

# DESAFIO AHI

ADEUS HOMENS INDISPONÍVEIS

## Dia 5 – Valores inegociáveis

---

### Objetivo do dia

Definir com clareza o que é **negociável** e o que é **inegociável** para você em um relacionamento, além de listar as características do seu homem ideal.

Isso vai te ajudar a fazer escolhas conscientes, manter seu posicionamento e evitar aceitar menos do que merece.

---

### Introdução

Muitas mulheres entram em relacionamentos sem ter clareza sobre seus próprios limites e valores.

O resultado? Acabam aceitando comportamentos, atitudes e situações que não estão alinhadas com o que realmente querem.

Saber exatamente:

- O que **você não negocia** de forma alguma.
- O que **pode negociar** com diálogo e ajustes.
- Quais são as características e valores do seu homem ideal.

... é essencial para evitar se perder na relação e manter o respeito por si mesma.

💡 **Lembre-se:** quem não sabe o que quer, aceita qualquer coisa.

---

### Passo 1 – Liste seus valores inegociáveis

Valores inegociáveis são aqueles que, se não estiverem presentes, você prefere encerrar a relação. Eles dizem respeito a princípios, crenças, estilo de vida e atitudes que são fundamentais para você.

### **Exemplos de valores inegociáveis:**

- Ter fé em Deus ou respeitar minha fé.
- Ser fiel e leal.
- Tratar-me com respeito sempre, mesmo em discussões.
- Desejar construir uma família.
- Ter hábitos saudáveis (não fumar, não usar drogas).
- Estar alinhado aos meus princípios de honestidade e ética.

### **Agora escreva os seus:**

1-

---

2-

---

3-

---

4-

---

5-

---

## **Passo 2 – Liste o que é negociável**

Valores negociáveis são pontos que você prefere de um jeito, mas que não são determinantes para manter ou terminar a relação.

São aspectos em que é possível chegar a um acordo ou adaptação sem ferir sua essência.

### **Exemplos de valores negociáveis:**

- Preferência por morar em uma cidade específica.
- Estilo de se vestir.
- Gostos musicais.
- Hobbies diferentes.
- Ter ou não pet em casa.

 **Agora escreva os seus:**

1-

---

2-

---

3-

---

4-

---

5-

---

## **Passo 3 – Descreva as características do seu homem idea**

Aqui não se trata de criar um checklist impossível, mas de se conectar ao que é importante para você. Pense no que te atrai emocionalmente, nos hábitos, valores, estilo de vida e até aspectos físicos se isso fizer diferença para você.

### **Exemplo:**

- Tem maturidade emocional.
- Se comunica de forma clara e respeitosa.
- Tem ambições e trabalha para conquistá-las.
- Gosta de viajar e conhecer novos lugares.
- Cuida da saúde física e mental.
- É generoso e tem senso de humor.

 **Agora escreva o seu:**

1-

---

2-

---

3-

---

4-

---

5-

---

## Reflexão final

Ter clareza sobre seus valores e características desejadas não é sobre “escolher demais” é sobre **se proteger de viver relações que vão contra quem você é.**

Isso não é inflexibilidade, é amor-próprio.

Assim, quando conhecer alguém, você saberá exatamente onde pode ceder e onde não pode abrir mão.