

2023年抽烟喝酒思想汇报(通用5篇)

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。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，我们一起来看看吧。

抽烟喝酒思想汇报篇一

尊敬的领导：

今天，我怀着无比的愧疚与懊悔写下这份检讨书。向你表示我对不尊重单位于工作期间饮酒的情况的深恶痛绝和决不再犯的决心。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这份书面检讨，让我自己深深的反省一下自己的错误。

对不起，领导！我犯的是一个严重的原则性的问题。我知道，领导对于我的工作期间饮酒也非常的生气。我也知道，对于员工，遵守单位规章制度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。领导反复教导言犹在耳，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。

早在我刚踏进这个单位的时候，您就已经三令五申，一再强调，全体员工，不得因私事影响工作，不得工作期间饮酒。其时，领导反复教导言犹在耳，严肃认真的表情犹在眼前，我深为震撼，也已经深刻认识到此事的重要性，于是我一再告诉自己要把此事当成头等大事来抓，不能辜负领导对我们的一片苦心。

在过去的时候我认真的贯彻领导您的教导，严格律己。

但是两年过去后，一种也惰性开始在我身上蔓延了。这次因为一些私人原因，所以我开始对自己的要求降低了，人也开始松散了，有时候还会偶尔小喝两口。思想觉悟不高，本人对他人的尊重不够，对领导不够尊重。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。甚至这次我在上班期间饮酒，以至领导因为我的情况而担心单位的安全情况。

这次我在上班期间饮酒，本来是为了饮酒暖一下身子值班时间比较暖和没有想到后果。领导，我错了，您原谅我吧。对于我上班饮酒的事情，所造成的严重后果如下：

- 1、让领导您担心我的工作质量。本应以最精神状态出现的我未能按要求出现，试问怎么不会让平时十分关心爱护每一个同事及单位安全的领导担心。而这样的担心很可能让领导整天工作分心，造成更为严重的后果。
- 2、在同事中间造成了不良的影响。由于我一个人对单位规定的冒犯，有可能造成别的同事的效仿，影响单位纪律性，也是对别的同事的不负责。作为一个保安，我这样做的影响将很大。
- 3、影响个人综合水平的提高，使自身在本能提高的条件下未能得到提高，违背单位及领导的意愿，实乃不忠。

检讨人：

x年xx月xx日

抽烟喝酒思想汇报篇二

尊敬的学校领导：

对不起，我深深得知道错了。我私自携带香烟到学校来抽烟，不仅违反了学校纪律，而且也在潜移默化之中给身边的同学造成了不良影响与负面形象，损害了我们这所现代化高档学府的良好形象。

身为一名小学生，法律就明确规定未成年人不能吸烟，而我吸烟了，这就非常得说明问题，说明在我身上存在着违反法律道德的苗头。不尽如此，学校领导多次在学校品德教育广播当中严肃要求我们同学要严守行为准则纪律，注重文明礼仪规范，其中就明确强调我们学生不可以吸烟喝酒。可是我连这样基本的礼仪规范都没做好，我实在是太不应该了。

现如今错误发生了，学校领导的严肃批评与班主任老师的失望难过，在我心中交织成为一张压力大网，让我的心情陷入低谷。我对于自身所犯错误感到无比的懊悔与愧疚，因为我知道曾经的自己并不是这样的。曾经的我是一名品学兼优的好学生，小阶段我不仅学习好，而且品德也达标，不然也不可能被学校评为三号了。我本应该好好学习，继续保持良好状态。可是我却没有能够抵御住大都会里的霓虹灯彩与酒醉金迷。从此染上了吸烟的恶习，并且也开始荒废了学业。

正所谓“功勋铸千古，毁灭在一时”，我从小学以来辛辛苦苦、认认真真塑造得美好品行，没有想到就在如此短暂的一年里给毁了。每每想到这个，我的内心就无比悲痛，无比伤心。学校里我又结识了跟我同样遭遇的几个同学，原本以为可以互相扶持、共同进步，没有想到他们也是无助与迷茫，共同进步成为了一种奢求与祈盼。眼下，政治处吴老师果断得调查了我，严肃得批判了我，深刻得打骂了我，让我这样一头迷途的羔羊重新发现了回家的曙光。尽管当我在政治处被吴老师批判的时候显出叛逆的情绪，可是我的内心深处已经开始感激他了。

