

LA FORMA RIFLESSIVA

1 Coniuga i verbi tra parentesi.

indicativo presente	indicativo passato prossimo
1. tu _____ (svegliarsi)	11. io _____ (avvicinarsi)
2. lui _____ (lavarsi)	12. lei _____ (allontanarsi)
3. voi _____ (vestirsi)	13. noi _____ (salutarsi)
4. tu _____ (alzarsi)	14. loro _____ (sbagliarsi)
5. io _____ (girarsi)	15. tu _____ (addormentarsi)
6. noi _____ (pettinarsi)	16. voi _____ (nascondersi)
7. voi _____ (asciugarsi)	17. noi _____ (abituarsi)
8. loro _____ (voltarsi)	18. lui _____ (informarsi)
9. tu _____ (spaventarsi)	19. loro _____ (difendersi)
10. lei _____ (sedersi)	20. io _____ (salvarsi)

Forma riflessiva

2 a) Riscrivi le frasi con il verbo al plurale (io-noi, tu-voi, lei/lui-
loro). Poi svolgi l'esercizio b).

Si fa la barba. _____

Ti togli la giacca. _____

Mi spiego male. _____

Non mi ricordo. _____

Si sente male. _____

Mi fermo all'incrocio. _____

Ti stupisci ancora? _____

Si impegna sempre. _____

Non ti vergogni? _____

Mi congratulo con te. _____

b) Riscrivi le frasi con il verbo al singolare (noi-io, voi-tu, loro-
lei/lui).

Si rivolgono al medico. _____

Vi fate male! _____

Ci rechiamo a Parigi. _____

Vi riposare al mare. _____

Si mettono in fila. _____

Non vi accorgete di nulla. _____

Forma riflessiva

Si innamorano spesso. _____

Ci occupiamo di arte. _____

Si innervosiscono subito. _____

Ci rilassiamo in spiaggia. _____

Vedi PRONOME PERSONALE, Pronomi riflessivi

3 Completa con i pronomi: mi, ti, si, ci, vi, si.

1. Roberto arriva in ritardo e _____ scusa.
2. Oggi è domenica e _____ alziamo più tardi del solito.
3. Come _____ rilassate la sera dopo una lunga giornata di lavoro?
4. Roberto è primo ballerino della scala e _____ è esibito davanti alla regina Elisabetta d'Inghilterra e a papa Giovanni.
5. _____ commuovo sempre quando guardo un film romantico.
6. Domenico _____ prepara per l'interrogazione di storia.
7. Maurizio e Roberto sono gemelli e da bambini _____ vestivano sempre allo stesso modo.
8. Ogni mattina _____ fermate a chiacchierare davanti al portone della scuola.
9. _____ immagini come sarà contenta la nonna di vederti?

Forma riflessiva

10. Anna e Francesco _____ amano alla follia.
11. _____ cambio e _____ trucco perché ho un appuntamento.
12. Davvero _____ trovi bene nella nuova casa?
13. L'insegnante ha sgridato Zeno e Ada perché durante il compito _____ giravano continuamente.
14. Mario ed io _____ sentiamo tutte le sere e _____ raccontiamo tutte le novità.

4 Completa il testo con le voci verbali date.

*baciarsi ci siamo incontrati Ci siamo parlati ci siamo piaciuti
Ci siamo scambiati ci siamo visti si risolvano si sarebbe
comportato innamorarsi*

Due mesi fa ho conosciuto un ragazzo stupendo su Meetic.
_____ per ore, tramite MSN,
Messenger e telefono. _____ le
foto e _____ molto
reciprocamente. Una settimana fa
_____. Quando
_____, mi ha detto che forse
dobbiamo restare solo amici perché lui non è ancora sicuro di volere
una storia con me. Ha detto che gli piaccio molto e potrebbe

Forma riflessiva

_____ di me ed eravamo sul punto di _____. Poi però ha aggiunto che lui potrebbe essere la persona sbagliata per me. Penso che, se non gli piacesse, _____ in maniera molto diversa. Forse ha dei problemi. Sono parecchio confusa. Cosa dovrei fare? Devo aspettare che questi problemi _____ da soli?

5 a) Completa le frasi con l'indicativo presente dei verbi dati all'infinito. Poi svolgi l'esercizio b).

