Šiandien gyvename visuotinės civilizacijos krizės sąlygomis. Šios krizės apraiškų galime pastebėti visose visuomeninio gyvenimo srityse: ekonomikoje, politikoje, religijoje, kultūroje, ekologijoje. Kiekvienas žmogus tiesiogiai jaučia krizės poveikį. Ji ateina į mūsų gyvenimą įvairių probleminių aplinkybių forma: tai gali būti sunkumai bendraujant su kitais žmonėmis, negalėjimas rasti įdomaus ir deramai apmokamo darbo, įvairios gyvenimiškos problemos, kurios kartais liejasi kaip iš gausybės rago. Be to, susiduriame ir su įvairiais vidiniais psichologiniais sunkumais, tokiais kaip stresas, depresija, vienatvės jausmas, prasmės praradimas, kaltės jausmas, nuoskaudos, agresyvumas, nepasitikėjimas, įkyriosios būsenos ir t. t.

Visais laikais žmonija turėjo gyvenimą apkartinančių psichologinių problemų, tad šios knygos, jei neišspręs visų klausimų, gal jas perskaitę tapsime atsparesni mus supančiai tikrovei.