

# 最新睡觉被抓检讨书(大全10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？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

## 睡觉被抓检讨书篇一

我怀着十二万分的愧疚以及十二万分的懊悔向你们写下这份检讨书，我为自己睡岗行为感到了深深地愧疚和不安，在此，我向各位领导做出深刻检讨：

通过这件事，我感到这虽然是一件偶然发生的事情，但同时也是长期以来对自己放松要求，工作作风涣散的必然结果。自己身为代班长，应该严以律己，对自己严格要求！然而自己却不能好好的约束自己，在工作时睡岗，给其他同事带来了恶劣的影响，不能起带头作用；虽然自己未能造成安全事故。可是，由于自己的失职，给公司带来了严重的安全隐患，如果发生事故，后果不堪设想~~~这也说明，我对自己的工作没有足够的责任心，也没有把自己的工作更加做好，更加走上新台阶的思想动力。在自己的思想中，仍就存在得过且过，混日子的应付思想。现在，我深深感到，这是一个非常危险的倾向，也是一个极其重要的苗头。

因此，这次发生的事使我不仅感到是自己的耻辱，更为重要的是我感到对不起领导对我的信任，愧对领导的关心。

同时，要诚心的谢谢领导，如果不是领导及时发现，并要求自己深刻反省，而放任自己继续放纵和发展，那么，后果是极其严重的，甚至都无法想象会发生怎样的工作失误。因此，通过件事，在深感痛心的同时，我也感到了幸运，感到了自己觉醒的及时，这在我今后的人生成长道路上，无疑是一次

关键的转折。所以，在此，我在向领导做出检讨的同时，也向你们表示发自内心的感谢。

发生这件事后，我知道无论怎样都不足以弥补自己的过错。因此，我不请求领导对我宽恕，无论领导怎样从严从重处分我，我都不会有任何意见。希望自己的错误，给其他同事敲响警钟，睡岗影响是恶劣的，后果是极其恶劣的。

同时，我请求领导再给我一次机会，在以后的工作中我会通过自己的行动来表达自己的觉醒，以加倍努力的工作来为我单位的工作做出积极的贡献，请领导相信我。

## 睡觉被抓检讨书篇二

尊敬的领导：

20\_\_年07月26日晚。本人在工作期间睡觉，今天我怀着愧疚和懊悔的心情写下这份检讨书，向您表示我对昨晚上班期间睡觉的. 这种不良行为的深刻认识以和不再偷懒睡觉。

早在我踏上工作岗位之初，领导就三申请五令，一再强调全体维护员不得在上班期间睡觉，但是我还是犯了错误。虽然我知道这种行为也是不对的，但是我还是做了，所以我觉得有必要而且也是应该向领导做出书这份面检讨，让自己深深的反省一下自己的错误。事情发生到今天这个地步，我应该感到抱歉，我认识到上班睡觉的严重性，我有责任也有错，作为一名维护员，我不逃避责任。如果有什么要我承担的，我愿意承担我所犯下的错误所带来的后果。

检讨人：

20\_\_年\_\_月\_\_日

## 睡觉被抓检讨书篇三

尊敬的单位领导：

您好！在此我怀着深刻懊悔心情递交检讨，深刻反省我开会期间打瞌睡的错误行为。

由于我平时就不太注意严格要求自身的工作纪律，没有形成遵守单位纪律的良好素质。在开会期间我不注意细节，不注意合理把握身体精力，加上长期的工作导致我患上了比较严重的失眠。以至于我经常由于工作过劳会在会议室打一会儿瞌睡。可是我深刻的知道，作为一名单位职员，自己身兼重责，承担着领导厚望、同事信任。无论如何我也不能犯下这样的错误，我这样打瞌睡的行为给单位抹了黑、让领导丢了脸，真是非常不应该的。

通过这个事情，在电视、网络等新闻媒体的舆论监督下，在各地单位领导的批评教育下，我深刻认识到自己作为单位一员，必须牢记职责义务，始终保持高度责任感，时时刻刻要为集体荣誉着想。

在此我恳求领导、同事、社会各界群众给我一次改过自新的机会。我相信，错误总是难免的，我不会一错再错。这次错误已经给我敲响了警钟，我一定痛改前非，努力工作，以实际行动改正错误，维护集体荣誉。

检讨人□xxx

20xx年xx月xx日

## 睡觉被抓检讨书篇四

尊敬的老师：

您好！

从自己成为一名学生之后，我们就应该懂得学习是作为学生最主要的任务，更是我们所应该去做的，所以我们应该更加的珍惜自己现在的学习时间，对自己现在宝贵的学习时间能够紧紧的把握住。但是今天我却放弃了自己的学习时间，更是在应该好好的学习的时候去做了其他的事情，在自习课上睡觉，我知道自己在自习课上睡觉是违反学校和班级的纪律的，但是自己今天还是犯下了这样的错误，我感到非常抱歉和后悔，我也已经意识到自己的错误了，也希望自己能够向您做出检讨。