吸烟有害健康，长期吸烟会让我们的肺部变成尼古丁与焦油的垃圾场。同学们，吸烟并不会让你显得多帅或是多性感，

吸烟只会让你在学校除了餐饮零食之外多承受巨额的费用开销，并且会让你与真正求知上进的同学疏远。啊！多么痛的领悟。吸烟是多么的愚蠢，多么的无知，多么的可悲。啊！如果上天能够给我再一次机会，我会断然得朝那第一次给我递来香烟的同学脸上吐唾沫，狠狠得恶骂他。啊！时光一去不复返，岁月一走不回头，眼下我能够做的就是好好改正错误，坚决端正态度，彻底抛弃香烟。把主要精力放在学习上，要好好得弥补这一年多来我在学习上损失的知识。

最后，我要向全体同学表达歉意，向那些受我不良影响过的同学表达我最真诚的愧疚。政治处吴老师，谢谢您，感谢您对我的批评，感谢您拯救了我。

检讨人：

时间：

抽烟喝酒思想汇报篇三

1、大家应该都知道抽烟喝酒是一种不良的生活习惯，但是有很多人由于需要应酬，还有解压的原因，往往会烟酒不离的。而长期的烟酒不离，对身体会带来比较大的危害。那么若一个人不抽烟不喝酒，能活多久呢？下面看看医生是对这个事怎么分析的！

2、凡事都要有个度，虽说我们身体有一定的承受以及自净能力，但也是有忍耐度的！就像说，喝开水会损伤胃、食管粘膜，会增加罹患癌症的风险，我们就选择不喝开水或者不喝开水就一定能躲避胃食管相关癌症。说的就是这个道理，不去抽烟喝酒最好，如果躲避不了或无奈选择也请控制量！

4、如果不出意外的话这部分人几乎都会长寿，其次情续也是决定寿命的因素之尤其是年轻人更应该对自己的个人生活有所节制，要懂得控制自己的情绪只有开心才会更好。正所谓

心态好，身体才会保持健康。

5、身体好的人一般体重控制得都比较好

6、如果是因为穷，那他是无能的男人；如果是因为身体不允许，那他是被逼无奈的男人；如果是怕化钱吝啬而放弃这些兴趣爱好，那他是一个无情趣的男人；如果是因为工作而无时间或不能做，那他是一个让人敬佩的男人。

7、医疗条件，现在经济得到了飞速的发展，各大医院的医疗得到了良好的改善，所以更加有助于提高一个人的寿命，在古代，医疗条件相对较差，所以他们的寿命会相对较短，而现在完备的医疗条件，可以更好的延长大家寿命。

8、少喝酒多吃菜，不然吃了还得吐出来。

10、比抽烟喝酒更重要的因素是生活环境，也就是日常生活习惯，主要包括饮食和作息，饮食也包括食材的选择和营养的搭配。通过近几年的年龄对比发现，中国人的平均寿命比日本人少7岁左右，这与我们国家偏爱重盐、重油、辛辣等食物有关。作息主要是指每天的睡眠时间。正常情况下，我们每天需要8小时的睡眠来恢复精力。但是很多人的睡眠时间因为各种原因不断减少，直接导致健康受损，影响寿命。

11、你孤身一人生活，应该对自己好一点。按时吃饭，少喝酒，别老自暴自弃。

12、其实日常生活中许多百岁老人都具有一定的共同点，如：

13、个人对戒掉某种物品的概念，就是能够合理的控制自己对这一物品的欲望，而不是无休止的被某一物品去控制，只要能够达到这种目的，在我心中就已经算是戒掉了某种物品。而在戒烟这一方面也是这个样子，如果说我们能够达到，能够控制住自己对于烟的向往，那么我们戒烟就算是成功了。

但如果说你自己憋着半年不吸，过了半年以后又开始肆无忌惮的放肆的抽了起来，那这完全不叫作戒烟。

14、如果拿不会吸烟不会交际得不到朋友为理由，应该是歪理学说。根据有关社会组织对吸烟人数调查提供的数据，如今周围吸烟的人已经与十年前有了较大的减少，据我观察也是这样，我也是吸过三十多年烟的老烟民已经成功戒了五年，吸烟时与戒烟后并没有发现，自己在交际和处理人际关系上有啥变化，就是真心的奉劝那些不吸烟的人，不要因处理人际关系为由染上吸烟这种恶习，吸烟影响了自己身体健康，也会在吸烟过程中带来严重的不方便，比如乘飞机、高铁、长途汽车旅行时。

