GUÍAS PARA CRECER Y APORTAR

Mi crecimiento MAR Manual de Mis avances

Cómo registrar tus metas, practicar y consultar lo que has alcanzado.



Auténtica en tu esencia. Radiante en tu camino.

Un espacio para conocerte, aprender y convertir tus capacidades en acciones que hagan bien a tu vida y a tu comunidad.

marcomunidad.com/crecimiento

Actualización operativa: páginas 12-14. Consulta los accesos e instrucciones vigentes.

01 · TU ESPACIO PERSONAL

Un recorrido que puedes retomar.

Entra a la plataforma con tu cuenta. En el menú abre Auténtica y selecciona Mi crecimiento MAR. Encontrarás cuatro apartados: Mis avances, Explorar posibilidades, Mi trayectoria y Conoce tu camino.

Mis avances

Crea y actualiza metas personales. Consulta las habilidades, cursos y trayectorias que ya comenzaste.

Explorar posibilidades

Descubre las opciones publicadas y elige qué quieres practicar. El catálogo puede crecer con nuevas metas sugeridas, cursos, habilidades y trayectorias.

Mi trayectoria

Consulta los logros que MAR ha validado y los nombramientos o reconocimientos que te ha otorgado.

Conoce tu camino

Vuelve a la explicación del modelo y a las guías de crecimiento y participación.

También lo verás en otras secciones
Mi espacio muestra un resumen de tus metas activas y logros. Mi formación incluye los cursos de este recorrido. En Mi perfil encontrarás Mi trayectoria MAR. Los rangos comerciales continúan en Mi negocio.

02 · MIS METAS

Elige algo que tenga sentido para ti.

Crear una meta

• Pulsa Agregar meta.

• Escribe lo que quieres lograr, el área personal y tu primera acción.

• Si te ayuda, elige una fecha para revisar tu avance.

• Usa Reflexión privada para registrar lo que vas descubriendo.

• Pulsa Guardar mi meta y verifica el mensaje de confirmación.

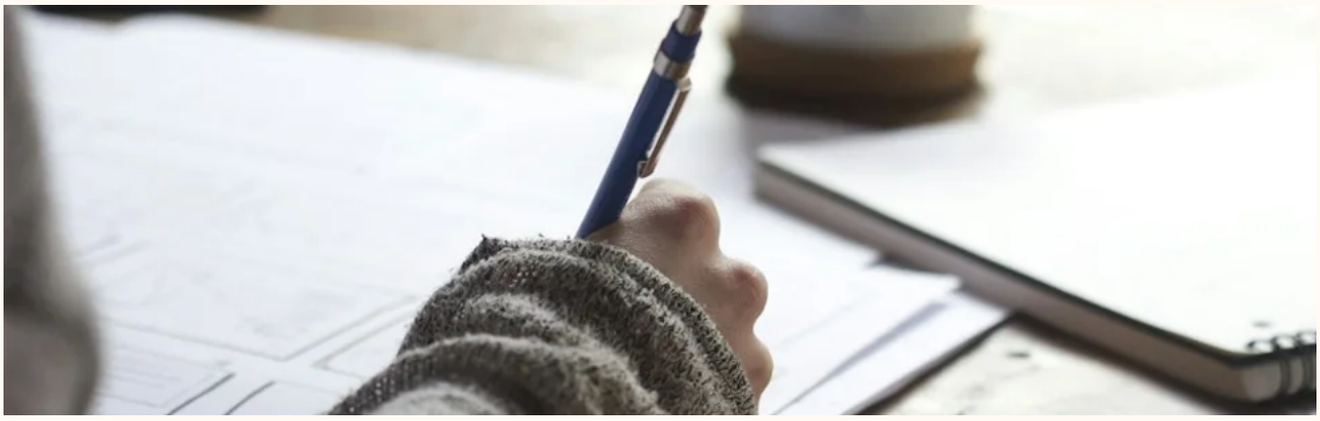
Actualizar y conservar tu historia

Abre Ver o actualizar. Puedes cambiar la acción, la fecha o tu reflexión. Cuando lo consideres, marca Cumplida según mi valoración. También puedes archivarla. Las metas no se borran al cambiar su estado y puedes tener varias al mismo tiempo.

Tus metas son privadas
Solo tú puedes consultar estas metas y reflexiones desde la plataforma. No aparecen en la bandeja de revisión de administración ni en los reportes del negocio. Marcar una meta cumplida expresa tu propia valoración y no equivale a una validación de MAR.

03 · MI PRÁCTICA

De explorar a llevarlo a la vida.



