# 2024年抽烟检讨书1(十篇)

来源：网络 作者：梦里花开 更新时间：2024-06-22

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。抽烟检讨书1篇一在此，我怀着深深懊悔、...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

**抽烟检讨书1篇一**

在此，我怀着深深懊悔、悲痛的心情向您递交我的这篇“女生抽烟被抓的检讨书”，以深刻反省我对于自身错误的认识，提出切实的改正办法，并且尽我最大努力弥补错误影响。

回顾错误，最近一段时间我由于无法面对朋友的背叛等诸多感情问题，一度情绪消沉、萎靡不振。多夜以泪洗面，水泪如泉涌，是泪还是水，我已经分不太明朗。只记得刚开始的眼泪还有点纯正，咸味适中，后来流多了出来的基本成了水。总而言之，我由于太过悲痛，心生异想以为抽烟可以缓解不良情绪。然而，我错了，我大错特错了!

面对错误，我感到羞愧与懊悔。作为高中学生，是完全不能够抽烟的，这是学校明文规定的!我的错误一来对不起老师、同学，二来对不起家乡、朋友，三来对不起我自己啊!

现如今，我已经深深地知道了抽烟的危害，并且也感受到不改掉抽烟这个恶习确实很难再重归美好生活。

为此，我向老师保证：我从即日起彻底戒烟，我主动上交我在抽屉里存留的三包香烟，并且愿意接受老师与全班同学监督。

此致!

错误告诫

女生抽烟是非常不好的，抽烟的寻常危害我就不提了，这个大家都懂。女生，先天的肌肤细嫩，抽烟不仅引发皮肤问题。久而久之收到香烟成分的危害，可能造成非常不良的生理影响，影响未来生活。

女生抽烟的原因种种，很大一部分脑子智慧值不高的女生选择在失恋以后抽烟，不仅没有摆脱失恋阴影，反而脾气越发暴躁，人际关系处理得越发恶劣。告诫所有此类女生，千万别以为抽烟显得你很美很潇洒，好炫耀什么。你这是无知，假如你还继续掩埋你的无知，那就是绝大的可悲。

应该以乐观健康的心态对待生活问题，切记抽烟伤身！

**抽烟检讨书1篇二**

尊敬的老婆：

您好！

我怀着忐忑不安的心情，在这里进行深刻的反省。上周以来本人只顾个人享乐混迹在深圳，不关心和照顾老婆，还多次抽烟，导致老婆很是生气，疲惫不堪，心情沉重。这是个人不成熟的行为，不知轻重。

首先，我给你道歉，诚挚的道歉！惹你生气了！我知道，你很生气，应该是相当、相当的生气！我也知道，我的做法性质很恶劣，后果也很严重！所以，我内心很自责。总结这次我所犯的错误，主要有以下几个原因：

1、我的思想警惕性不高，对老婆的事竟充耳不闻，太过随意；

2、过于放纵自己，放松了对自己的高标准、严要求，经常作；

3、没把老婆放到应有的位置和高度，这是很严重的政治问题。

从这几天的情况看我没有关心老婆大人的饮食问题、没有关心老婆的头疼、胃疼等身体问题，并且还在老婆非常急切想来接机的心情下泼冷水，错误十分明显。因此，鉴于以上所犯的错误，以及为了确保社会进步、人民团结、国家安全、地球和平、宇宙河蟹，今后我要尽量减少作错事的动机和手段，多陪陪老婆，多关心老婆，力争做个好老公。以下是本人痛定思痛的整改措施：

1、在思想上要进行解放，深刻认识到自己的不足，从电视和报刊上去学习模范男人的好经验、好做法；

2、把老婆放到应有的位置和高度，争取和珠穆朗玛峰一样高，或者更高；

3、每天晚上向老婆大人汇报一次思想动态，让老婆及时掌握我的思想动向；

最后更老婆强调一次我以后都戒烟，坚决不再抽烟了！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**抽烟检讨书1篇三**

尊敬的xx老师：

您好！

我怀着深深懊悔的心情向您递交这份检讨，以深刻反省在校抽烟的严重错误。

回顾我的错误，我感到内心十分纠结。20xx年x月x日的下午，我伙同几名同学在寝室里面抽烟，被您经过而发现。

经过您的严肃批评，面对错误，我感到十分痛心。我的错误充分暴露出我不思进取、行为散漫、品行不端等问题。身为一名高中生，自己尚未成年就公然在学校抽烟，给周围同学树了不良范例，给老师的学生管理工作业绩蒙上阴影。

