我给你下跪，我给你道歉，在这里写检讨，请听我分析一番自己为什么错了。

首先，我错误地以为过年只有收长辈压岁钱，没有送情侣礼物的习俗。通过您的悉心教育，我终于明白了过年除了收长辈压岁钱，还应该给你买礼物。

其次，我有钱不知道为你花钱，这就是错。不用解释不用掩饰不用吞吞吐吐不用辩论，我过年收了压岁钱没有花到你身上，肯定是我的错啊。

再有，我不应该为什么这个事情跟你争辩，还跟你吵架。吵架是很伤感情的，我知道错了，以后我坚决不争吵，有什么吵架的必要呢吵架不外乎就是你说几句道理，我说几句道理，最后什么道理都是没有道理。

最后，我再次检讨，我错了!

此致

敬礼!

检讨人：

日期：

**情侣吵架检讨书自我反省篇四**

尊敬的对方:

我知道错了。对于没有给你准备过年礼物的事情，我真的知道错了，我对不起您，我给你下跪，我给你道歉，在这里写检讨，请听我分析一番自己为什么错了。

首先，我错误地以为过年只有收长辈压岁钱，没有送情侣礼物的习俗。通过您的悉心教育，我终于明白了过年除了收长辈压岁钱，还应该给你买礼物。

其次，我有钱不知道为你花钱，这就是错。不用解释不用掩饰不用吞吞吐吐不用辩论，我过年收了压岁钱没有花到你身上，肯定是我的\'错啊。

再有，我不应该为什么这个事情跟你争辩，还跟你吵架。吵架是很伤感情的，我知道错了，以后我坚决不争吵，有什么吵架的必要呢吵架不外乎就是你说几句道理，我说几句道理，最后什么道理都是没有道理。

最后，我再次检讨，我错了!

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**情侣吵架检讨书自我反省篇五**

亲爱的：

当下的我犯下了这极为严重的错误，我跟亲爱的女友吵架的行为给女友大人造成了很大的伤害，让女友大人这段时间的心情一直不好。每每想到这点，我就觉得非常愧疚，非常难过。在此，我向女友大人表示深深地抱歉。并郑重地向您说一句：非常抱歉，我错了!对于我这样无比恶劣的行为，以下是我针对自己错误做出深刻的检讨和改正措施：

第一，这次错误反映我在男女相处知识攻略方面存在的严重不足。通过这次错误的反省，我深刻明白了自己的错误，今后一定要加强对情感把握能力的重视，我也认识到这方面的才能、觉悟需要通过长期的学习积累和领悟。因此今后我抽空要积极去图书馆找情感相处相关书籍弥补，尤其是要从深层次上体会，交流在男女感情发展方面的重要性。努力认真地学习、训练，逐渐地，争取培养和领悟出一份良好的思想觉悟。

第二，这次错误反映我个人比较自卑，女朋友跟我好好的聊天，而我却很不情愿的在听。这有关我最近工作较忙，在自己的面容方面打理得不够，发型也很乱了。从今往后，我要积极整理自己的妆容，积极改善自己的外貌，工作方面也积极进取，争取重塑自信。

第三，这次错误反映我对你不够关心。今后我一定给自己制定一份详细的感情培养时刻表，花更多的时间关心你，陪你逛街、看电影、吃冰激凌等等!在此，我发誓今后我一定要积极努力地改正错误，以诚恳、务实、信任、体贴的态度来对待你，对待我们这份珍贵的爱情。

第四，我觉得这次的行为是对我女友大人的不尊重，作为男朋友的我，保证以后对你言听计从，再也不会出现这次的错误。

此致

敬礼!

检讨人：亲爱的老公

2025年\_\_月\_\_日

**情侣吵架检讨书自我反省篇六**

亲爱的女朋友：

我每一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转，然后沉醉其中，不愿醒来，可现实残酷啊，(在这提一下你没有要挂电话，像被妈妈叫去帮忙之类的)

宝贝原谅我，不要生气了。

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

**情侣吵架检讨书自我反省篇七**

可爱漂亮并带着点坏坏的女朋友大人：

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，女朋友永远是对的。

2025年\_月\_日，我惹女朋友生气了，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，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)

对于女朋友的观点，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。

我严重的忽略了女朋友的心是非常容易受伤的，因为女朋友在与到我之前已经被伤到过，我却完全忘记了，你比我小1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，这严重伤到宝贝女朋友的心，女朋友我又错了!!

