يُبيّن النص أن أسلوب حياة الفرد، سواء كان إنساناً أو شجرة، يتحدد بتفاعله مع بيئته، ولا يمثل مجرد رد فعل آلي لها. يظهر أسلوب الحياة بوضوح في مواجهة الصعاب، بينما يصعب تمييزه في الظروف الملائمة. يُشدد الكاتب على أهمية دراسة أسلوب حياة الشخص لفهم سلوكه وتوقع مستقبله، حيث لا تكفي دراسة الغرائز والدوافع وحدها. يربط النص بين أسلوب الحياة وشعور النقص، وخطّة الحياة (التي استُبدل اسمها بأسلوب الحياة)، والتي تُمثّل الحركة المتناسقة نحو هدف ما. يُمكن استنتاج أسلوب حياة الفرد من حديثه عن ذكرياته، خاصةً تلك المبكرة، والتي تُشكّل أساس أسلوب حياته. يُناقش النص تصنيف الأفراد إلى أنماط، مؤكداً أنها أدوات ذهنية لتيسير البحث، ولا تعكس حقيقة التنوع البشري الفريد. يُقدم النص مثالاً لرجل غير متوافق اجتماعياً، يعاني من شعورٍ بالنقص، ويُخفيه وراء التردد والخوف من الفشل، مُشيراً إلى أن أسلوب حياته قد تبلور في سنواته الأولى نتيجةً لمأساة عائلية (كونه الطفل الأول الذي فقد مركزه المميز). يُحلل النص أيضاً حالة أخرى لرجل مصاب بداء السوداء، مربطاً إصابته بتدليله في الطفولة ثم حرمانه منه، مُبرزا تنوع استجابات الأفراد للظروف بمثال ثلاثة أطفال أمام أسد. يُختتم النص بالتأكيد على أهمية فهم أسلوب حياة الفرد، وتعديله بتوجيهه نحو أهدافٍ جديدة، وتعديل تصوراته الخاطئة عن ذاته وعن الآخرين، مع التركيز على أهمية التدريب على الاستقلالية منذ الطفولة لتفادي المشاكل النفسية.

Summarized by © lakhasly.com