

國立臺灣科技大學圖書館
「書香獎勵閱讀計畫」心得報告

計畫案號	113-51	繳交日期	113/06
讀者姓名	楊芳宇	單位 系所	電機系所
書名	24 個比利		
心得	<p>《24 個比利》這本書，揭示了一個極其特殊而複雜的精神疾病真實案例。我一直對心理學這類型的事件感興趣，這本小說也是早早聽說但一直沒機會去看。</p> <p>這本書詳細講述了比利·密里根的故事，他是歷史上第一個因多重人格障礙而被判無罪的人。比利體內擁有 24 個不同的“人格”，每個人格都有自己的名字、年齡、性格和能力。這種極端的心理狀況，讓我對人類的大腦和心理機制有了更深的認識和思考。比利的故事證明了人類心靈的複雜性和脆弱性，也讓我意識到精神疾病的重要性的需要被重視的程度。</p> <p>書中還詳細描述了比利接受治療的過程。通過心理治療師的努力，比利逐漸了解並接納了自己的多重人格，這讓我看見了心理治療的力量和價值。比利的經歷也讓我反思社會對精神疾病的態度。書中提到，比利曾因犯罪被社會排斥和誤解，但他的犯罪行為實際上是由他其中一個人格所為。這讓我認識到，精神疾病患者往往承受著來自社會的巨大壓力和偏見。</p> <p>《24 個比利》這本書讓我對多重人格障礙有了更全面的了解，也讓我更加尊重和重視心理健康問題。比利的故事雖然特殊，但它提醒我們，每一個人都是複雜而獨特的個體，需要被理解和關愛。這本書不僅是對心理學知識的學習，更是對人性和社會的深刻反思。</p>		