自习课本身就是学校留给我们的自主安排的学习时间，也是希望我们能够在自习课的时候，将自己所缺失的部分弥补回来，对自己所不会的地方更好的弥补，更加巩固自己的学习，更是对自己认为的会出现错误的地方认真的去回顾和复习，保证在下次不会出现错误，所以很多时候，自习课比老师上课还要重要。之所以说是自习课，就是希望我们自己学习，所以更加需要我们做到足够的自觉和自律，更是应该抓紧自己的学习时间，对自己有问题的地方去尽量的弥补，所以我们应该懂得自习课对于我们的的重要性。家长将我们送到学校来学习，用他们的血汗钱给我们这么好的学习氛围和学习环境，我们更加应该懂得学习对于我们的的重要性，更加应该珍惜自己现在的宝贵的学习时间，不要因为自己的错误而去影响到自己的学习。我知道自己这次在自习课上面睡觉是一种非常错误的行为，不仅影响到了自己的学习，还给班机上的所有的同学都带了一个不好的头，我也因为自己睡觉，而浪费了一节课的宝贵的时间，这也是自己对自己的学习不负责任的表现，也辜负了老师和家长的期待，更是对家长将我们送到学校来的初心玷污了，我感到非常的后悔。

我也希望能够通过这个检讨书向您和家长做出深刻的检讨，我真的已经知道自己做错了，我在此向你们保证自己以后一定珍惜自己的学习时间，把握自己的一分一秒的学习时间，

绝对不会再发生这样的错误，也更加不会再一次的浪费自己的宝贵的时间，我一定会从自己的内心身处改变自己的思想，保证不让您和家长失望。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日

## 睡觉被抓检讨书篇五

尊敬的xxx□

今天，我怀着愧疚和懊悔给您写下这份检讨书，以向您表示我对早读不来睡懒觉这种不良行为的深刻认识及决心。

这是一次十分深刻的检查，我对于我这次犯的错误感到很惭愧，我真的不应该在早自习的时候睡懒觉，我不应该违背老师的规定，我们作为学生就应该完全的听从老师的话，而我这次没有很好的重视到老师讲的话。我感到很抱歉，我希望老师可以原谅我的错误，我这次的悔过真的很深刻。

不过，人总是会犯错误的，当然我知道也不能以此作为借口，我们还是要尽量的避免这样的错误发生，希望老师可以相信我的悔过之心。“人有失手，马有失蹄”。我的不良行为不是向老师的纪律进行挑战。绝对是失误，老师说的话很正确，就是想要犯错误也不应该再您的面前犯错误，我感到真的是很惭愧，怎么可以这么的。

相信老师看到我的这个态度也可以知道我对这次的事件有很深刻的悔过态度，我这样如此的重视这次的事件，希望老师

可以原谅我的错误，我可以向老师保证今后一定不会再在早自习时睡懒觉。

今天我真的是很深刻的认识到了我的错误，知道老师说的话就要听从，老师说的话也绝对会实现他的诺言，老师所要管的一定是为了我们学生好，所以我们不用挑战老师的纪律，我们还是学生，没有能力对老师说出来的话产生不听从的想法，我们学生唯一可以做的事情就是好好的听从老师的话，好好的学习好，让老师可以放心，让老师可以信任。

犯了这样的错误，对于家长对我的期望也是一种很大的打击，家长辛苦的赚钱，让我们孩子可以生活的好一点，让我们可以全身心的投入到学习当中，可是，我却违背了家长的心意，我犯了这样的错误，简直是对于家长心血的否定，我对此也感到很惭愧，家长的劳累是我们所不知道的，每天为了生存而忙碌，为了家庭而承受着巨大的压力，这一切的一切都是我们所不能够了解的，我们唯一可以做的就是做他们的乖孩子，听从家长的话，家长是我们最亲的人，也是我们在现在这个社会上最可以信任的人，所以我们就要尽量的避免家长生气，不给他们带来不必要的烦恼。而我们作为他们最亲的人也不能够惹他们生气，这个都是相互的，当我们伤害到他们的心时，也是对于自己心的伤害，因为我們是最亲的人。没有任何人可以取代。

这次的事件我真的感到抱歉，希望老师可以原谅我，可以认可我认错的态度，我真的已经深刻的反省到我的错误了，希望老师再给我知错就改的机会。也希望同学也要引以为戒，不要犯和我一样愚蠢的错误了，这次的教训真的很大很大。