*agitarsi annoiarsi comportarsi curarsi dilungarsi divertirsi
isciversi muoversi perdersi sdraiarsi tagliarsi travestirsi*

1. (Io) _____ a un corso di ballo.
2. Tu e Mina talvolta _____ male.
3. Piero _____ spesso nelle sue fantasie.
4. (Io) _____ un mondo alla festa.
5. Il relatore _____ troppo e il pubblico _____.
6. Gli alunni _____ prima dell'esame.

Forma riflessiva

7. (Tu) _____ al sole e non
_____ più.

8. Luisa _____ i capelli da sola.

9. Le bambine, per la festa in maschera,
_____ da aliene.

10. _____ seguendo le indicazioni del nostro
medico.

b) Metti le frasi precedenti al passato prossimo.

1.

2.

3.

4.

Forma riflessiva

5.

6.

7.

8.

9.

10.

Forma riflessiva

6 a) Completa le frasi con l'indicativo imperfetto dei verbi dati. Poi svolgi l'esercizio b).

abbronzarsi esprimersi incantarsi lamentarsi mettersi

preoccuparsi rendersi conto ribellarsi sbagliarsi trasferirsi

1. Renata e Pia _____ con forza alle ingiustizie.

2. I vicini _____ spesso del chiasso fatto dai bambini.

3. Luisa _____ nel giudicare così duramente i suoi amici.

4. _____ che le mie parole non erano gentili.

5. (Tu) _____ in modo chiaro pur essendo straniero.

6. _____ per lo stato di salute di nostro figlio.

7. È vero che tu e Oriana in estate _____ in Sardegna?

8. Tu e io _____ a ridere ascoltando le avventure amorose di Leo.

Forma riflessiva

9. Spesso (io) _____ ammirando lo spettacolo della natura.

10. Con la tua pelle chiara, non _____ mai, neanche dopo molte ore al sole.

b) Metti le frasi precedenti al trapassato prossimo.

1.

2.

3.

4.

5.

Forma riflessiva

6.

7.

8.

9.

10.

7 Riscrivi la frase usando il verbo riflessivo corrispondente. Fai attenzione all'ausiliare.

1. Carla ha conosciuto Gianni a una festa. Carla e Gianni
_____ a una festa.

Forma riflessiva

2. Michela ha salutato la signora Rossi. Michela e la signora
Rossi _____.
3. Sembra che Franco abbia lasciato Elsa. Sembra che Franco e
Elsa _____.
4. Tobia ama Laura e Laura ama Tobia. Tobia e Laura
_____.
5. Max e Lea hanno incontrato Mirta al mare. Max, Lea e Mirta
_____ al mare.
6. Hai comprato il libro che vuoi leggere?
_____ il libro che vuoi
leggere?
7. Ogni mattina preparo la colazione. Ogni mattina
_____ la colazione.
8. Avendo sete bevono una birra. Avendo sete
_____ una birra.
9. I ragazzi hanno cucinato gli spaghetti. I ragazzi
_____ gli spaghetti.
10. Paola ha cucito il suo abito da sposa. Paola
_____ l'abito da sposa.

Forma riflessiva

8 Leggi i testi, sottolinea i verbi riflessivi e, dopo ogni testo, completa la tabella.

1. Per me svegliarsi la mattina è sempre più faticoso perché quando mi alzo, mi sento ancora stanco. Di solito bevo un po' di latte, mi lavo, mi vesto e vado a scuola. Poi la sera devo andare a letto presto, altrimenti la mattina non mi sveglio in orario e arrivo tardi a scuola. Insomma è una vera fatica ed io non riesco proprio ad abituarci. Intanto mia madre urla: "Sbrigati! Svegliati!"

verbo riflessivo	modo e tempo	infinito
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____
3. _____	_____	_____
4. _____	_____	_____
5. _____	_____	_____
6. _____	_____	_____
7. _____	_____	_____
8. _____	_____	_____
9. _____	_____	_____

Forma riflessiva

2. Avete mai pensato a un posto in cui vi trasferireste senza esitazioni?

Un posto che vi piaccia e vi affascini? Io mi stabilirei in Alto Adige: mi piacciono i luoghi, la natura, le tradizioni e la cucina.

verbo riflessivo	modo e tempo	Infinito
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____

