

# “城乡共生”视域下疗愈农场模式的创新路径研究——以“耕心处方”项目为例

余珊 程海龙\*

广州城市理工学院, 中国·广东 广州 510800

**摘要:** 当前, 城市人群面临普遍的身心压力, 而农村大量土地资源闲置, 资源活化成为紧迫任务。共享农场作为城乡资源互动的重要载体, 正从单一农业体验向“农业+康养”“农业+心理疗愈”方向升级。本文以“耕心处方”项目为案例, 基于城乡共生理论、共享经济理论与体验经济理论, 提出“劳动解压驱动双疗循环”的作用机理, 系统分析该模式在模式内核、运营机制、发展动力与发展韧性四个维度的创新, 并揭示其在实践中面临的供需匹配、运营落地、政策协同与风险控制等现实困境。在此基础上, 提出强化闭环衔接、补齐运营短板、深化双轮驱动、提升模式韧性的优化路径。研究为共享农场与疗愈经济融合提供了理论解释与实践参照, 也为城乡共生理念在农业领域的落地提供了新的经验证据。

**关键词:** 城乡共生; 疗愈农场; 共享经济; 劳动解压; 乡村振兴

## Research on Innovative Pathways of Care Farming Model under the Perspective of Urban-Rural Symbiosis——Taking the "Gengxin Prescription" project as an example

Yu Shan, Cheng Hailong\*

Guangzhou City University of Technology, China Guangdong Guangzhou 510800

**Abstract:** Currently, urban populations face widespread physical and psychological stress, while vast rural land resources remain idle, making resource revitalization an urgent task. As a crucial platform for urban-rural resource interaction, shared farms are evolving from single agricultural experiences to integrated models such as "agriculture + wellness" and "agriculture + psychological therapy". Using the "Gengxin Prescription" project as a case study, this paper proposes the "labor-induced stress relief driving dual therapy cycle" mechanism based on urban-rural symbiosis theory, sharing economy theory, and experience economy theory. It systematically analyzes the innovation of this model across four dimensions: core framework, operational mechanisms, developmental momentum, and resilience. The study also reveals practical challenges encountered in implementation, including supply-demand matching, operational execution, policy coordination, and risk management. Based on this foundation, an optimization pathway is proposed to strengthen closed-loop integration, address operational shortcomings, deepen dual-wheel drive mechanisms, and enhance model resilience. The study provides theoretical explanations and practical references for the integration of shared farms with the healing economy, while also offering new empirical evidence for implementing the concept of urban-rural symbiosis in the agricultural sector.

**Keywords:** Urban-rural symbiosis; Healing farms; Sharing economy; Stress relief through labour; Rural revitalisation

### 0 引言

健康中国 2030 规划与乡村振兴战略的叠加推进, 为城乡关系重构提供了新的政策窗口<sup>[1,2]</sup>。一方面, 城市化进程的加快使城市人群普遍面临高强度工作、社交疏离与精神压力, 而高效、低成本的解压方式仍相对匮乏; 另一方面, 农村劳动力持续外流导致大量土地资源闲置, 我国耕地闲置比例已升至 5.72%<sup>[3,4]</sup>, 如何激活闲置资源成为乡村发展面临的紧迫任务。在此背景下, 共享农场作为城乡资源互动的重要平台, 正从单一的农业体验向“农业+康

养”“农业+心理疗愈”方向拓展。农业的“医疗休闲功能”逐渐被学界与业界认识和开发<sup>[5]</sup>, 为农疗经济的兴起提供了理论支撑与实践土壤。然而, 当前研究多聚焦于城乡共生理论的宏观政策层面, 对疗愈经济与共享农场在微观层面的融合机制关注较少, 尤其缺乏对“劳动—疗愈—资源活化”内在逻辑的系统揭示。本文以“耕心处方”项目为案例, 从城乡共生视角出发, 提出并分析“劳动解压驱动双疗循环”模式的设计逻辑与实践成效, 系统探讨其在实现心理疗愈与资源活化双向赋能中的作用机制。在此