错误发生之后，我回家反思，面壁思过了三天，终于幡然醒悟。我决心浪子回头，彻底改正错误：

首先，我必须就抽烟这样严重的错误向全班同学道歉，并且彻底摒弃抽烟恶习，与之彻底告别。

其次，我必须重塑自我内心，纯洁心灵重新认真投入学习当中，与同学们共同学习，一同努力。

再次，我必须从此次错误当中充分吸取教训，以自己经历告诫身边失足的同学，避免他们重蹈我的覆辙。

最后，我十分恳求地希望老师能够原谅我的过错，给我一次重新改正的机会，我将尽我所能弥补错误带来的负面影响，努力认真学习以优异成绩回报师恩。

xxx

20xx年xx月xx日

**抽烟检讨书1篇四**

尊敬的妈妈：

很抱歉要向您递交这份检讨书，关于反省我在学校吸烟的错误。首先我必须郑重地向您道歉一下：妈妈我错了，我真的知道错了！其次我有必要向您坦白我吸烟的经过，已经清楚地告诉您我是怎么学会吸烟的，又是为什么喜欢上了吸烟。3月11日，星期四下午第二节下课，我和班里的孙金龙同学一起往了教学试验区走廊玩。

然后我看四周无人，就拿出了口袋里的一包中华香烟。就与孙金龙在走廊里吸烟了，原本想到试验区厕所里吸烟，但没想到当时试验区有很多班级上完实验课下课之后，很多同学和妈妈就往了试验区厕所。于是我们只好躲在走廊里吸烟，一根烟很快就吸完一半了，眼看就要抽完一根回到教室上课。

但万万没想到在我那根烟还剩1/4的时候，我被您发现了。您看到了在吸烟急急忙忙地就跑了过来，将我和孙金龙抓个正着。在这里我要解释一下妈妈，这件事真的不关孙金龙同学的事情，是我递给他香烟让他也抽一口的。

关于我吸烟的经过要从高一上学期开始，当时我刚考进这所重点高中，与其他同学不同的事，我是被父母花钱买进来的。学生吸烟检讨书

第一，我将手上的全部香烟，还剩下半包全部上缴给妈妈。

第二，递上这份800字的检讨书。

第三，今后尽不在触碰香烟，遇见同学又吸烟者都要上前劝说。

检讨人：

20xx年xx月xx日

**抽烟检讨书1篇五**

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10月7日13时45分，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，我当时不应该不等老婆大人起床就自己跑走，只顾着自己回家睡觉而不陪老婆大人。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，不应不等老婆大人起床，知道老婆大人喜欢赖床，应该予以理解。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1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！！！

我严重的忽略了老婆的心是非常容易受伤的，因为在这之前已经犯了类似的错误，我却完全忘记了，你比我小2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，但是我却经常不顾你的感受，一意孤行，这严重伤到宝贝老婆善良的心，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10月08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：小锐锐

**抽烟检讨书1篇六**

老师：

您好！

我之前犯了一个很大的错误，做了一件很严重的事情，严重了违反了学校的校纪校规，对学校和老师都有很大的影响，当然对自己的影响是最大的，我现在为我的行为向老师做从内心深处深刻的反省和检讨。

我现在是名中学生，本应该将大部分的精力放在学校里，放在学习上，可是我却因着我那点好奇心，没有把持住自己，看到别人都口叼香烟，烟雾缭绕的样子好像很爽很兴奋的样子，我一时太过好奇，竟也偷偷的买了一包香烟，偷偷的去尝试的吸烟，我做出这种行为的时候，还不觉得有什么，只是那一瞬间觉得好像是挺爽的，有一次就会有第二次，我渐渐的肆无忌惮，完全被香烟所吸引，开始被转移大量的目光，直到被老师发现，被学校通报批评，我才意识到自己的这一行为是大错特错的，也深刻的进行了自我批判。

我做为中学生，年龄上还是个未成年，对于香烟这种东西，是不能碰的，而且我们天天在嘴边念叨：香烟有害健康，可是到自己的时候，这些东西都抛诸脑后，现在自己清醒了，也知道自己的行为是错误的，还花费了自己的大量的金钱和时间，因为这件事情还让自己的学习成绩都有所下降。我是真的感到自惭形秽，感到很自责。金钱上面，这些钱是父母辛苦赚来的，是给自己在学校里上学的时候的日常开支和吃饭的钱，不是为了给我买烟吸烟的，我对不起父母，对不起他们对我的期待和厚望。时间上面，我的注意力被大量的转移，上课的时候经常性的发呆，自己的成绩有所下滑，严重的影响到了自己的学习。我的行为给自己带来了这么大的影响，我是真的知道错了，也从意识形态上面反省了自己。

