



Die Ökonomie der Erinnerung

Innere Austauschprozesse als Weg
zu mentaler Effizienz

Von Prof. Dr. Dr. Oliver Hoffmann

2024, 313 S., geb., 79,- €

ISBN 978-3-7560-1935-9

E-Book 978-3-7489-4826-1



Die Ökonomie der Erinnerung eröffnet eine neue faszinierende Perspektive auf das Geistsystem des Menschen und untersucht, wie Erinnerungen als zentrale Ressource Ausgangspunkt einer inneren Ökonomie werden. Das Buch vereint psychologische, philosophische, ökonomische und neurowissenschaftliche Ansätze, um praktische Methoden zur Selbstoptimierung zu vermitteln.

Mit dieser tiefgehenden Analyse der mentalen Prozesse zeigt das Werk auf, wie das eigene Denken und Fühlen effektiv gesteuert und verbessert werden kann. Die gezielte Auseinandersetzung mit mentalen Ressourcen ermöglicht es, eigenes geistiges Potenzial zu entfalten und zu einem bewussteren, erfüllteren Leben zu gelangen.