

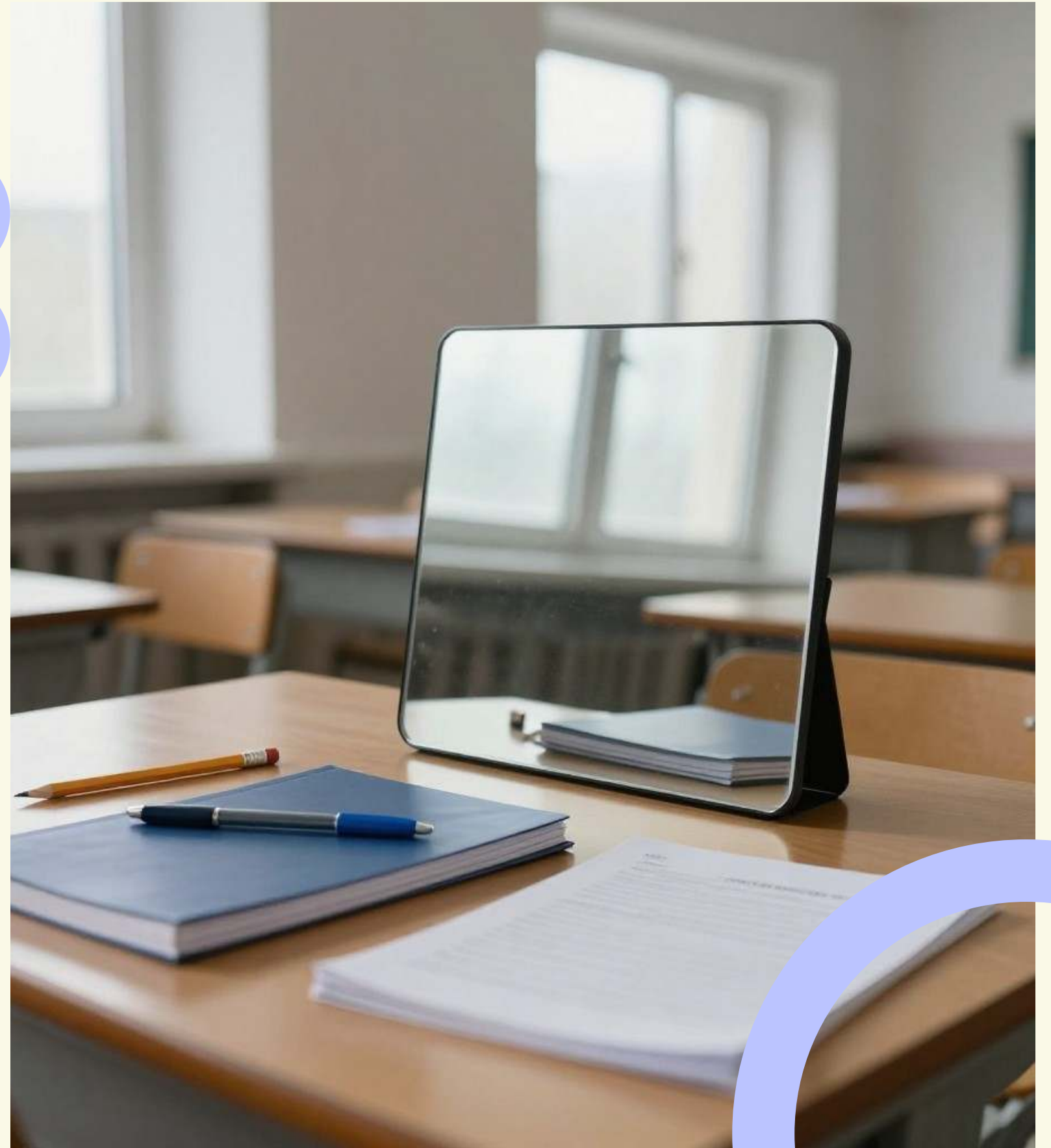
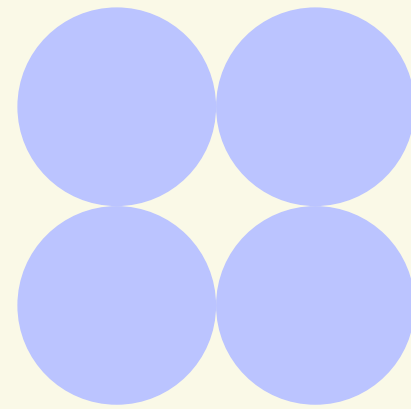


Возвратное местоимение «себя»: как оно работает в русском языке

Разберём, как местоимение «себя» помогает говорить
точно и без повторов.

Зачем шестикласснику знать местоимение «себя»

Это местоимение делает речь короче,
точнее и помогает избегать лишних
повторов в устной и письменной речи.



Главное значение местоимения «себя»

Местоимение «себя» показывает, что действие возвращается к тому же лицу, которое его выполняет: человек моет, защищает или проверяет именно себя.

В таких предложениях подлежащее и объект действия совпадают, поэтому смысл становится ясным без повторения имени или личного местоимения.

Благодаря «себя» высказывание звучит короче, точнее и естественнее, особенно когда важно не перегружать фразу лишними словами.

Связь местоимения «себя» с подлежащим



Кто совершает действие

Местоимение «себя» не называет человека прямо. Оно указывает на того, кто уже назван подлежащим, поэтому смысл определяется по всему предложению.



Как показать связь на схеме

В примерах «Маша хвалит себя» и «Ребята берегут себя» местоимение связано с подлежащим. На схеме удобно показать стрелку от действующего лица к нему же самому.



Падежные формы местоимения «себя»

Падеж	Форма
Родительный	себя
Дательный	себе
Творительный	собой

У местоимения «себя» есть формы для разных падежей, кроме именительного. Это помогает правильно строить предложения.

Одна и та же основа изменяется по падежам, но формы подбираются по вопросу и роли в предложении. Именительной формы у «себя» нет.

3

грамматических признака оно не выражает:
род, число и лицо

Школьная грамматика русского языка

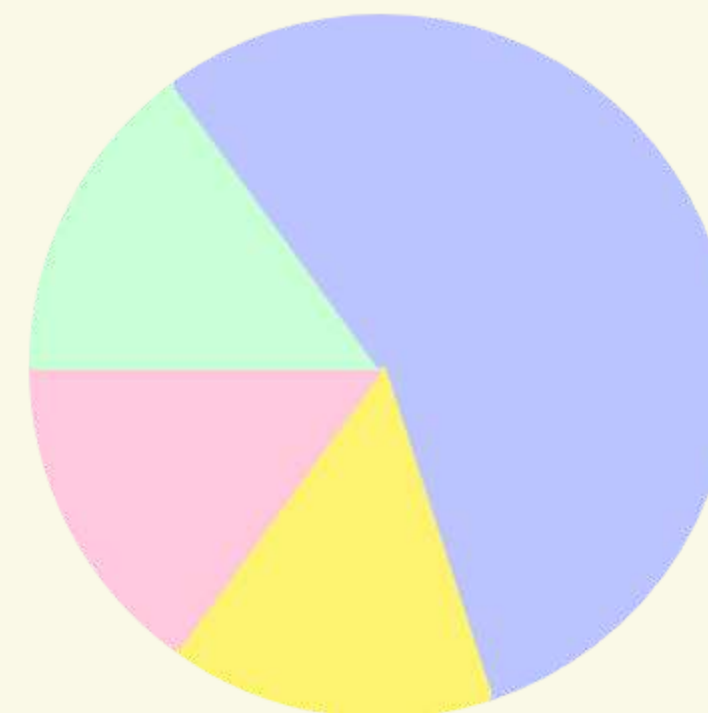
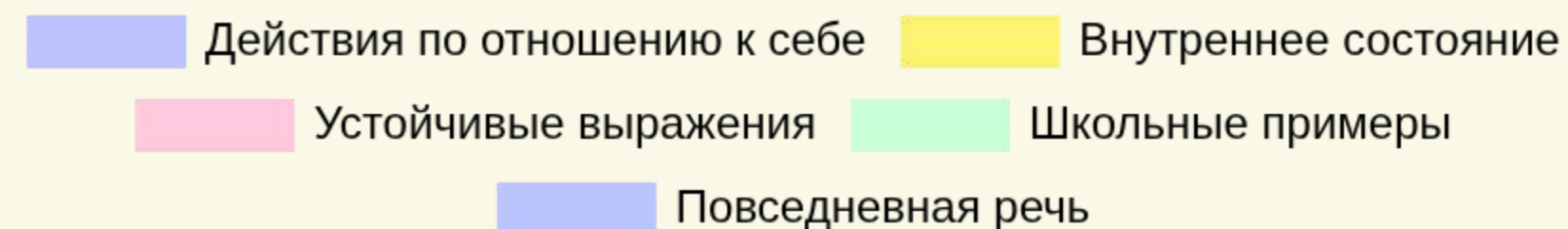
Местоимение не указывает на конкретного говорящего, слушающего или третье лицо, поэтому одна форма подходит в разных предложениях.

Где чаще всего употребляется местоимение «себя»

В речи «себя» встречается и в простых бытовых фразах, и в более выразительных оборотах, связанных с состоянием человека.



Чаще всего местоимение связано с действием, направленным на самого говорящего или другого человека. Остальные употребления поддерживают это основное значение.



Составлено по типичным примерам употребления в школьном курсе русского языка

Отличие «себя» от личных местоимений

Личные местоимения называют участника речи прямо: я, ты, он. Местоимение «себя» не обозначает лицо самостоятельно, а лишь отсылает к нему.



Сказать «Я вижу себя в зеркале» правильно, потому что действие направлено на того же человека. Вариант «Я вижу я в зеркале» нарушает связь слов.

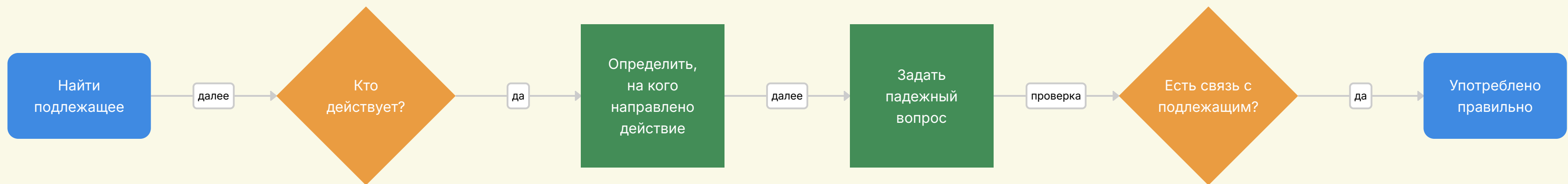


«Себя» не бывает подлежащим. Оно всегда зависит от слова, которое называет действующее лицо, и поэтому в предложении занимает особое место.



Как проверить правильность употребления «себя»

Последовательность помогает определить, связано ли местоимение с нужным действующим лицом и верно ли выбрана форма.



«Себя» в устойчивых выражениях

- 1 Когда нужно взять себя в руки

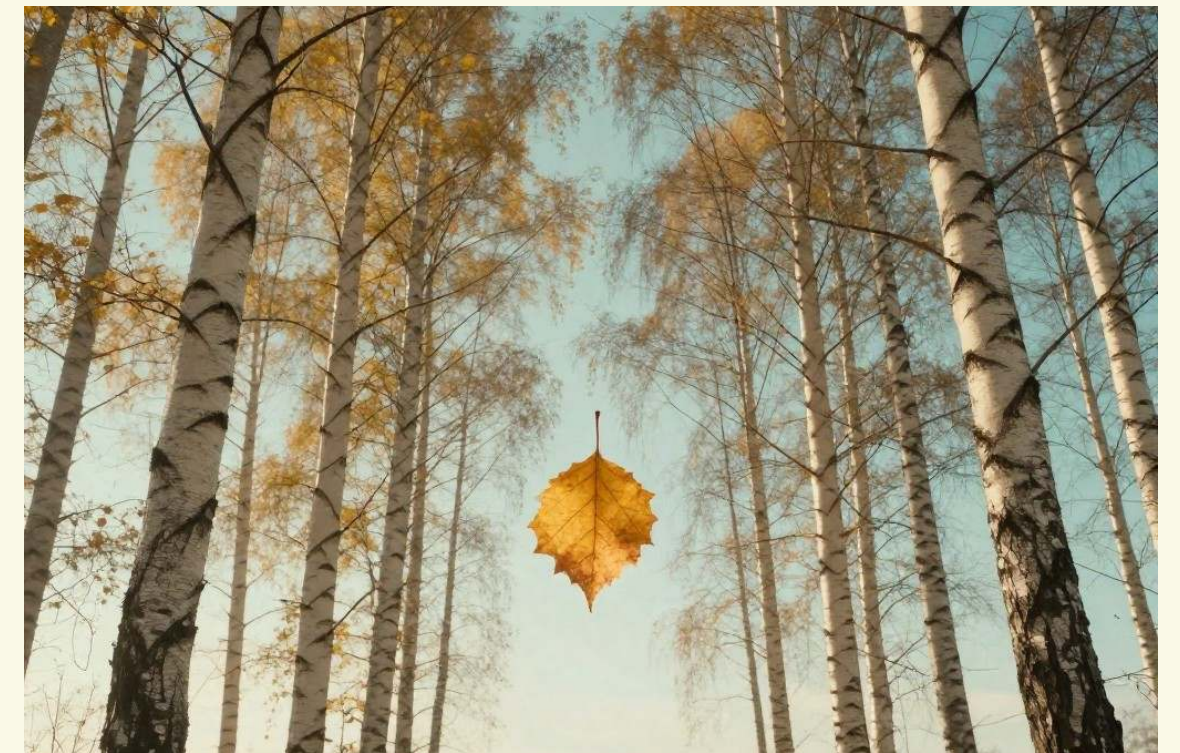
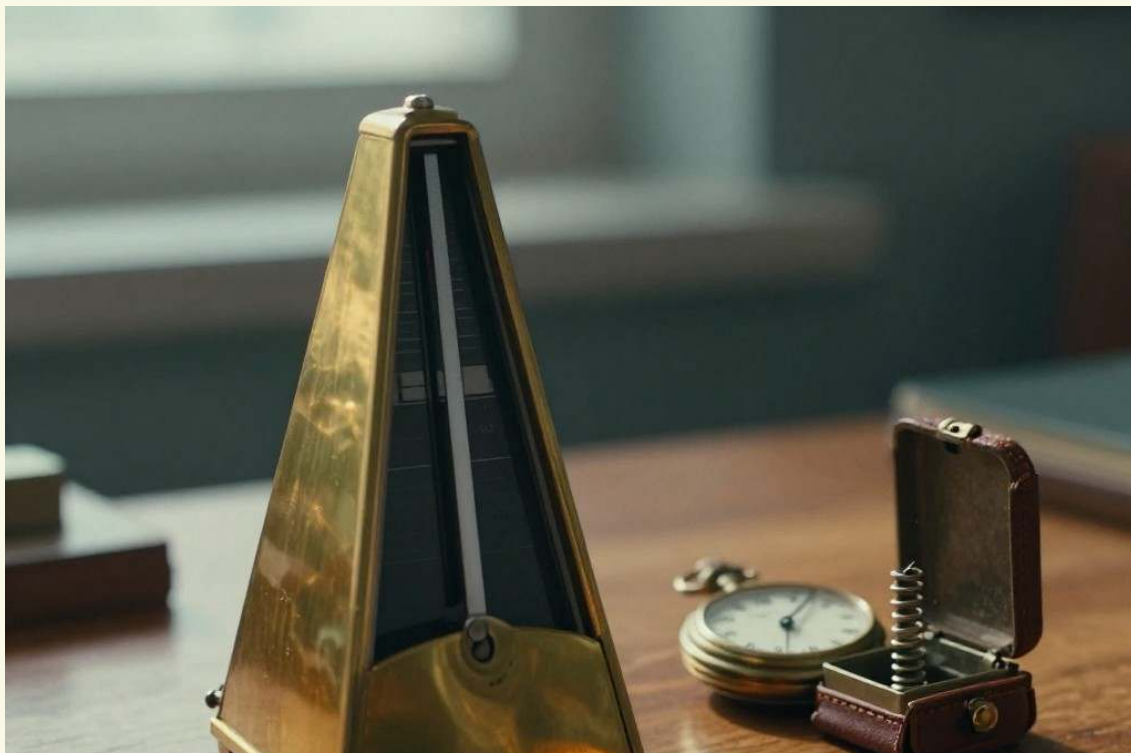
Это выражение используют, когда человеку важно успокоиться и собраться. Оно не означает буквального действия, а передаёт внутреннее усилие: преодолеть растерянность, тревогу или раздражение и снова действовать уверенно.

- 2 Прийти в себя после волнения

Так говорят, когда человек постепенно возвращается к спокойному состоянию после сильного впечатления или усталости. Здесь «себя» помогает показать не действие над телом, а изменение внутреннего состояния и ясности мыслей.

- 3 Само по себе — без лишних усилий

Этот оборот подчёркивает, что что-то происходит естественно, без внешнего вмешательства. В нём «себя» входит в устойчивое сочетание и помогает передать смысл самостоятельно, а не буквально.



Как возвратное местоимение связано с возвратными глаголами



Общая связь

Возвратные глаголы показывают, что действие связано с самим действующим лицом: умыться, одеваться, смеяться, готовиться. Местоимение «себя» усиливает и уточняет эту связь в речи.



Пишется отдельно

Слово «себя» не входит в состав глагола и всегда пишется отдельно. Поэтому важно не путать его с суффиксом -ся или -сь, который уже есть у возвратного глагола.



Уточняет направление действия

Если глагол указывает на действие в общем виде, то местоимение помогает понять, на кого именно оно направлено. Так речь становится точнее и понятнее для читателя.



Не заменяет глагол

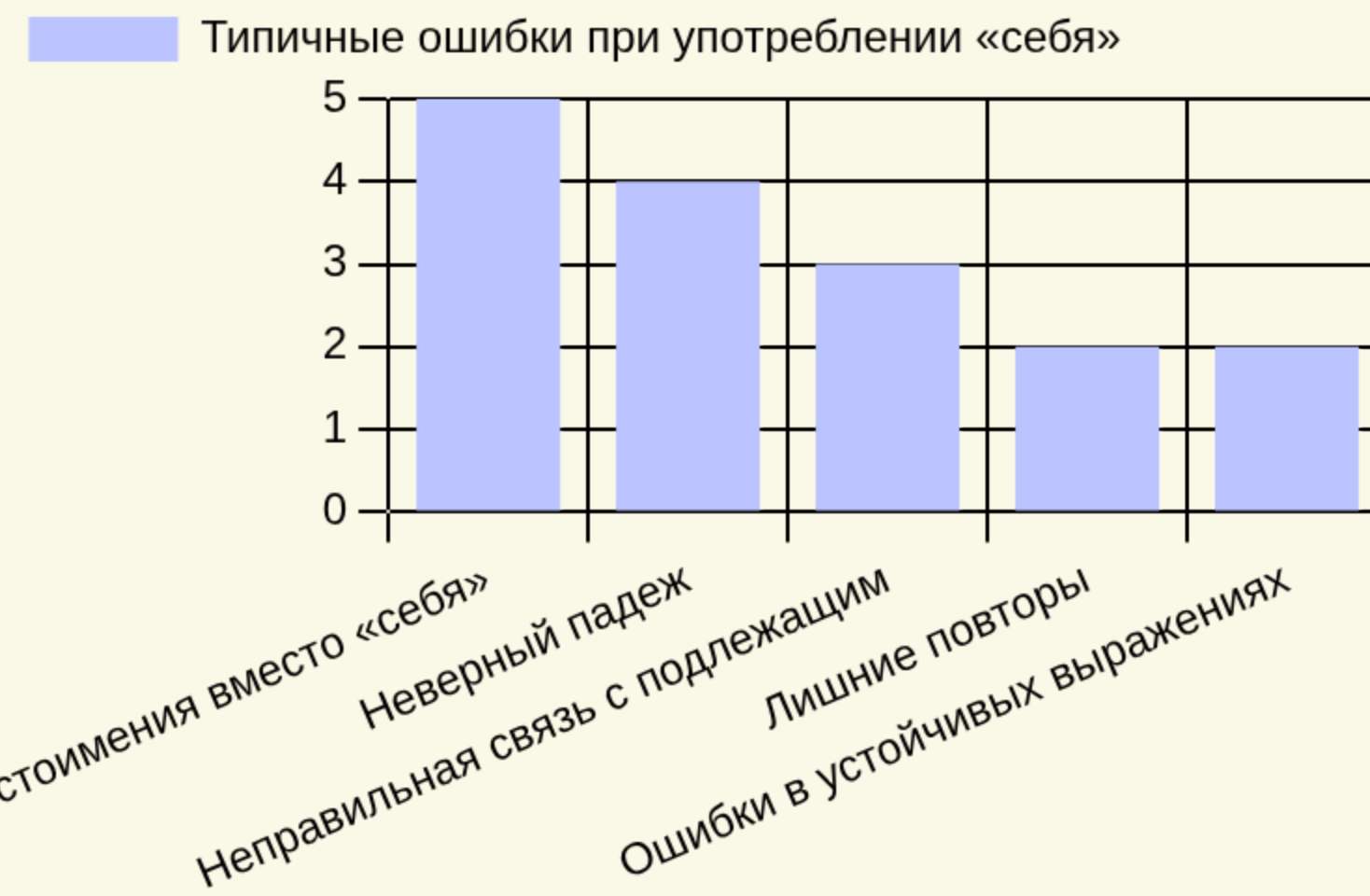
Возвратный глагол и местоимение выполняют разные роли. Глагол сообщает о действии, а «себя» показывает, что это действие связано с тем же лицом, которое его совершает.

Типичные ошибки в употреблении местоимения «себя»

Диаграмма показывает самые частые затруднения на уроках русского языка. Чаще всего ошибки связаны не со смыслом, а с грамматической формой.



Лидируют подмена личными местоимениями и ошибки падежа; значит, при проверке нужно сначала установить подлежащее и вопрос к слову.



Учебная сводка типичных ошибок по теме «Возвратное местоимение «себя»»; условные значения приведены для наглядности, 2025.

Примеры употребления «себя» в разных падежах

В таблице собраны короткие примеры, где видно, как форма местоимения меняется по падежам и сохраняет связь с подлежащим.

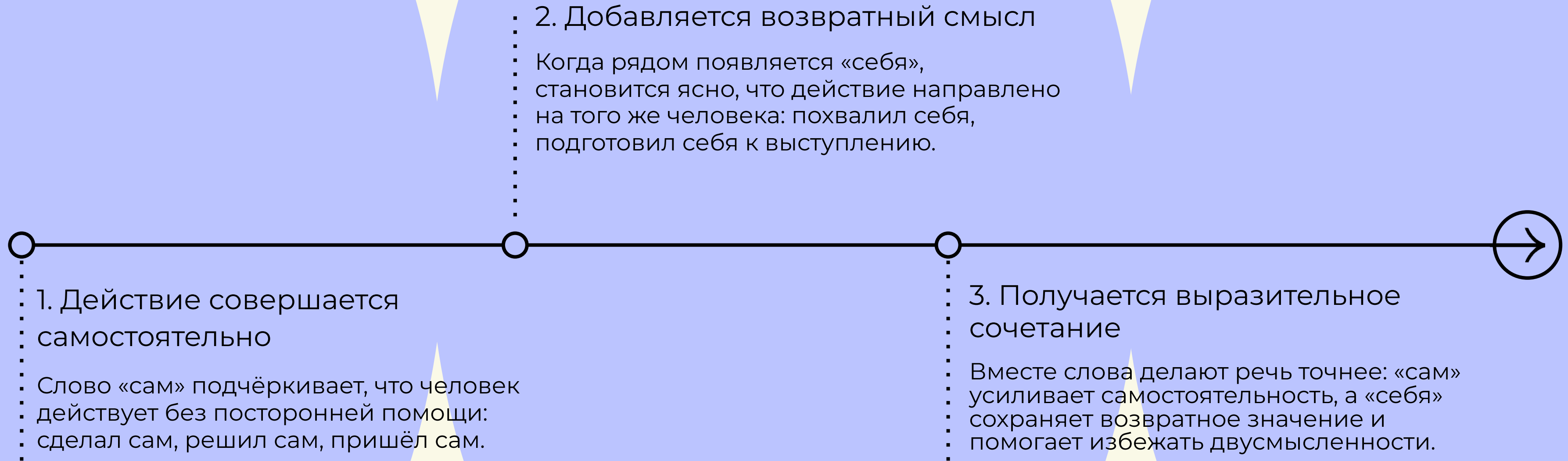


Форма местоимения зависит от вопроса и роли в предложении, но значение остаётся одинаковым: действие относится к тому же лицу, что и подлежащее.

Падеж	Пример	Форма
Родительный	берегу себя	себя
Дательный	помогаешь себе	себе
Творительный	гордится собой	собой
Предложный	говорим о себе	о себе

Примеры составлены по нормам русского языка, 2025.

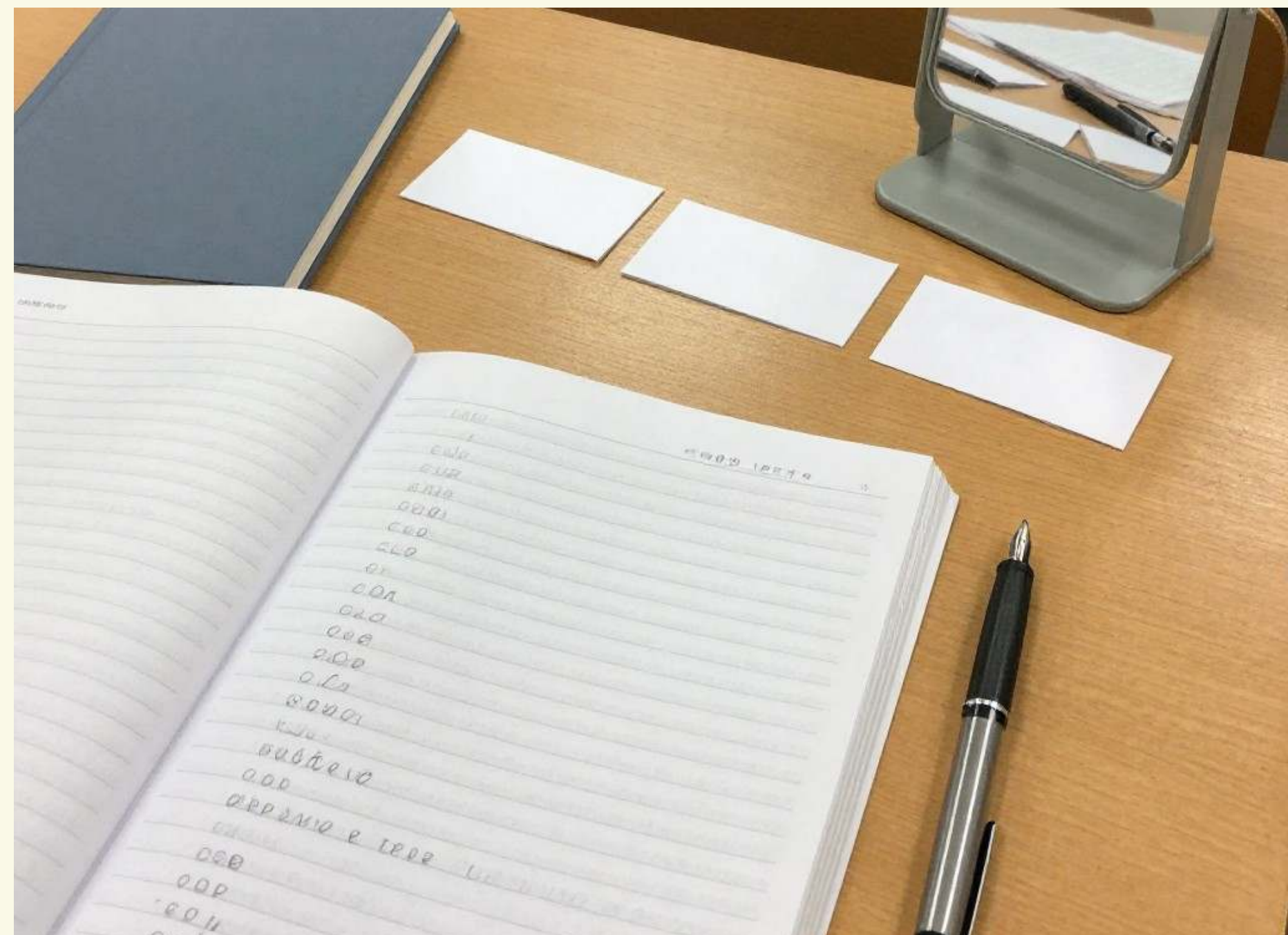
Как сочетание «себя» и слова «сам» усиливает смысл



Как «себя» помогает избежать повторов

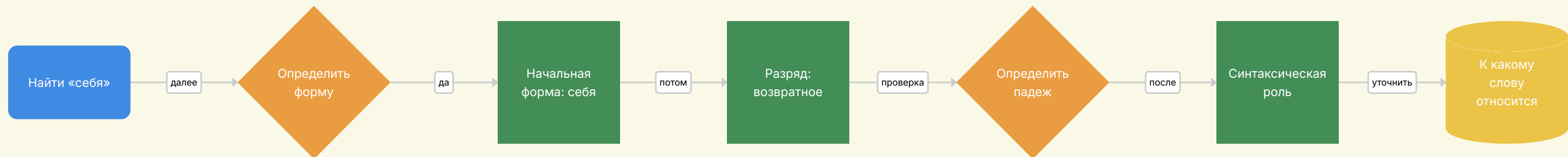
Возвратное местоимение заменяет повтор имени и делает фразу короче: вместо тяжёлого повтора получается естественное предложение, которое легче читать и понимать.

Особенно полезно это в письменной речи, где лишние повторы заметнее. «Себя» помогает сохранить смысл, не перегружая текст одинаковыми словами.



Как разобрать местоимение «себя» в предложении

Пошаговый алгоритм для учебного разбора и проверки грамматической роли возвратного местоимения.



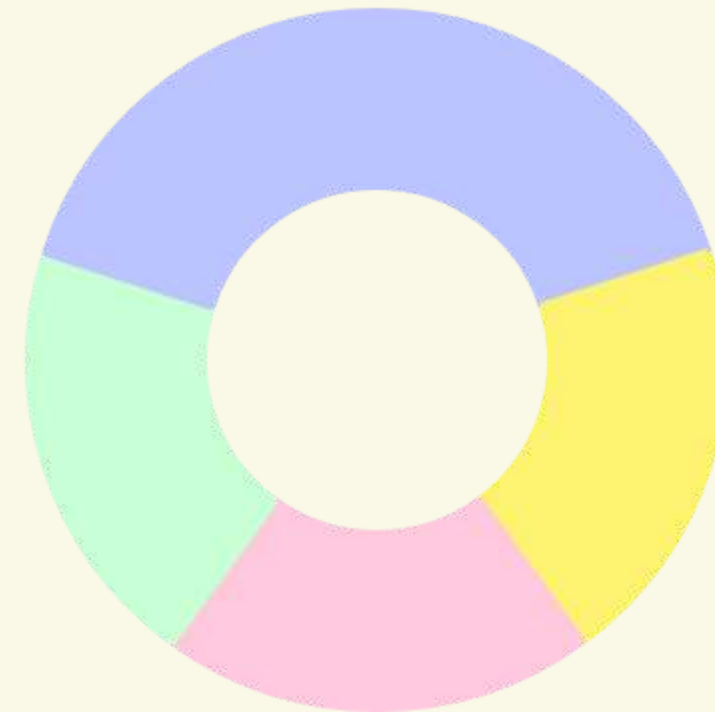
Падежные формы «себя» в наглядной схеме

Схема помогает быстро запомнить, что две формы совпадают: «себя» употребляется и в родительном, и в винительном падеже.



Все формы равны по значимости: выбор зависит только от падежа и вопроса, а не от рода, числа или лица.

Родительный — себя Дательный — себе
Винительный — себя Творительный — собой, собою
Предложный — о себе



Нормы русской грамматики; формы местоимения «себя» по падежам, 2025.

Нормы употребления «себя» в письменной речи

Сначала проверьте, ясно ли подлежащее в предложении. Если читатель без труда понимает, кто совершает действие, местоимение употреблено уместно и не создаёт путаницы.

В сложных предложениях особенно важно следить за тем, к какому слову относится «себя». Оно должно связываться только с тем лицом, о котором идёт речь.

Если в тексте несколько действующих лиц, полезно заменить местоимение именем существительным и проверить смысл. Такой приём помогает заметить двусмысленность ещё до ошибки.

В письменной речи «себя» выбирают тогда, когда оно делает фразу точнее и короче. Если без него смысл теряется, нужно перестроить предложение.

«Себя» в примерах из жизни и литературы



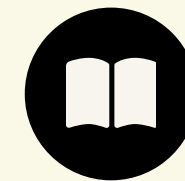
Повседневная речь

В обычных разговорах часто говорят: чувствую себя хорошо, беру себя в руки, ищу себя в деле. Такие выражения помогают передать состояние человека без длинных объяснений.



Эмоции и самочувствие

Фразы с «себя» часто описывают настроение и самочувствие: хорошо чувствовать себя, не по себе, прийти в себя. Они звучат естественно и понятно для любого читателя.



Художественные тексты

В литературе «себя» помогает показать переживания героя, его сомнения, уверенность или внутренний конфликт. Через это местоимение автор делает образ более живым и точным.



Поведение и характер

Слово используется, когда важно показать, как человек ведёт себя, насколько он собран или спокоен. Поэтому оно подходит и для бытовых, и для книжных примеров.



Главное о местоимении «себя»

Возвратное местоимение «себя» показывает, что действие направлено на самого исполнителя. Если правильно определять падеж и связь с подлежащим, речь становится точной, грамотной и естественной.