女朋友，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。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，以后女朋友说1，我不说2，女朋友叫我向东走，我肯定不会向西走，女朋友说滚，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1颗真心，我爱你，以下是我的保证书。

1：首先以要关心，爱护，体贴女朋友为主;

2：不管做任何事，每天向女朋友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：不做对不起女朋友的是，再面对在强大的勾引诱惑情况下也绝对不能对不起女朋友;

5：不和女朋友吵架，如果有时候小吵一下，我也要让着女朋友;

6：每天起床和睡觉时都要心里默恋10遍女朋友我爱你;

8：任何时候都不能欺骗女朋友;

9：不准把女朋友气哭;

11：对待女朋友所下的任务坚决努力完成;

请女朋友大人，在今后的生活中监督我，本次检讨书最终解释权归女朋友大人所有。

检讨人：\_\_\_

2025年\_月\_日

**情侣吵架检讨书自我反省篇八**

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，老婆猪永远是对的。

xx月xx日晚上，我惹我们家最可爱，最无敌，最美丽的猪猪大人生气了，我真的后悔来，可是每次脾气上来我就控制不住自己，我会学着改掉这个习惯，以后我不给你压力了，不跟你无理取闹了，不跟你大声说话了，我现在后悔了，但是我知道后悔没有作用，我会在生活里慢慢去改掉自己的坏习惯，你知道我很在乎你的，所以你一定要多多督促我早日改过来。

对于猪猪的观点，我只能做出接受或者执行，不能存，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点我做的非常的差，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！

我严重的忽略了我以前是怎么伤害你的，因为你曾今已经被我伤到，以后我会很小心的，把你捧在手心里，让你时时刻刻都能感受到我对你的.爱。

我总是要求你为我改这改那得，但是却总是失言于你，亲的我又错了，其实你为我付出的太多太多了，我还要怎么样呢，我无法离开你，有你我会很伤心很难过很痛苦失去你，会很后悔，果真的到了那个时候我应该怎么办呢，我自己都不敢去想，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，我检讨后，决定在以后的日子里，好好疼你，何时候都不能让自己放纵自己的，能只顾及到自己的感受，忽视了猪猪的感情，至说更应该去去顾及猪猪的感受，自己说的话，做的事负责，会不去伤害对方，会宽容，这篇检讨书不只是给你看，是给自己看，自己时刻记住这一日，以后有气有火，把自己写的检讨书读一遍。

过去的日子，没有好好的珍惜，相信在以后的日子里，会听你的话，为你是我的唯一！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**情侣吵架检讨书自我反省篇九**

亲爱的老婆：

你好！

我近期的迟到情况，实在是太过于太过于严重了，以至于您亲自找我谈话，我才意识到事情的严重性，这跟我自己的自律性有很大的关系，我有点太不在意公司的规矩了，当我得知我这个月因为迟到而被扣的工资总数的时候，悔恨的泪水在心里悄然落下，您放心，我已经看清楚自己的问题所在了，我一定会好好的改正的。

我仔细我回顾了一下我迟到的原因，有两次是因为堵车，有四次是因为自己睡过头了，还有四次是因为自己在家弄早餐吃，忘记了时间，从而导致自己迟到，我自己都觉得可笑，一种原因的迟到哦犯下一次就够了吧，我还能在一个坑跌倒第二次，有的甚至都跌倒的好几次，我也不知道我究竟在想些什么，作为一个已经在公司上班的职员，居然这么没有时间观念，明明我的这些迟到问题都是可以避免的，但是我为什么就是没在犯错之后，吸取教训，寻找解决的办法呢？这无疑就是我工作作风极为涣散，对自己的工作要求极为放松，对待自己的岗位没有丝毫的责任心，一点也没有把工作放在心上的表现，实在是有愧于您对我的信任，要不是您的信任，我能成为xx公司的一员吗？我能拥有这份十分适合我的文秘工作吗？我能在犯错这么多次都没有挨批评吗？这无疑就是因为您对我的信任，您觉得我是个不错的员工，您觉得能把办公室文秘的这份工作做好，您更是觉得我上班迟到的\'错误，我自己会意识到错误，自己会改正。但是我无论在什么地方都让您失望了。我很惭愧，您是不知道当您今天叫我在办公室谈话的时候，您那语重心长的语气，让我的心情有多难过，让我觉得自己非常的对不起公司，对不起您，别提有多内疚了。