基础上, 识别项目面临的现实挑战, 并提出优化路径, 以期填补共享农场与心理健康融合领域的研究空白。

## 1 文献综述与理论基础

### 1.1 文献综述

近年来, 围绕城乡共生、共享农场与疗愈经济的交叉研究逐渐增多。赵怡从共享经济视角分析了乡村振兴的实施路径, 指出共享经济能够盘活农村闲置资源、激活乡村发展活力<sup>[1]</sup>。朱文韬等系统梳理了共享经济助力农村闲置资源利用的六种途径, 包括共享农场、共享民宿、共享农机、共享劳务等, 并指出现有共享农场模式在经营主体、经营范围、风险分摊等方面仍存在不足<sup>[4]</sup>。胡永盛等从农业多功能性角度提出农业具有医疗休闲功能, 日本、美国等国已兴起农业自然疗法, 为共享农场向疗愈方向转型提供了理论依据<sup>[9]</sup>。

郑涵茜以共享农场为例, 阐释了共享经济助推农业供给侧结构性改革的路径, 认为共享农场通过使用权的交易将闲置资源与城市需求进行匹配, “将不确定的流动性转化为稳定的连接”<sup>[5]</sup>。张尔升等从要素市场化配置视角出发, 提出共享农庄是城乡要素融合配置的有效平台, 实现了“农民变股民、农房变客房、消费者变投资者”的角色转换<sup>[6]</sup>。曾安逸等总结了国内外共享农庄的实践经验, 包括美国艾米农场的开放式经营、日本 MYFarm 的会员制与农业学校模式等<sup>[7]</sup>。张鑫等分析了共享农庄的四种盈利模式: 售卖产品、资源租赁、延伸价值、主题营销<sup>[8]</sup>。在疗愈经济领域, 胡永盛等明确提出农业具有医疗休闲功能, 认为田园风光有助于缓解城市生活压力<sup>[9]</sup>。王东等从共享发展理念出发, 提出乡村振兴应构建“主体、产业、环境、家园”四位一体的共享建设框架<sup>[9]</sup>。

综合来看, 现有研究对共享农场的模式创新已有较多探讨, 但将城乡共生理论与疗愈经济相结合的具体案例研究仍较为缺乏。本文以此为切入点, 尝试在理论与实践的互动中揭示农疗经济的运作逻辑。

### 1.2 理论基础

#### 1.2.1 城乡共生理论

城乡共生是指城市与乡村基于资源互补、功能协同、利益共赢形成的发展关系<sup>[2]</sup>。其核心在于二者地位平等、互为赋能, 而非城市对乡村的单向带动。王东等从共享发展、共享建设、共享治理三个维度构建了乡村振兴的共享理路, 为理解城乡共生提供了理论工具<sup>[9]</sup>。在本研究中, 城乡共生构成“耕心处方”项目的核心逻辑, 即通过劳动解压实现城市人群心理疗愈与农村闲置土地活化的双向

赋能。

#### 1.2.2 共享经济理论

共享经济的本质是通过互联网等技术手段降低交易成本, 实现闲置资源使用权的临时让渡, 从而创造价值。该理论强调“使用权而非所有权”的核心理念, 为项目的轻资产运营设计提供了理论基础。从交易成本视角看, 共享经济使原本难以流通的资源进入市场<sup>[4]</sup>, 这正是“耕心处方”项目盘活农村闲置土地的关键所在。

#### 1.2.3 体验经济理论

体验经济理论关注消费者在参与过程中的主观感受与价值创造, 强调以服务为场景、以产品为工具, 使消费者在亲身参与中获得难忘体验, 进而创造更高经济价值。本研究运用该理论分析农业劳动如何从生产行为转化为疗愈体验, 以及体验设计对用户粘性的影响机制。

#### 1.2.4 农业多功能性理论

该理论认为, 农业除食品生产功能外, 还具有环境保护、景观保持、文化传承、医疗休闲等多种功能<sup>[9]</sup>。20世纪90年代以来, 农业多功能性逐渐得到国际社会认可, 日本、美国等国兴起的农业自然疗法正是该理论的实践体现。本研究借助该理论解释“耕心处方”项目将农业与心理疗愈结合的创新思路, 说明农疗经济并非凭空创造, 而是对农业既有功能的现代化开发。