检讨人□xxx

20xx年x月xx日

## 睡觉被抓检讨书篇六

尊敬的领导：

20xx年07月26日晚。本人在工作期间睡觉，今天我怀着愧疚和懊悔的心情给写下这份检讨书，向您表示我对昨晚上班期间睡觉的这种不良行为的深刻认识以和不再偷懒睡觉。

早在我踏上工作岗位之初，领导就三申请五令，一再强调全体维护员不得在上班期间睡觉，但是我还是犯了错误。虽然我知道这种行为也是不对的，但是我还是做了，所以我觉得有必要而且也是应该向领导做出书这份面检讨，让自己深深的反省一下自己的错误。事情发生到今天这个地步，我应该感到抱歉，我认识到上班睡觉的严重性，我有责任也有错，作为一名维护员，我不逃避责任。如果有什么要我承担的，我愿意承担我所犯下的错误所带来的后果。

检讨人：

20xx年xx月xx日

## 睡觉被抓检讨书篇七

亲爱的同学们，尊敬的老师：

我怀着无比沉痛无比悔恨的心情一遍遍地反思着我犯下的罪行。

山不在高，有仙则名。水不在深，有龙则灵。我的罪行，不认不行。

首先，容许我把我的过错一一阐述。

22号那天上午，学英语学的我困了，于是乎趴桌子上睡着了，

结果错误随之产生，我喝的水，忘记盖盖子，杯子敞开放着呢，后来纪委看到了并且拍照记录，反思800字也就避免不了。

当时我很是郁闷，不就没盖盖子吗，这小事也让我写反思，我真是一万个不乐意！很不耐烦的答应了纪委写反思。

不过后来呢，我意识到了杯子不盖盖子这件事的严重性，从小来说吧，万一我或者谁无意间把杯子碰倒，水撒在谁身上烫到人活着弄湿衣服这都不好，毕竟天还冷，生病怎么办。

另外，大家的学习用品，书呀手机呀，等东西，都在机房放着呢，水洒了，弄坏别人东西怎么办，别好意思让你赔，以为是同学，不让你赔吧心里也不舒服，毕竟自己东西坏了。这种难为情的事给谁都不想发生在自己身上，说的还是有道理吧。

还有，比较严重的，万一水洒了，地上都是电路，造成短路怎么办，机房200太机器，万一毁于一旦，我怎么负担的起，机器坏了，造成大家学习的无法进行，那我更是千古罪人了，害人害己，想想就可怕。

之前米老师都不允许带水杯进来，现在能带杯子进来已经很不错了，希望大家不要和我一样犯低级错误！

所以此后，我一定严格要求自己。我已经深刻的意识到自己的错误，对这件事作出最深刻的反思和最深刻的检讨。并保证以后不会发生这样的情况。

检讨人：

20xx年xx月xx日

## 睡觉被抓检讨书篇八

尊敬的学校老师：

关于晚上上完自习时候睡觉的事情，我感到非常后悔，对于自身所犯的错误感到深深的烦恼与内疚，特此检讨！

回顾错误，我当时由于感到学习听不进去，慢慢地就产生了倦意就爬在桌子上睡了起来。面对错误，这已经不是我第一次在课堂上睡觉了，我的上课睡觉行为给周围同学做了非常不好的范例，让周围同学受到了我的影响，同时我的行为还影响老师的教学心情，从而就严重地降低了老师的教学水平，进一步来说让全班同学都受到了我的不好影响。

面对错误，我感到愧疚。经过领导的批评以后，我更是认识到了自身错误的严重性。我屡教不改，经常违反学校纪律，充分说明我是一个不懂事的青年，没有意识到“遵守纪律，积极上进”才是一名青年学生的正途。而我这样上课睡觉，也充分暴露出我“怕懒得、不求学”的不好学习品行，我这样的品行倘若继续存在，在今后就很难立足社会，更是无法适应当今社会对于人才的要求。

总而言之，上课睡觉违反课堂纪律，就是一种违纪违规行为，我错了，我深深地感到了自责，今天班主任给我父母打电话以后，晚上我的心情也不好受。

在此，我向您保证：今后我一定要认清错误，彻底改正这个上课睡觉的坏毛病，即使听不进，我也努力看书，争取理解知识。

此致！

敬礼

XXX

20xx年xx月xx日

## 睡觉被抓检讨书篇九

尊敬的老师：

您好！

非常抱歉我在昨天的晚自习做出了上课睡觉这样违反规定的  
事情，让您失望了，对不起！作为您的学生，作为xxx班的一  
员，我本该在您的引导下在学习的道路上与同学们你争我赶  
才是，可是我在昨天的自习课上，却趁着老师你不在教室，  
就趴在了课桌上睡起了大觉，这实在是不可容忍的！作为一  
个学生，一个高中生！我们最重要的目的就是为了之后的高  
考做准备，为高考努力！多少的学长学姐都在感叹学习时间  
不够用，感叹要是能多那么几节课的时间，就能多拿下几分。  
可是如今的我，却将他们视若珍宝的时间随意的浪费，实在  
是可耻！