学生抽烟的这种行为也给其他的同学带来不好的影响，如果一处理不好，也会使一些好奇心旺盛的同学和管不住自己的同学，犯和我一样的类似的错误。所以我觉得很惭愧，我没有在正面上的事情起过领头的作用，却在不好的事情上面给了同学不好的印象。

我深深的为自己的行为感到抱歉，以后我也不会再犯这样的错误了，身上的烟我也全都上交给了老师，请老师能再给我一次机会，之后我会将精力都放在学习上面，认真学习，赶上学习的进度，我保证我一定会把学习成绩赶上来的，今后也不会再让老师操心和担心了。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年xx月xx日

**抽烟检讨书1篇七**

在星期三的课程结束后，我和班里的xx同学在走廊玩耍，看见四下无人，又觉得厕所正是高峰时刻，便在走廊吸起了烟。

之前我听到大人们说吸烟可以缓解疲劳，于是我就尝试地吸烟了，就到了现在这个情况。关于我的检讨和反省：首先我已经深刻地意识到了吸烟的危害性，首先香烟的组成成分之一是尼古丁、焦油，都是一种致癌物质，因此香烟极度危害人体健康。其次我还是一个未满18周岁的高中生，从法律意义上讲就没应该吸烟，这也是违反了法律法规的。再者我在学校吸烟更是错上加错，学校的规章制度明确表明学生不应该在学校学期期间打架、斗殴、酗酒、吸烟。但我却明知故犯，实在是非常不应该。

我知道，对于学生，不吸烟是一项最基本的责任，也是最基本的义务。但是我却连最基本的都没有做到。事后，我冷静的想了很久，我渐渐的认识到自己将要为自己的冲动付出代价了。老师反复教导言犹在耳,严肃认真的表情犹在眼前,我深为震撼,也已经深刻的认识到事已至此的重要性。如今,大错既成,我深深懊悔不已。深刻检讨,认为在本人的思想中已深藏了致命的错误:思想觉悟不高,本人对他人的尊重不够,以后我将对老师有更多的尊重、对重要事项重视严重不足。平时生活作风懒散,如果不是因为过于懒散也不至于如此。为了更好的认识错误，也是为了让老师你能够相信学生我能够真正的改正自己的错误，保证不再重犯!

“人非圣贤，孰能无过，知错能改，善莫大焉。”希望老师给我改过自新的机会。我向老师保证，我肯定不会在抽烟了。

本人做出以下保证：

1、坚决不在学校吸烟。

2、愿意接受同学的监督。

3、如果有吸烟行为愿意接受学校的一切处罚包括退学。

我向老师保证：以后绝对不会抽烟，请老师相信我。

**抽烟检讨书1篇八**

尊敬的领导：

您好!

前几天我在公司抽烟，被公司安全检查人员发现，现在我感到非常懊悔和羞愧，在此深刻的反省自己犯下的错误。

作为一名公司的员工，我的任务就是在公司好好工作，遵守这里的规章制度和纪律。平时领导就一再强调不让把烟带进公司里，公司也明文规定不允许在生产区域吸烟。可是我还是侥幸不被发现，如今我才感觉到我犯下的错误非常严重，感觉到自己对不起领导们对我的关爱!

现在，我冷静的想了很久，感到非常后悔，我已深刻的认识到事情的严重性。认识到如果不分场合，随手乱丢烟头，这是最容易引起火灾较常见的原因之一。

这次我违反了公司的纪律，侥幸没有发生火灾，但却给单位领导、给车间脸上抹了黑，使公司荣誉受到了严重影响，我现在懊悔不已!真心在此做出深刻检讨：愿意在以后的工作中，一定端正态度，改正抽烟的坏习惯，提高对自身的要求，加强自我约束，严格遵守厂里的纪律。

我会以这次违纪事件作为一面镜子时时检点自己，批评和教育自己，自觉接受监督。我要知羞而警醒，知羞而奋进，化羞为动力，以更加努力的工作来回报各级领导对我的关心和厚爱!

此致

敬礼!

xxx

20xx年xx月xx日

**抽烟检讨书1篇九**

尊敬的老师：

您好！

作为在校住宿的高中生自然应该遵守学校宿舍的相关规定才行，事实上抽烟这种行为对于任何年龄阶段的学生而言都是危害巨大的，也许沉浸其中的自己在被老师批评之前难以认识到抽烟的坏处，但是现如今对抽烟危害有所了解的自己还是感到有些愧疚，因此我想对自己在宿舍抽烟的事情进行深刻的检讨来企求老师的原谅。