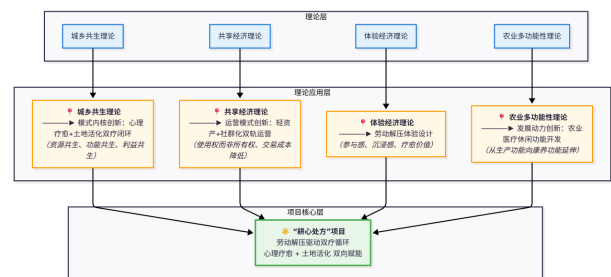


图1 “耕心处方”项目的理论支撑框架

上述四大理论分别从不同层面阐释了“耕心处方”项目的合理性与创新性, 共同构成相互支撑的理论框架。城乡共生理论构成了项目的核心逻辑, 即通过劳动解压实现城市人群心理疗愈与农村闲置土地活化的双向赋能。共享经济理论为项目的轻资产运营设计提供了理论基础, 强调“使用权而非所有权”, 使项目能够以较低门槛盘活农村闲置土地。体验经济理论为项目的价值转化机制提供了理论解释, 聚焦农业劳动的生产性向疗愈性转化, 并阐释体验设计对提升用户粘性的影响逻辑。农业多功能性理论为项目的产业创新提供了合法性依据, 说明农疗经济是对农业既有医疗休闲功能的现代化开发。

## 2 疗愈农场的作用机理与模式创新

### 2.1 劳动解压驱动双疗循环是疗愈农场的作用机理

“耕心处方”项目的核心机理可概括为“劳动解压驱动双疗循环”。如图1所示，项目以劳动解压为纽带，将城市人群的心理疗愈需求与农村土地资源活化需求相连接，形成“城市压力缓解—农场价值激活—农产品溢价反哺”的可持续闭环。

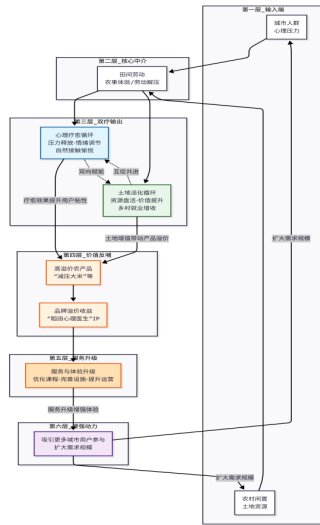


图2 “耕心处方”项目中劳动解压驱动双疗循环的作用机理

具体来讲，该机理的具体运作路径如下：第一，城市人群通过参与田间劳动，在身体活动、自然接触与注意力转移中实现心理压力的释放与情绪调节，这一过程构成“心理疗愈”的核心环节。第二，城市人群的参与行为同时激活了农村闲置土地资源，使其从“沉睡资产”转变为“经营性资产”，实现资源活化与价值创造。第三，土地活化后产出的高溢价农产品（如“减压大米”）通过品牌化运营反哺农场运营与乡村发展，为疗愈服务的持续优化提供经济支撑。这一机制实现了心理疗愈与资源活化的双向赋能，形成了可持续的正向循环。有研究将这种模式概括为“将不确定的流动性转化为稳定的连接”<sup>[5]</sup>，其本质正是城乡共生理念在农业领域的微观实践。

### 2.2 疗愈农场模式创新的四个核心维度

#### 2.2.1 构建“心理疗愈+土地活化”双疗闭环是该模式的内核创新

“耕心处方”的独特之处在于，它不是将农业与疗愈简单叠加，而是构建了二者相互驱动、互为支撑的闭环机制。传统农业共享模式主要聚焦于资源盘活<sup>[1]</sup>，而城市心理疏导多局限在咨询室空间，二者之间存在结构性断层。项目以劳动解压为纽带，让城市人群在田间劳作中释放压力，同时让闲置土地因这份参与而重获生机。这一机制与

城乡共生理论高度契合，实现了资源共生、功能共生与利益共生<sup>[6]</sup>。正是这种双向赋能的“双疗”设计，使项目超越了传统共享农场“城里人下乡租块地”的浅层互动，实现了“农民变股民、农房变客房、消费者变投资者”的角色转换。

