

Projekt „Innowacyjne kompetencje trenerskie InnTrain”, realizowany w ramach Programu Erasmus+  
Akcja I: Mobilność Kadry Edukacji Dorosłych w ramach sektora Edukacja Dorosłych  
nr umowy 2020-1-PL01-KA104-081143

## Ćwiczenie 1

### Zmiana nastawienia

#### Krok I

Zastanów się, w których obszarach Twojego życia widzisz u siebie nastawienie na trwałość? Wypisz te obszary.

#### Krok II

Wybierz jeden z wypisanych wyżej obszarów, w którym widzisz, że nastawienie na trwałość nie daje Ci szansy na rozwój i nad którym chciałbyś pracować w ciągu najbliższego miesiąca.

Projekt „Innowacyjne kompetencje trenerskie InnTrain”, realizowany w ramach Programu Erasmus+  
Akcja I: Mobilność Kadry Edukacji Dorosłych w ramach sektora Edukacja Dorosłych  
nr umowy 2020-1-PL01-KA104-081143