3. Mi chiamo Giorgio. Per sei mesi ho frequentato la scuola negli Stati Uniti e mi sono trovato bene, anche se devo dire che all'inizio ho avuto qualche difficoltà ad ambientarmi. Mi sono iscritto in marzo e sono partito a fine agosto, destinazione Maine. Rientrare è stata dura, proprio perché sono stato bene, mi sono divertito, ho imparato cose nuove a scuola e non volevo separarmi dai miei nuovi amici. È stata un'esperienza di cui non mi dimenticherò mai.

verbo riflessivo	modo e tempo	infinito
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____
3. _____	_____	_____
4. _____	_____	_____
5. _____	_____	_____
6. _____	_____	_____
7. _____	_____	_____

Forma riflessiva

4. La mia migliore amica è partita e io mi sento sola, sono veramente disperata. In famiglia non mi capiscono e mi dicono che non mi devo preoccupare, che mi devo distrarre e con il tempo mi abituerò.

verbo riflessivo	modo e tempo	infinito
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____
3. _____	_____	_____
4. _____	_____	_____

5. Luisa e Petra erano due compagne di scuola. Si sono diplomate insieme, ma dopo il diploma si sono perse di vista. Sette anni più tardi con Facebook si sono ritrovate e fra una chiacchiera e l'altra hanno scoperto di essersi sposate nello stesso anno e di avere entrambe due bambini.

verbo riflessivo	modo e tempo	infinito
1. _____	_____	_____
2. _____	_____	_____
3. _____	_____	_____
4. _____	_____	_____

I VERBI RIFLESSIVI CON I VERBI MODALI

9 a) Riscrivi le frasi mettendo il **pronome riflessivo** prima del **verbo modale**. Poi svolgi l'esercizio b).

1. Non dovete preoccuparvi, sicuramente riuscirete a finire il lavoro.

2. Per fortuna domani è domenica e potremo rilassarci!

3. Se segui la ricetta, non puoi sbagliarti.

4. Mio figlio non voleva alzarsi, anche se era già molto tardi.

5. Secondo te posso mettermi i jeans per andare a teatro?

Forma riflessiva

b) Riscrivi la frase unendo il pronome riflessivo al verbo principale.

1. Se vuole aspettare, si può accomodare in sala d'aspetto.

2. Se adesso ti vuoi riposare, ci possiamo vedere domani.

3. Ti potresti interessare di più dei tuoi affari!

4. Mi hanno detto che tu e Diana vi volete sposare.

5. Marco si dovrebbe ritirare dalla gara perché ha male a un ginocchio.

Forma riflessiva

10 a) Riscrivi le frasi unendo il **pronome riflessivo** al verbo principale. Ricorda di cambiare il verbo **ausiliare**. Poi svolgi l'esercizio b).

1. Nello e Giorgio si sarebbero dovuti incontrare al parco, ma Nello non c'era.

2. Mia figlia si sarebbe voluta laureare in marzo, ma non è riuscita a finire la tesi.

3. Ci saremmo voluti fermare qualche giorno di più, ma non è stato possibile.

4. Sono allergica alle lenti a contatto e così mi sono dovuto rassegnare a portare gli occhiali.

Forma riflessiva

5. Mauro si è dovuto vestire in fretta per arrivare puntuale all'appuntamento.

b) riscrivi le frasi mettendo il pronome riflessivo davanti al verbo.
Ricorda di cambiare il verbo ausiliare.

1. Se avesse voluto scusarsi, Monica lo avrebbe già fatto.

2. Hanno dovuto affrettarsi perché il treno stava per partire.

3. Le mie amiche avrebbero dovuto ricordarsi che oggi è il mio compleanno!

4. Non capisco come abbiate potuto sbagliarvi, dato che le indicazioni erano precise.

Forma riflessiva

5. Avresti dovuto informarti meglio prima di comprare un'auto usata.

Vedi VERBIMODALI

VERBI RIFLESSIVI E MODI INDEFINITI

11 Completa le frasi con l'infinito presente o passato dei verbi tra parentesi. Fai attenzione al pronome e alla concordanza con il soggetto.

1. Un uomo ha chiamato il Comando dei Vigili del Fuoco dichiarando di _____ (perdersi) nel bosco.

2. Ada era così stanca che, dopo _____ (sdraiarsi), si è subito addormentata.

3. Se paghi con il bollettino di conto corrente postale, per _____ (iscriversi) devi _____ (presentarsi) in segreteria con la ricevuta del versamento.