在昨天，您明明还有那么多的事情要忙，我看您的黑眼圈都  
熬出来了，可是却依然不忘在这么晚的时候还抽空来看看我  
们。可是迎来您的却不是整齐安静的学习教室，因为其中有  
我这么一个趴在桌上呼呼大睡破坏学习环境家伙在那里。  
您轻轻的走进教室，轻轻的将我摇醒，当我醒来想要惊呼的  
时候，您还制止了我，您带着我走到了办公室，才开口教导  
我的问题。但是现在的我早就已经羞愧不堪。您刚才在教室  
里的一举一动我都看在眼里，您现在连说教都是那么轻声细  
语，就是怕吵到那些正在自习的同学们。他们都在努力，而  
我不仅没在学习，还在教室里睡觉。这不仅打扰了同学们  
的学习，还导致同学们在看到我的时候容易产生倦意，因为  
我一个人的意志不坚定，导致一群同学受到了影响。有句话  
您教育的非常对：“为什么其他同学能学，你就不能呢？”我

也一直在一直反思着这句话，感到这是因为我的觉悟不够，我没有在思想上彻底改变自己，所以才导致我居然会做出在晚自习上睡觉的事情！

如果我继续这样放纵自己在学习上的懒惰，那现在的“为什么同学们都能学，你就不能？”到了将来，可能就会变成“为什么同学们都能上心仪的大学，你就不能？”这实在是非常可怕的后果。

在想清楚前因后果后，我彻底的知道了自己这种行为，不仅是对自己的不负责，对父母期盼的践踏。还是对其他同学的不尊重，让其他同学受到影响。十分对不起！

但是我会改变，我现在已经改变了之前那样混日子的想法，高中的学习是一条竞技之路，容不得没有竞争之心的人待在这条路上。我虽然现在有些落后，但我一定会在今后努力赶上的！还请老师监督。

此致

敬礼！

检讨人：

日期：

## 睡觉被抓检讨书篇十

您好！

我是xxx[]我真的是的遗憾，也非常的羞愧，这次在期间做出了这样的事情，我作为一名公司的员工，没有遵守公司的日常规章制度，没有做到一名员工，应该有的形象，这是我应该受到的批评，也是，我应该受到的处罚，上班期间睡觉是

非常恶劣的情况，也是悲伤，不好影响也非常不好，对我而言，这是非常耻辱，非常羞愧的我，一直都把的看得非常重要，一直都把自己的工作当做最重要的事情，而且在这个过程中，我一直都为了体现自己工作而努力，一直都在问，接下来工作而努力着，有一个认真细心的状态，是非常好的，我也非常期待自己在未来的生活当中不断的突破自己，也就这次上班睡觉的事情，我希望好好的反省自己一下。

我不希望自己这样的情况继续发挥下去，这样发展下去肯定是不好的，我也不希望自己能够在未来的工作当中遭受大家的一个我撤为我们公司的一名员工，一定要有好的工作素养，上班期间睡觉，这种情况肯定是不被允许的，也是非常恶劣的，有些时候一定要用自己正确的眼光去看待这些，要用自己一个好的心态去对待它，不能够忽视，有了错误就要积极的，就这样用一个正确的眼光去现，不能说别人说什么就是什么？我更加希望自己身边的人怎么去看待，所以在工作当中我也做了一个不好的头，就是因为有这件事情，我需要好好的纠正自己，我也希望大家能够给我这个机会，希望公司的每一位同事都不向我学习，都不像我这样去潍坊公司的制度上班，期间睡觉肯定是非常恶劣的，也是影响很不好，影响自己的形象，同时也影响了公司的一个整体形象。

当时在睡觉的时候，周边还有一位领导在看着我，我当时简直就羞愧死了，我不知道自己为什么会那样子，也不知道为什么，一下子就在上班的时候睡觉了，就是非常恶劣的，也不也是一个影响很不好的的事情，造成了非常深刻的影响，现在我也一直都在强调这一点，我一直都在把这些东西往好的方面去想，去发展，用自己一个乐观的心态去对待，让自己一个乐观的态度去否定，肯定是没有道理的，我会用自己的行动证明接下来的工作，接下来的生活当中，一定好好的去发现自己，总而言之，上班期间睡觉就是我的不对，上班，今天睡觉肯定是不应该发生在我的身上的，也不应该继续有发酵的情况，以后的工作当中，我一定会记住这次的事情，给自己一个教训，给自己一个警示，警醒起来及时的弥补自

己身上的一些错误，希望你能给我这么一个机会，我一定会好好珍惜的，我也一定会反省自己。

此致

敬礼！

检讨人□xxx

20xx年x月x日