

VERBOS REFLEXIVOS

Mastering Spanish Reflexive Verbs

Reference guide & written production exercises | Level A2+

Name: _____

Date: _____

GRAMMAR REFERENCE | What Are Reflexive Verbs?

Key concept: A reflexive verb is used when the subject **performs and receives the action at the same time**. If you do it to yourself, it needs a reflexive pronoun!


Structure: Subject + **Reflexive Pronoun** + Conjugated Verb

Example: Yo **me** lavo (I wash myself) vs. Yo lavo **el carro** (I wash the car)

1. The Reflexive Pronouns — *lavarse* (to wash oneself)

Subject	Pronoun	Example
Yo	<i>me</i>	<i>Yo me lavo (I wash myself)</i>
Tú	<i>te</i>	<i>Tú te lavas</i>
Él / Ella / Ud.	<i>se</i>	<i>Él se lava</i>
Nosotros/as	<i>nos</i>	<i>Nosotros nos lavamos</i>
Vosotros/as	<i>os</i>	<i>Vosotros os laváis</i>
Ellos / Ellas / Uds.	<i>se</i>	<i>Ellos se lavan</i>

2. Where do I put the pronoun?

 **Easy rule to remember:** 1 verb → pronoun goes **BEFORE** it. | 2 verbs → pronoun goes **BEFORE the 1st OR ATTACHED to the end** — both are correct!

Structure	Placement	Example
1 VERB → pronoun always goes BEFORE		
Conjugated verb only	BEFORE the verb	<i>¿Te lavaste las manos? / Me levanto.</i>
2 VERBS → BEFORE the 1st —OR— ATTACHED to the end (your choice!)		


Verb + Infinitive (querer, poder, ir a...)	BEFORE the 1st verb — OR — ATTACHED to the end	<i>Me quiero duchar</i> = (both correct!) <i>Quiero ducharme</i>
Verb + Gerund (estar + -ando/-iendo)	BEFORE the 1st verb — OR — ATTACHED to the end	<i>Me estoy cepillando los dientes</i> = (both correct!) <i>Estoy cepillando los dientesme</i>
IMPERATIVES → special rules		
Affirmative imperative	ATTACHED to the end	<i>¡Levántate ya!</i> / <i>¡Siéntense!</i>
Negative imperative	BEFORE the verb	<i>¡No te vayas todavía!</i> / <i>¡No se vayan!</i>

3. Verbs that change meaning with the reflexive pronoun

Watch out! Adding the reflexive pronoun can completely change the meaning of the verb. These are not just "doing it to yourself" — they become new words.

Verb	Without pronoun	With reflexive pronoun
ir	<i>to go</i> → <i>Voy al trabajo.</i>	<i>irse</i> → <i>to leave</i> → <i>¡Ya me voy!</i>
dormir	<i>to sleep</i> → <i>Duermo 8 horas.</i>	<i>dormirse</i> → <i>to fall asleep</i> → <i>Me dormí en el cine.</i>
llevar	<i>to carry</i> → <i>Llevo la mochila.</i>	<i>llevarse</i> → <i>to get along</i> → <i>Me llevo bien con ella.</i>
poner	<i>to put</i> → <i>Pongo el libro aquí.</i>	<i>ponerse</i> → <i>to put on / to become</i> → <i>Me pongo los zapatos.</i>
quedar	<i>to remain</i> → <i>Queda lejos.</i>	<i>quedarse</i> → <i>to stay</i> → <i>Me quedé en casa todo el día.</i>
encontrar	<i>to find</i> → <i>Encontré las llaves.</i>	<i>encontrarse</i> → <i>to feel / to meet</i> → <i>Me encontré con Ana.</i>
hacer	<i>to do</i> → <i>Hago la tarea.</i>	<i>hacerse</i> → <i>to become</i> → <i>Se hizo médico en 2020.</i>