首先我作为一名高中生应当明白抽烟对于自己的成长有着怎样的坏处，实际上处于高中阶段应当将精力放在学习上面才能有所成就，否则的话以学习压力当做借口来抽烟只会损坏我们学校诸多学生的良好形象，并且作为住宿学生应当在注重维护宿舍的良好环境才能更好地进行学习，否则的话因为抽烟而导致宿舍变得乌烟瘴气对于今后的成长来说是得不偿失的，此刻的我应该明白作为高中阶段的学习在自己的人生之中占据了多么重要的地位，将有限的时间用来进行抽烟这种毫无意义的事情又怎能有所作为？

其次我应该明白抽烟对于身处于同一屋檐下的室友而言有着多么恶劣的影响，长期处于烟雾缭绕的宿舍之中则会对室友的身心健康造成较大的污染，而且在我看来处于这样恶劣的环境之中将很难集中精力进行学习，因此我应该针对自己这段时间在宿舍抽烟的事情对室友们进行道歉，回想起自己这段时间在宿舍抽烟从而给室友们带来的困扰便感到内心十分愧疚，所以我应该利用接下来的时间戒除烟瘾并通过行动来挽回老师和同学们对自己的信任。

最后我应当端正态度并想办法保证今后不再做出抽烟的行为，毕竟作为学生应当维护学校的良好形象并在日常的学习生活中履行自己的职责，否则的话将学生原本的形象与抽烟挂钩起来则会在无形之间拉低学校的整体形象，如果因为自己抽烟的行为造成这种严重的后果则会让人感到悔之晚矣，因此在未酿成大错之前加以改正才是现阶段的自己应该去做的事情，面对眼前造成的错误应该从老师的批评之中吸取相应的教训才能端正态度，对我而言应当将摒弃抽烟的念头并将精力放在学习上才是正确的行为。

对我而言还是应该早做打算才不会让这次抽烟的行为影响到今后的人生，如果不想今后在悔恨之中度过的话就应该趁抽烟的行为没有酿成大错之前收手，而且经过老师批评之后的自己又怎能继续因为个人的错误从而影响到整个班级呢？所以经过这件事情之后我会牢记教训并保证今后不会在宿舍里面抽烟。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

**抽烟检讨书1篇十**

亲爱的xxx

你好！

还记得上次在你的要求之下我已经做过不会再抽烟的口头承诺了，但是我之前抽烟的做法明显是在违反了过去的承诺并令你的信任全部打了水漂，在你最初生气的时候我并没有将这件事情放在心上以至于造成了这样一个严重的后果，在这里我先向你说一声抱歉并企求你能够看在我认错态度还算诚恳的情况下原谅我这一次抽烟的行为。

我明白这么久以来你劝我戒烟也是为了我将来的身体健康着想，在最初的那几天我一直都在严格克制自己想要抽烟的念头保证不违反不在抽烟的承诺，但是你也应该明白当一个人的欲望得不到满足的时候总会忍不住和身边的朋友进行抱怨，后来便有一个游戏中的好友出了一个让我背着你偷偷抽烟的馊主意，当时的我并没有意识到这个陷阱是生活给我的诸多考验之一，总而言之我就这样在其他人的教唆与自制力低下的综合原因之下辜负了你对我的信任，虽然说我抽烟的的时候的确有种长久以来的期待得到满足的充实感，但是当我看到你在门边看着我抽烟的时候不免感到心虚和慌乱。

由于这次是我抽烟在先违反了以往的承诺导致此刻我的内心十分慌乱，说实话在当初发现你在门边看着我抽烟的时候真是令我惭愧到不知道应该怎么办才好，我真的十分害怕你会因为我抽烟而不再和我主动说话，而且现在你一言不发的样子已经令慌乱的我感到有些不知所措了，既有心想要上前向你解释自己这次吸烟的原因又不知道应该要从何说起，说到底还是因为抽烟导致的心虚让过去那个能够冷静面对一切的自己变得慌乱了。

在这里我也不再像过去那般只是做一些不再抽烟的空头承诺与保证了，在我写下这份检讨书之后将会交给你保管作为自己的证明与决心，只不过你这几天不说话的样子的确令我在担心至于感到手足无措，生怕自己抽烟的事情会导致你的心情会一直不愉快下去，其实我觉得你应该要经常笑才能够展现出自己最美的那个样子，所以还请不要在纠结于我这次抽烟的事情而感到不开心了好吗？

以后在生活中还请监督我是否有着任何做得不够好的地方并提出来，我一定会尊重你的意愿改正自己所有的错误并成为一个最为完美的人，这次我抽烟的事情只是我在成长道路中尚且不算成熟的一个表现，我觉得自己在以后的生活中一定会发挥自己最好的一面令你笑口常开。

此致

敬礼！

检讨人：xxx

20xx年x月x日

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找