我不能向您保证在接下来的日子里，一次错误也不犯，但是我会做到尽可能的规避这种情况的发生，我会从自身开始约束自己，给自己制定一个详细的工作准则，时刻提醒自己该做什么事，不该做什么事。我会把我这个月所扣的工作数额张贴在自己的工作岗位上，时刻的提醒自己。以后在工作中我将做到提高自己对公司条例的认识，加强我自身的时间观念，尽可能的不让迟到这种事在此发生在我的身上。

我一定要对得起自己文秘的这个岗位，竭尽全力发挥出自己的作用，为公司的进步献出我的一份力。总之，我真的不想让您再失望了，我可真的不想那天听到您说，您非常的后悔当初录用我。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**情侣吵架检讨书自我反省篇十**

亲爱的宝贝：

对不起，我错了，昨天又再一次得伤害了你，你这次大概对我已经失去信心了，大概也没信心爱我了对吗?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你生气了。

对不起，也许我真的变了，变得老实自我为是，可是我真的没有要伤害你的意思，还记得你以前的承诺吗?你说要一辈子爱我的，可是为什么为什么。

对不起，昨天让我九点半写好给你看，但是我却拒绝了，因为我真的不知道自己如何下笔去写，所以我又令你失望了，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，只要你看过也好。

记得我们的从认识到现在的点点滴滴，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，我相信缘分更相信你，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，只有伤害伤害还是伤害，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，我没有给你带来快乐，反而带来烦恼，没有给你带来幸福，反而给你带来悲伤，你给了我好多机会，而我却不懂得珍惜，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想要跟你天长地久!一切都会变，只有我心中对你的爱不会变。

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!曾经自己也是用着狭隘的爱去爱你，犯下了这样大的错误，同时我也是真心的悔过，希望你能够原谅，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，我真心诚意的悔过，我愿意对我做的错事负责!恳请你能够想通，并再给我一次机会!

第二，我希望笨蛋能够放下一些心底的隐藏的很深的东西，真心的希望你能够开心快乐起来!

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!我会用真心去证明一切，用时间去见证奇迹!不会放弃，坚守誓言!

xxx

20xx年xx月xx日

**情侣吵架检讨书自我反省篇十一**

亲爱的女朋友：

我每一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转，然后沉醉其中，不愿醒来，可现实残酷啊，（在这提一下你没有要挂电话，像被妈妈叫去帮忙之类的）

宝贝原谅我，不要生气了。

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**情侣吵架检讨书自我反省篇十二**

亲爱的老婆：

这两天我们都发生了争执，尤其是昨天晚上，我们发生了激烈的争吵。这主要的原因都是因为你认为我不够勤快，没有及时发现并干完你认为必须干的家务事。我承认我是不够勤快，至少不像你爸那样擅长干家务，我经常是没有发现问题，或者没有及时干完。同时，我的脾气还是不够好，对于你善意的批评和疾风骤雨的工作方式，很是不习惯，总是不能虚心接受，导致出现争执。而且，你每次在分析我出现这种情况，总是善意的\'指出，是因为我父母原因，有基因的问题，也有教育的问题，考虑到我父亲去世了，你宽容地让我母亲承担了这个责任。而且你还会及时地向我姐姐通报我的最新情况，发动各方面力量来拯救我。我真的很感激你，没有你的包容和你父母的无私奉献，我们绝对不会有20xx-07-08幸福的生活，当然你也会通过重复、强调、对比等各种方式方法，让我记住，就像要记住没有共产党就没有新中国一样。经过，认真地思考，我发现我们争执会出现很多严重后果：

