

فهرست

درباره‌ی نویسنده هفت

بخش یکم

نگاهی به روان‌شناسی انسان هنرمند

پیشگفتار ۳

۱. سفر به دنیای درون ۵

۲. آغاز سفر: هنرمند خفته‌ی درون خود را بیدار کنید ۷

۳. با شور و شوق به زندگی خود معنا دهید ۸

۴. مطلق‌گرا نباشید ۱۰

۵. مرز فعالیت‌ها را مشخص کنید ۱۱

۶. به ضمیر ناآگاه خود دست یابید ۱۱

۷. در موقع لزوم لحظاتی حافظه‌ی فعال خود را کنار بگذارید ۱۲

۸. گرفتار در دام هیاهوی زندگی چه می‌کنید؟ ۱۳

۹. آیا گروه اجرایی خود را تشکیل داده‌اید؟ ۱۴

بخش دوم

تخیل و خلاقیت

۱. تخیل ۲۱
۲. خلاقیت ۳۲
- ۱.۲. خلاقیت و زندگی در لحظه ۳۹
- ۲.۲. آفرینش زندگی درونی نقش برای نقش‌های بدون گفتار ۴۵

بخش سوم

بازیگری و آشفتگی‌های روانی

۱. پیش‌درآمد ۵۱
۲. نظریه‌ی اریک اریکسون ۵۵
۳. هنرمندان و خودکشی ۶۲
۴. بازیگر و خودشیفتگی ۶۷
۵. بازیگر و خودنمایشگری ۷۳
۶. اضطراب ۷۵
۷. روان‌شیدایی (نام‌جانشین‌شده برای اختلال دو قطبی) ۸۰