15、心情的好坏决定一切。俗话说黄泉路上无老少疾病，不分年龄大小，其实在这之前就有很多的事实案例在我们身边时刻发生着，曾经有一位25岁的工程师英年早逝的新闻，这位工程师既不抽烟也不喝酒，平时生活作息也比较规律，但是由于他受到的工作压力非常的大，经常性的加班熬夜，过度的使用自己的身体资源造成枯竭，结果出现了心梗，心肌炎，和高血压等等一些常见的疾病都会体现在年轻人的身上，因此寿命的长短和心情的好坏有着重大的关系。

16、吸烟的时分肺部也是一样的，每天经手烟雾的熏，又不能清算肯定会呈现问题的，为什么很多人吸烟喝酒最后也没有出问题，那是一个个体，我们不能拿个体对总体。

18、虽然说不抽烟不喝酒更有助于健康长寿，但是并不是只要能做到不抽烟不喝酒就一定会长寿。日常生活中有许多因素都会决定一个人的寿命，如：饮食习惯、生活作息等等。

抽烟喝酒思想汇报篇四

1、只对一个女生好的男生叫暖男，对所有女生好的男生叫热狗。

2、那些但凡死缠烂打的人，大都不是真的深爱你。多少浅浅淡淡的转身，是旁人看不懂的情深。

3、确定一定以及肯定，我已经爱上你。

4、不要说不在乎，那不过是掩饰。真正的不在乎，是什么也不说，就这样让在脸上、在时间上！

5、放我一人在深海底五脏六腑被水压破到疼得窒息表情因极度痛苦而狰狞扭曲。

6、不喜欢就是不喜欢付出越多越感觉恶心。

7、女生永远不懂，吵架后，女生需要时间来消气，这段时间是男生最难熬的时光，却还逞强地说：“没关系，时间我可以给你”！

8、我爱过烈酒如今饮着白开水也觉得温柔

9、对于出轨的男人，如果真的离不开他，就给他一次机会，记住仅此一次，否则毫不犹豫离开他。

10、此时今日：所有的和尚为你蓄发，所有的总统给你电话，所有的帅哥给你送花，所有的男人为你变成傻瓜。节日快乐！

11、不要怪城市黑暗，成王败寇是规则！

12、在彻底没有指望的时候，在永远没有结果的时候，一定要懂得放弃。如果它流动，就让它悄悄溜走；如果它汹涌，就让它静静干涸；如果它生长，就让它慢慢凋零。学会放弃，在落泪以前转身离去，让生活有个轻松开始；学会放弃，从此不再提起，将曾经埋在心底；学会放弃，保持一份恬淡和泰然，生活会更容易。

抽烟喝酒思想汇报篇五

尊敬的学校领导：

我在学校出现旷课、抽烟的错误，严重地违反了学校纪律，触犯了班级规章制度，同时又给周围同学树立了不良范例。我为此错误感到后悔、愧疚，在此检讨，希望老师、同学们能够原谅我。

回顾我的错误过程，我从去年6月份就开始在学校抽烟了，而且思想上出现了一些叛逆的情绪，不用心读书，总是一副游手好闲的姿态。当时我还参与了很多不良行为，随着错误一步步的积累，导致最终我的错误已经很严重了。

这次我错误严重遭到了学校批评，我觉得造成我错误的原因，归根结底还是我心里没有一分积极阳光的心态，片面地以为读书好坏是不影响前途的。可以说我这样的思想是很幼稚的，诚然学习成绩不能够直接反应未来前途发展，可是否拥有一份认真学习的态度就关系很大了。而我不但不认真学习，还沾染了旷课、抽烟的恶习，这实在是会严重影响我的未来啊。为此，我感到后悔伤心难过。幸亏老师您批评教育了我，我决心好好改正错误。

最后，我向老师提出保证：今后我一定要好好地对待学业，认真读好书，不再触碰抽烟这类恶习了。

检讨人：

时间：