Iniciar un recorrido

En Explorar posibilidades elige Habilidad, Curso o Trayectoria. Lee su descripción e instrucciones. Si está disponible para tu cuenta, pulsa Iniciar mi recorrido. El elemento aparecerá en Mis prácticas y aprendizajes.

Guardar una práctica privada

Abre Ver mi recorrido. En Mi práctica o ejemplo de aplicación escribe qué hiciste y qué observaste. Elige En preparación o En práctica y pulsa Guardar práctica privada. Puedes volver y continuar después.

Tus condiciones al comenzar se conservan

Cada recorrido guarda las instrucciones y criterios que tenía cuando lo iniciaste. Si el catálogo cambia después, tu recorrido no reemplaza sus condiciones automáticamente. Una nueva propuesta puede publicarse como otro curso o habilidad.

04 · SOLICITAR REVISIÓN

Tú decides cuándo compartir una evidencia.

La opción Solicitar revisión aparece únicamente en recorridos que comenzaron con evaluación habilitada y criterios publicados. En Explorar posibilidades ya encontrarás las fichas de evaluación de las cinco habilidades iniciales. Los recorridos de práctica anteriores conservan sus condiciones originales; para solicitar evaluación, inicia la ficha correspondiente.

• Lee los criterios de evaluación de tu recorrido.

• Describe una aplicación real, el resultado que observaste y lo que aprendiste.

• Confirma que autorizas compartir ese texto con administración.

• Pulsa Solicitar revisión y verifica que el estado cambie a En revisión.

Mientras esperas

El texto enviado queda disponible para administración. Para modificarlo, pulsa Retirar solicitud de revisión. Volverá a tu práctica y podrás prepararlo antes de enviarlo de nuevo. Retirarlo no elimina el registro de la solicitud anterior.

Comparte únicamente lo necesario
La evidencia se captura como texto. No se adjuntan archivos en este bloque. Evita información íntima, datos sensibles o datos de terceras personas. Las respuestas de bienvenida y las metas privadas no se adjuntan a tu solicitud.

05 · LA RESPUESTA DE MAR

Una revisión con retroalimentación.

Requiere ampliar la evidencia

Necesitas explicar mejor una experiencia ya realizada. La revisión indica qué criterio debes aclarar.

Requiere más práctica

Necesitas aplicar algún componente o completar la experiencia mínima. Puedes continuar y enviar de nuevo.

Validada por MAR

La persona revisora confirma el logro y registra retroalimentación. El resultado aparece en Mi trayectoria con su fecha.

Un logro validado se conserva

La práctica validada mantiene su registro original. Puedes seguir creciendo con nuevas metas u otros recorridos.

Lo que significa la validación
Reconoce el logro de esa habilidad o curso frente a sus criterios. No emite automáticamente una constancia, una certificación profesional ni un nombramiento como mentora o coach. Esos documentos y funciones tienen su propio alcance y preparación.

Conserva una lectura clara de tu avance

En preparación y En práctica describen tu trabajo personal. En revisión indica una solicitud compartida. Requiere ampliar la evidencia, Requiere más práctica y Validada por MAR corresponden a la respuesta de administración. Los recorridos anteriores pueden conservar la respuesta general Requiere ajustes.

06 · MI TRAYECTORIA

Lo que ya has construido.

Habilidades y cursos validados

En Mi trayectoria y Mi perfil verás los logros validados por MAR y su retroalimentación. En Mi formación también podrás consultar los cursos que hayas iniciado dentro del nuevo catálogo.

Nombramientos

Cuando MAR te designe para una función publicada, aparecerá el nombre, la fecha, el motivo y el alcance. Si se definió vigencia, también podrás consultarla. Recibir un nombramiento implica una designación, no una compra ni un cambio automático de rango.

Reconocimientos de comunidad

Muestran un gesto o contribución celebrada, con su motivo y evento cuando corresponda. Por ejemplo, Manos que ayudan puede reconocer tu apoyo en un encuentro determinado.

Un historial que sigue siendo comprensible
Si un reconocimiento pierde vigencia o administración lo retira, su registro conserva ese estado. Un reconocimiento de comunidad no otorga beneficios comerciales. Los nombramientos y las habilidades se pueden desarrollar sin hacer negocio.

07 · CURSOS Y TRAYECTORIAS

Un catálogo que puede seguir creciendo.

Administración puede publicar nuevos cursos, habilidades, objetivos sugeridos y trayectorias. Una trayectoria reúne cursos o habilidades en una secuencia que te orienta. Cada elemento conserva su propio recorrido y su evaluación, cuando esté habilitada.