一是你父母很伤心。现在他们和我们住在一起，是这个家庭日常管理实际的主人，我们无视长者的存在，肆无忌惮的争吵，是对长者严重的不尊重，是对权威的严重挑衅。他们的身体对不太好，有高血压、心脏病、糖尿病等。绝对不能刺激他们。

二是韵儿很害怕。我们的一言一行都在影响着孩子，我们是她学习的榜样。想一想我的经历，之所以性格这么急、脾气这么暴躁，就是因为父母的性格急、脾气暴躁，耳濡目染，就形成了自己的性格。现在，我们一争执，韵儿就会哭闹，感到很恐慌。我真的不希望韵韵也深受其害。

三是影响家庭稳定和发展。吵架会影响夫妻感情，会影响身体健康，会影响生活质量，尤其是女人会衰老的很快，导致内分泌严重失调，从而脾气会更差，形成恶性循环。凡是夫妻关系和睦的家庭，都是健康的家庭，事业有成的家庭，诸事和谐。而争吵不断的家庭，基本上事业上没戏，身体上欠佳，精神上压抑，子女教育也会失败。总之，家和万事兴，家不和万事休。

想到如此严重的后果，我决定痛改前非：

一是加强自身修养。要学会包容，学会宽容，学会理解。对老婆的批评，要理解成爱护和关心。虽然，老婆的方法可以更合理，比如说疾风骤雨式可以改成和风细雨式。但是，对于老婆决定采取的方式方法，我们要坚决拥护和支持。老婆不原意岳父岳母大人干，而这两位大人又总是抢着干，我们就要发扬积极主动，掀起一股抢干家务的热潮。

二是采取灵活多变的方式方法。一旦老婆要批评了，一定要及时让老婆消气，可以采取避其锋芒、立即整改等办法，总之要忍耐，同时要态度端正。

三是积极进行心理咨询。绝对不可以让老婆大人改变自己特有的性格，极具魅力的个性。所以我必须要适应老婆大人的性格，要爱让老婆大人的性格。如果实在忍受不了，可以通过心理治疗，观看抗日体裁的影视作品，通过学习革命先驱的先进事迹，学习顽强的作风和意志。

xxx

20xx年xx月xx日

**情侣吵架检讨书自我反省篇十三**

亲爱的猪猪大人：

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，老婆猪永远是对的。

xx月xx日晚上，我惹我们家最可爱，最无敌，最美丽的猪猪大人生气了，我真的后悔来，可是每次脾气上来我就控制不住自己，我会学着改掉这个习惯，以后我不给你压力了，不跟你无理取闹了，不跟你大声说话了，我现在后悔了，但是我知道后悔没有作用，我会在生活里慢慢去改掉自己的坏习惯，你知道我很在乎你的，所以你一定要多多督促我早日改过来。

对于猪猪的观点，我只能做出接受或者执行，不能存，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点我做的非常的差，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！

我严重的忽略了我以前是怎么伤害你的，因为你曾今已经被我伤到，以后我会很小心的，把你捧在手心里，让你时时刻刻都能感受到我对你的爱。

我总是要求你为我改这改那得，但是却总是失言于你，亲的我又错了，其实你为我付出的太多太多了，我还要怎么样呢，我无法离开你，有你我会很伤心很难过很痛苦失去你，会很后悔，果真的到了那个时候我应该怎么办呢，我自己都不敢去想，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，我检讨后，决定在以后的。日子里，好好疼你，何时候都不能让自己放纵自己的，能只顾及到自己的感受，忽视了猪猪的感情，至说更应该去去顾及猪猪的感受，自己说的话，做的事负责，会不去伤害对方，会宽容，这篇检讨书不只是给你看，是给自己看，自己时刻记住这一日，以后有气有火，把自己写的检讨书读一遍。

过去的日子，没有好好的珍惜，相信在以后的日子里，会听你的话，为你是我的唯一！

检讨人：xx

20xx年xx月xx日

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn