

**REFLEXIA – MECANISM AL GÂNDIRII, ACTIVITĂȚII ȘI AUTOCUNOAȘTERII****Natalia TOMA***Universitatea de Stat din Moldova*

În articol este analizat conceptul, mecanismul reflexiv de control, reglare și depășire a anxietății. Reflexia este analizată sub diferite aspecte: ca formă de manifestare, ca trăsătură a personalității, ca mecanism de autoorganizare. Reflexia este un mecanism al gândirii, al activității, al autocunoașterii care poate fi privit ca unul de reglare și depășire a anxietății.

**Cuvinte-cheie:** *reflexie, autoorganizare, autocunoaștere, imagine de sine, mecanism de reflexie, etapele reflexiei, atitudini.*

**REFLECTION – MECHANISM OF THINKING, ACTIVITY AND SELF-KNOWLEDGE**

In this article is analyzed the concept of anxiety, its reflexive mechanism of control, regulation and defeat. The reflection is analyzed from different aspects: as a manifestation form, as a personality trait, as a mechanism of self-organization. Reflection is a mechanism of mind, of activity of self-knowledge that can be seen as one of regulating and overcoming anxiety.

**Keywords:** *reflection, self-organization, self-knowledge, self-image, the mechanism of reflection, reflection stages attitudes.*

*Prezentat la 06.03.2015*

*Publicat: mai 2015*