4. Most Common Reflexive Verbs — Organized by Category

Verb (Infinitive)	English	Quick Example
 DAILY ROUTINE (Rutina diaria)		
despertarse	<i>to wake up</i>	Me despierto a las 7 de la mañana.
levantarse	<i>to get up</i>	Me levanto y hago café primero.
 ducharse / bañarse	<i>to shower / to bathe</i>	Me ducho en 10 minutos cuando tengo prisa.
lavarse	<i>to wash (oneself)</i>	Me lavo las manos antes de comer.

cepillarse	<i>to brush</i>	Me cepillo los dientes dos veces al día.
peinarse	<i>to comb / style hair</i>	Me peino frente al espejo.
maquillarse	<i>to put on makeup</i>	Me maquillo para la reunión de negocios.
afeitarse	<i>to shave</i>	Mi papá se afeita cada mañana.
vestirse	<i>to get dressed</i>	Me visto muy rápido los lunes.
acostarse	<i>to go to bed</i>	Me acuesto tarde los viernes.
🗨️ EMOTIONS & STATES (Emociones y estados)		
enojarse	<i>to get angry</i>	Me enojo cuando hay mucho tráfico.
alegrarse	<i>to become happy</i>	Me alegro con tus buenas noticias.
entristecerse	<i>to become sad</i>	Me entristezco con esa película.
asustarse	<i>to get scared</i>	Me asusto con los truenos.
aburrirse	<i>to get bored</i>	Me aburro en las reuniones largas.
cansarse	<i>to get tired</i>	Me canso después de correr.
preocuparse	<i>to worry</i>	Me preocupo por los exámenes finales.
enamorarse	<i>to fall in love</i>	Me enamoré de ella a primera vista.
sorprenderse	<i>to be surprised</i>	Me sorprendí con el regalo inesperado.
sentirse	<i>to feel (physically/emotionally)</i>	Hoy me siento muy cansado.
🚶 MOVEMENT & POSITION (Movimiento y posición)		
sentarse	<i>to sit down</i>	Siéntate, por favor, la clase empieza ya.
pararse / ponerse de pie	<i>to stand up</i>	Me paro cuando entra el juez.
acercarse	<i>to approach / to get closer</i>	Me acerco para escucharte mejor.
alejarse	<i>to move away / to distance</i>	Se alejó sin decir nada.
moverse	<i>to move (oneself)</i>	No te muevas, ¡la foto va a salir borrosa!
🌱 LIFE CHANGES (Cambios en la vida)		
casarse	<i>to get married</i>	Mis primos se casan en diciembre.
divorciarse	<i>to get divorced</i>	Después de diez años, se divorciaron.
jubilarse	<i>to retire</i>	Mi abuela se jubiló a los 65 años.
graduarse	<i>to graduate</i>	Me gradúo el próximo año.

mudarse

to move (house)

Nos mudamos a un apartamento nuevo.

 **KEY TIPS FOR USING REFLEXIVE VERBS**

- 1. Body parts: ALWAYS use the definite article (las/los), never a possessive.** → Me lavo **las** manos. ✓ Me lavo **mis** manos. ✗
- 2. Emotion verbs: think "I *become* angry" — the change happens TO you, so the reflexive marks that.** → *Me enojo* (NOT: *enojo a alguien*)
- 3. Two verbs together: you can attach the pronoun to the infinitive OR place it before the first verb.** Both are correct! → *Quiero ducharme.* = *Me quiero duchar.*
- 4. Daily routine verbs almost *always* need a reflexive pronoun — you are doing the action TO YOURSELF.** Remove the pronoun and the meaning changes completely or disappears.

**WRITTEN PRODUCTION EXERCISES**

No fill-in. No multiple choice. Create every sentence from scratch.

Exercise 1 — The Disastrous Morning

Instructions: Write 4 complete sentences describing a morning where everything went wrong. Use at least one reflexive verb in each sentence. Try to add times or transition words!

Reflexive verbs to use: *despertarse, levantarse, ducharse, vestirse, cepillarse, peinarse, olvidarse, perderse, dormirse*

1.

2.

3.

4.

Exercise 2 — The Double Meaning (Reflexive vs. Non-Reflexive)

Instructions: Write two sentences for each verb — one reflexive (action done to yourself) and one non-reflexive (action done to an object or someone else).

Model: (lavar) Reflexive: *Me lavo la cara.* Non-reflexive: *Lavo el carro.*

1. PONER / PONERSE**Reflexive (to put on / to become):**



Non-reflexive (to put / to place):

2. DESPERTAR / DESPERTARSE

Reflexive (to wake yourself up):

Non-reflexive (to wake someone else up):

3. DORMIR / DORMIRSE

Reflexive (to fall asleep):

Non-reflexive (to sleep — general):

4. LLEVAR / LLEVARSE

Reflexive (to get along with):

Non-reflexive (to carry / to take):

Exercise 3 — Expressing Changes & Emotions

Instructions: Read each situation and write a logical consequence using the reflexive verb in parentheses. Write a complete sentence!

Key verbs for emotions & changes: *enojarse, alegrarse, entristecerse, ponerse nervioso/a, cansarse, aburrirse, sorprenderse, enamorarse, preocuparse*

1. *Mi jefe me gritó hoy sin razón...* (**enojarse**)

2. *Tengo un examen de español muy difícil en cinco minutos...* (**ponerse nervioso/a**)



3. *Mi amiga canceló nuestro viaje a Colombia...* (**entristecerse**)

4. *Recibí una sorpresa increíble de mis padres hoy...* (**alegrarse**)

5. *Vi una película de terror muy larga anoche...* (**aburrirse / cansarse**)

6. *Conocí a una persona muy especial en la fiesta...* (**enamorarse**)

Exercise 4 — My Night Routine (Pronoun Placement)

Instructions: Write a short paragraph (3–4 sentences) about what you **plan to do tonight before bed**. Use structures with two verbs (*Quiero + infinitive*, *Voy a + infinitive*, *Tengo que + infinitive*) to practice attaching the reflexive pronoun to the end of the infinitive.


Model: *Esta noche voy a ducharme, luego quiero relajarme un poco y tengo que acostarme antes de las 11.*

Exercise 5 — Bonus Challenge: Tell Your Story!

Instructions: Write 5–6 sentences describing your ideal weekend morning routine. Use at least **5 different reflexive verbs**, connect your ideas with transition words (*primero, luego, después, finalmente, también*), and include at least ONE emotion verb (*sentirse, alegrarse, relajarse...*).

BONUS | Common Errors to Avoid

Incorrect	Correct	Why?
<i>Yo me lavo manos.</i>	<i>Yo me lavo las manos.</i>	In Spanish, use the definite article (las/los) with body parts, NOT a possessive.
<i>Quiero me duchar.</i>	<i>Quiero ducharme.</i>	When attached to an infinitive, the pronoun goes at the END: "ducharme", not before.
<i>Me yo levanto a las 7.</i>	<i>Yo me levanto a las 7.</i>	The reflexive pronoun always goes directly before the conjugated verb, not between subject and pronoun.
<i>Ella se está duchandose.</i>	<i>Ella se está duchando.</i>	Never double the pronoun. Either "se está duchando" or "está duchándose" — pick one.
<i>Me siento bien el clima hoy.</i>	<i>Me siento bien hoy. / El clima se siente agradable.</i>	"Sentirse" means to feel (emotionally/physically). Do not mix subject and weather in one clause.
<i>Nos lavamos el dientes.</i>	<i>Nos lavamos los dientes.</i>	"Dientes" is plural — use "los", not "el".



Ready to speak Spanish with confidence?

Book a free trial class with Camilo and start your journey today.

CONTACT YOUR TEACHER
aprendecontucaneo@gmail.com
tucaneo.com

Español con Alas Propias
 — Tucaneo Academy —