4. Avevamo molte cose da _____ (dirsi) ma, non avendo tempo, decidemmo di _____ (rivedersi) il giorno dopo.

5. Ringrazio le mie amiche per _____ (ricordarsi) di me e avermi spedito una cartolina.

6. Bambini, usate solo le forbici con la punta arrotondata, altrimenti rischiate di _____ (farsi) male.

Forma riflessiva

7. Fulvio mi disse: “Non mi sento tanto bene e temo di _____ (prendersi) l’influenza”.

12 Completa le frasi con il **participio passato** dei verbi tra parentesi. Fai attenzione al **pronome** e alla **concordanza** con il soggetto.

1. _____ (stancarsi) di aspettare Luigi che non arrivava, Maria andò al cinema da sola.

2. _____ (accorgersi) dell’errore, ho corretto il testo.

3. _____ (conoscersi) in giovanissima età, Giovanni e Anna hanno già cinque figli.

4. _____ (svegliarsi) più tardi del solito, questa mattina Elio non ha fatto colazione.

5. _____ (cambiarsi) gli abiti di casa e _____ (mettersi) qualcosa di più appropriato, Elena è uscita a cena con il fidanzato.

6. Il film racconta le avventure di tre ragazze che, _____ (incontrarsi) per caso in treno, decidono di trascorrere insieme le vacanze.

Forma riflessiva

13 Completa le frasi con il gerundio presente o passato dei verbi tra parentesi. Fai attenzione al pronome e alla concordanza con il soggetto.

1. _____ (rompersi) un braccio mentre sciava, Romina non riesce a scrivere.
2. Non _____ (presentarsi) all'esame orale, gli studenti dovranno ripetere l'esame scritto.
3. Ci siamo salutati _____ (abbracciarsi).
4. _____ (svegliarsi) sempre tardi, non arrivi mai puntuale a scuola.
5. _____ (impegnarsi) al massimo, potresti riuscire a consegnare il compito in tempo.
6. Tu e Adriana, _____ (parlarsi) con sincerità, potrete trovare un accordo.
7. _____ (agitarsi), non sono riuscita a rispondere bene durante l'interrogazione.
8. Non _____ (fermarsi) all'incrocio, Romeo ha provocato un incidente.

Forma riflessiva

9. Potete ottenere tutte le informazioni,
_____ (rivolgersi) alla segreteria della
scuola.

10. Cerca di restare calmo perché _____
(arrabbiarsi) non risolti nulla.

Vedi PRONOME PERSONALE, Posizione dei pronomi personali
atoni con i modi indefiniti

14 Completa il testo con i verbi elencati, coniugati nel modo e nel
tempo richiesti dal senso.

*abituarsi, allenarsi, alzarsi, alzarsi, alzarsi, alzarsi, alzarsi,
alzarsi, chiedersi, emozionarsi, lavarsi, mettersi, pettinarsi, perdersi,
prepararsi, prepararsi, rilassarsi, sentirsi, vestirsi*

Buoni motivi per alzarsi presto e buoni consigli per riuscirci
_____ ogni mattina molto presto e i miei
amici _____ per quale motivo lo faccia,
visto che potrei rimanere a poltrire a letto molto più a lungo.

Forma riflessiva

_____ presto mi consente di fare tutto con
più calma: _____,
_____, _____ e
_____ tranquillamente.

_____ presto per me è fondamentale per
stare bene tutto il giorno.

Chi _____ tardi
_____ una delle grandi meraviglie della
natura: il sorgere del sole. Io _____ ogni
giorno ammirando quei colori incantevoli che mi trasmettono
felicità e voglia di vivere.

_____ presto, ho tutto il tempo per
_____ e gustare un'ottima colazione. Ho
anche il tempo per fare un po' di sport. Per molti fare sport dopo il
lavoro è il modo migliore per _____, ma io
ho scoperto che, se _____ il mattino,
_____ molto meglio.

Infine, se ci _____ ad
_____ presto al mattino, diviene molto più
semplice arrivare puntuali agli appuntamenti. Se riesci ad
_____ presto e a

Forma riflessiva

_____ in strada per andare a lavoro di buon'ora, avrai la piacevole sorpresa di trovare le strade libere.

(www.vivizen.com)

15 Completa le frasi con la forma impersonale dei verbi tra parentesi. Coniuga i verbi all'indicativo nel tempo indicato.