Accesos y recursos

Algunos recursos pueden requerir un plan de membresía o acceso a Mi formación. La plataforma indica cuando un recurso requiere acceso y no muestra el enlace restringido si tu cuenta no reúne esas condiciones. Una membresía no concede por sí misma un logro.

Lo que ya estudiabas en MAR

Los recursos y actividades anteriores de Mi formación siguen disponibles conforme a sus condiciones. Este catálogo añade un seguimiento de práctica y revisión. Tus marcas anteriores de actividad completada no se convierten automáticamente en validaciones de competencias.

Si no hay cursos publicados todavía

Verás un mensaje que indica que MAR publicará nuevas posibilidades. Puedes continuar con los recursos existentes y con las primeras habilidades disponibles para practicar.

08 · CUANDO NECESITAS RETOMAR

Guardar, revisar y continuar.

Antes de cambiar de sección

Guarda tus textos. Si hay cambios pendientes, la plataforma te pedirá decidir si quieres salir y descartarlos.

Si aparece un error

Conserva el texto en pantalla. Reintenta el guardado o recarga para recuperar lo ya guardado. Un mensaje de confirmación indica que el registro se completó.

Si el registro cambió

Puede haber una actualización desde otra pestaña. Recarga y revisa el estado actual antes de intentar guardar de nuevo.

Si necesitas apoyo

Consulta a administración sobre una revisión o un reconocimiento. Para los recursos formativos, revisa las condiciones de acceso de tu cuenta.

Tu siguiente paso
Elige una meta pequeña, inicia una habilidad y observa qué cambia cuando la practicas. El crecimiento se construye con acciones que puedes reconocer y sostener.

Auténtica → Mi crecimiento MAR → Mis avances

09 · EVALUACIÓN DE HABILIDADES

Una ficha para saber qué demostrar.

Las cinco habilidades iniciales tienen una ficha de evaluación publicada. En Explorar posibilidades verás las opciones identificadas como Evaluación. Lee sus criterios, experiencia mínima y preguntas antes de iniciar el recorrido.

Cinco criterios, sin promedios

La persona revisora valora cada criterio como Demostrado, Falta explicar o Falta practicar, y registra una justificación. Para validar la habilidad deben quedar demostrados los cinco criterios y cumplida la experiencia mínima.

Tres resultados posibles

Habilidad demostrada

Se cumplen los criterios y la experiencia mínima.

Requiere ampliar la evidencia

Hay una experiencia aplicada, pero falta explicar uno o más criterios.

Requiere más práctica

Falta aplicar algún componente o completar la experiencia mínima.

La misma experiencia puede servir para varias habilidades
Presenta por separado qué demuestra en cada habilidad. La validación de una no concede automáticamente las demás. Puedes responder brevemente y recibir apoyo para redactar tu propia experiencia.

10 · HISTORIAL Y CONTINUIDAD

Cada revisión te ayuda a avanzar.

Consultar el detalle

Abre tu práctica y despliega Historial de revisiones. Podrás ver la fecha, quién revisó, el resultado, la valoración y explicación de cada criterio, la comprobación de experiencia mínima y el siguiente paso.

Conservar lo que ya demostraste

Al revisar una nueva entrega, los criterios demostrados se conservan como referencia. Si la persona revisora necesita reconsiderar uno, debe justificar el cambio. La revisión anterior permanece en el historial.

Hábitos y constancia

Registra seis aplicaciones reales de tu práctica, en momentos distintos y conforme a la frecuencia elegida. Realiza una revisión tras las primeras tres aplicaciones y otra tras las siguientes tres. Si hubo interrupciones, conserva lo realizado y explica cómo retomaste.

Una condición de evidencia MAR
No se exige una racha perfecta ni un mismo plazo para todas. Seis aplicaciones permiten reunir evidencia para la revisión; no significan que un hábito se forme científicamente en seis repeticiones. La validación depende de todos los criterios.

Consulta también Habilidades iniciales MAR: fichas de aplicación y evaluación, disponible entre las guías de Mi crecimiento MAR.

EDICIÓN 2.1 · 6 DE NOVIEMBRE DE 2026 · 01

Edición sincronizada: evaluación y continuidad

Estos capítulos actualizan las rutas y funciones descritas en las páginas anteriores. La edición conserva su contenido base y sus condiciones vigentes.

Esta edición conserva el contenido más completo disponible en el sitio e incorpora la misma versión y fecha en la copia descargable y la copia guardada. Sustituye las copias anteriores que todavía indicaban que las cinco habilidades iniciales no tenían evaluación.

Las cinco habilidades iniciales disponen de fichas con cinco criterios y experiencia mínima. Se distingue Demostrado, Falta explicar y Falta practicar. Para validar deben cumplirse los criterios y el mínimo; no se compensan criterios mediante promedios.

En Hábitos y constancia se requieren seis aplicaciones reales en momentos distintos y dos revisiones: tras las primeras tres aplicaciones y tras las siguientes tres. Una interrupción no reinicia lo realizado. Es un mínimo de evidencia MAR, no un plazo científico para formar hábitos.

El historial conserva los resultados previos. Una nueva entrega permite concentrarse en lo pendiente; reconsiderar un criterio ya demostrado exige explicar el motivo. Las condiciones del recorrido se conservan al iniciarlo; una edición del catálogo no cambia automáticamente recorridos anteriores.

Los resultados distinguen Requiere ampliar la evidencia, Requiere más práctica y Validada por MAR. Un logro de crecimiento no cambia por sí mismo rangos, comisiones ni membresías. Las metas y prácticas privadas solo se comparten cuando la integrante solicita la revisión correspondiente.

Para integrantes: Auténtica → Mi crecimiento MAR. Para el equipo: Administración → Crecimiento. Las consultas operativas se reciben en Centro de Ayuda MAR. El contenido completo de la biblioteca sigue los permisos de cada recurso.

Accesos de referencia: Manual de Mis Avances, Guía de Crecimiento y Participación, fichas de Habilidades Iniciales y Cuaderno de Primeros Pasos en las guías de crecimiento. El Manual de Operación del Crecimiento permanece reservado a administración.

EDICIÓN 2.1 · 6 DE NOVIEMBRE DE 2026 · 02

Orientación actualizada para tu participación

MAR contempla membresías de 150, 300 y 600 pesos por mes calendario. En Mis beneficios, elige el plan y consulta las opciones de pago. Mercado Pago está integrado como una alternativa sujeta a la habilitación y al modo de operación que muestre la plataforma. Si aparece Probar pago o Modo de pruebas, no se trata de una compra real.

Volver de la pantalla de pago no activa beneficios por sí solo. MAR debe verificar el estado aprobado con Mercado Pago. Un estado pendiente requiere esperar o actualizar su estado; uno rechazado o cancelado no equivale a pago recibido. Un pago marcado en revisión necesita conciliación administrativa antes de resolver la activación.

Los Puntos Recompensa confirmados se acumulan mes tras mes. No vencen ni se reinician al cerrar un periodo. Conservan su categoría hasta su canje: 20% para productos y 80% para experiencias. Los puntos potenciales del mes siguen sujetos a calificación, cierre y revisión antes de convertirse en saldo confirmado.

Los puntos de red para rangos sí se cuentan por mes calendario y se reinician al comenzar el siguiente. Ese reinicio no elimina los Puntos Recompensa confirmados. La membresía del nuevo mes no reinicia esos saldos.

Las metas personales, la práctica de habilidades y las reflexiones privadas siguen su propio recorrido. No se convierten automáticamente en comisiones, puntos de red o rangos. Consulta el Manual de Rangos MAR para distinguir las condiciones comerciales y los criterios formativos pendientes de formalización.

EDICIÓN 2.1 · 6 DE NOVIEMBRE DE 2026 · 03

Documentos vigentes y cómo encontrar ayuda

Esta edición 2.1, del 6 de noviembre de 2026, conserva el contenido de base y actualiza las instrucciones operativas. Para pagos en línea, cambios de membresía y acumulación de Puntos Recompensa, utiliza los capítulos de actualización de esta edición cuando amplíen o sustituyan una descripción anterior.

La Guía de Uso y Bienvenida se consultan desde Guía de inicio y Somos MAR. La Guía para Embajadoras está en Mi negocio. El nuevo Manual de Rangos MAR se consulta en Mi negocio → Rangos y en la Biblioteca de Recursos. Los manuales de administración, operación del crecimiento y fundacional conservan su acceso restringido.

La presentación Crece y aporta en MAR se ofrece como PDF y PowerPoint editable desde las guías de crecimiento. La descarga editable cuenta con un acceso específico. Ante una incidencia, informa el título del archivo y el mensaje mostrado en el Centro de Ayuda, sin compartir contraseñas ni códigos de acceso.

La versión identifica la edición documental y no acredita que cada cuenta o transacción haya sido conciliada individualmente. La revisión de puntos de octubre por cuenta continúa pendiente; no debe interpretarse un ejemplo como confirmación de saldo personal.