

這個詞專指那些十分以自我為中心，不願去顧及他人感受的族群之心理層面。就算被別人指責辱罵，甚至是身體上實質的傷害，也不會認為是自己的錯誤而去做根本的改變，反而會以此來誇口，滿足精神上的虛榮心。而社會上這種極度自戀的人實在太多，並且會影響身邊的朋友。雖然說適度的阿 Q 精神可以幫助預防憂鬱症等精神上的疾病，但往往會使人習慣而無法成長，進而自甘墮落頹廢不振，甚至在成癮後做出欺凌弱小的行為，來達到自我滿足的目的，是非常可怕的一種思考模式。阿 Q 精神不但傳染力高，且症狀不明顯，混在人群裡就像正常人一樣，不易被察覺。這些阿 Q 們，最需要的就是增加知識，讓他們認清自己與別人的差距，便不會再做一些自我感覺良好、禍害他人的事了。