- | | |
|--|----------|
| 1. Questo è un Forum, una piazza aperta a tutti, dove _____ (informarsi) e _____ (divertirsi). | presente |
| 2. Sono timido, ho conosciuto una ragazza che mi piace e ora _____ mi chiedo: "Come _____ (comportarsi) con una ragazza?". | presente |
| 3. È di moda organizzare concerti nel salotto di casa, dove _____ (incontrarsi) per ascoltare buona musica. | passato |
| 4. Lidia pensa che si possa restare amici dopo essersi lasciati, ma che dipenda da tanti fattori, come ad esempio _____ il modo _____ con _____ il quale _____ | prossimo |
| | presente |
| | trapass. |
| | prossimo |

Forma riflessiva

- _____ (lasciarsi).
5. Siamo a fine marzo e trapass.
_____ (aspettarsi) che prossimo
inizi la primavera, invece fa ancora freddo.
6. È difficile accettare la morte di un animale domestico passato
che ha vissuto con noi tanti anni e al quale prossimo
_____ (affezionarsi).
7. Può succedere che un esame non vada bene anche se
_____ (prepararsi) con passato
cura, studiando a lungo. prossimo
8. Fare ginnastica il mattino, dopo che
_____ (alzarsi), fa bene passato
come fa bene farla in altri momenti della giornata. prossimo
9. Quando si mettono dei dati sul web, bisogna ricordare
che continuano a essere potenzialmente disponibili
anche dopo che _____
(cancellarsi) da un social network.
10. Quando _____
(abituarsi) a vivere da soli, è poi difficile abituarsi a
vivere con altre persone.

Forma riflessiva

16 Completa il testo con le voci verbali date.

ci si fa Ci si stende concedersi riprendersi si addormentano

Sturatevi bene le orecchie

Mezz'ora di pulizia DOC a 20 euro. A Tokyo esplose la moda (anti-stress) del *mimikaki*.

Per _____ dallo stress, è sempre più di moda tra i giapponesi _____ una mezz'ora di pulizia delle orecchie. A Tokyo e nelle altre città nipponiche sono ormai centinaia gli istituti di bellezza o i chioschi di strada che offrono quest'unico servizio: la lotta al cerume. _____, si poggia la testa in grembo alla pulitrice in kimono e _____ pulire l'orecchio con il *mimikaki*, una stanghetta di bambù con una paletta e un batuffolo di cotone alle due estremità. Le sedute durano 30 minuti e costano poco più di 20 euro: pare siano così rilassanti che spesso i clienti _____ durante il trattamento.

(Vanity Fair)

Forma riflessiva

17 Coniuga i verbi tra parentesi nel modo e nel tempo richiesti dal senso.

I saluti

I saluti scandiscono ogni nostra conversazione e rapporto con gli altri.

Ma a che cosa servono? E come _____ (evolversi)? I saluti all'inizio di un incontro definiscono il ruolo sociale delle due persone che _____ (incontrarsi). In Giappone, per esempio, una persona di status inferiore _____ (inchinarsi) in genere più profondamente e più a lungo. I saluti possono servire a ristabilire un buon rapporto: se due persone _____ (salutarsi) dopo una discussione vuol dire che vogliono _____ (riavvicinarsi).

I Maori neozelandesi premono il naso contro il naso dell'altra persona: _____ (scambiarsi) così lo spirito vitale. Da noi _____ (informarsi) sulla salute dell'altro, in Corea invece _____ (chiedersi) vicendevolmente: "Hai magiato riso?".

Forma riflessiva

I saluti _____ (modificarsi) con il variare dei costumi sociali. Una volta gli uomini per salutare _____ (sollevarsi) il cappello e facevano il baci mano. Oggi sono aumentati i contatti fisici: _____ (abbracciarsi) e _____ (baciarsi) di più e _____ (preoccuparsi) meno delle formalità. Quando due persone _____ (congedarsi) per un lungo periodo, _____ (scambiarsi) saluti più intensi. Il “ciao” _____ (diffondersi) in tutto il mondo, come pure la stretta di mano. Ovunque le persone per _____ (salutarsi) _____ (stringersi) la mano.

(Focus, giugno n. 164)