#### 2.2.2 “轻资产+社群化”双轨运营是该模式的运营创新

项目通过“轻资产与社群化”的结合，有效降低了城乡资源对接的门槛。轻资产运营体现在“一平米疗愈田”认领、劳动积分兑换等设计上，既降低了城市用户的参与成本，也避免了传统农业开发中对乡村的单向资本植入。共享经济理论强调的“使用权而非所有权”在此获得生动实践。社群化运营则通过“城市志愿者—农民导师”的结对模式，让城乡人群在田间地头产生真实互动。国内外“公司+集体+农户”<sup>[7]</sup>和“劳动份额”<sup>[8]</sup>等实践为这种平衡提供了经验参照。

#### 2.2.3 政策+商业双轮驱动是该模式发展动力的创新

项目紧扣健康中国2030与乡村振兴两大国家战略，积极响应广东省“百县千镇万村高质量发展工程”部署，争取将“疗愈经济”纳入地方试点。商业方面，项目推出“减压大米”等高附加值农产品，打造“稻田心理医生”情感IP，通过讲述土地、农民、疗愈者的故事传递“劳动即疗愈”的理念。国内“日照绿茶”区域品牌建设经验<sup>[10]</sup>和“四个一码”追溯体系<sup>[11]</sup>为农产品品牌化提供了借鉴。

#### 2.2.4 标准化可复制+三重风险控制是该模式在发展韧性上的创新，也是该模式可持续发展的保障

该项目打造了“耕心工具包”，将选址标准、课程模板、安全预案等核心要素固定下来，为模式跨区域推广提供可能，同时为不同地区的本土化适配预留了弹性空间。项目还建立“保险覆盖+数据脱敏+备选方案”三重保障机制，针对性应对劳动安全、用户隐私、极端天气三大核心风险。国内关于“保险+期货”风险分摊机制的研究<sup>[12]</sup>为项目构建风险防控体系提供了理论参照。

## 3 现实困境与制约因素

### 3.1 双疗循环的持续性困境之一：供需匹配的精准度与稳定性不足

高压人群的心理疗愈需求呈现高度个体化特征，如何在标准化课程与个性化服务之间取得平衡，是项目面临的核心难题之一。此外，土地、劳动力等资源的供给受到季节变化、村民合作意愿等因素影响，稳定性不足。有研究指出，农业领域中的搜寻、签约、监督等交易成本较高，导致农业共享经济多局限于熟人之间，而项目需要突破这

一局限,实现规模化运营。从“劳动解压”到“农产品溢价”的价值转化需经历多个环节,任一短板都可能影响闭环的可持续性。城镇化进程对乡村产业的冲击<sup>[13]</sup>进一步加剧了这种不稳定性。

### 3.2 运营模式的落地困境之二:轻资产与社群化的短板凸显

轻资产运营的局限首先体现在硬件设施投入不足。农疗体验需要专业的场地与配套设施,投入不足可能影响服务的专业性、舒适性。其次,轻资产模式在品牌打造方面投入有限,可能导致“稻田心理医生”IP的传播力不足。社群化运营的难点在于专业维护的缺失。城乡结对社群要实现深度联结,需要专业运营团队的持续引导,否则容易陷入“建而不联”的困境。有研究指出,农民参与度不高是农村共享经济发展面临的普遍问题<sup>[14]</sup>,这同样适用于社群中的农民导师群体。

### 3.3 双轮驱动的协同困境之三:政策落地与商业变现的平衡难度大

疗愈经济作为新兴业态,目前尚未形成统一的行业标准。申请纳入地方乡村振兴试点的流程复杂、周期较长,政策支持落地的速度难以匹配项目发展的需要。共享经济相关政策体系往往存在滞后性,这在农业领域尤为明显。同时,高溢价农产品的市场接受度还有待验证,情感化品牌叙事的变现路径相对单一,过度依赖农产品销售可能使项目收益结构脆弱。

### 3.4 可复制与风险控制的实操困境之四:标准化与本土化的适配性不足

不同区域的城乡资源禀赋差异显著,包括土地条件、气候特征、客群结构、文化传统等。标准化模板若缺乏足够的灵活调整空间,直接复制到新区域时容易出现“水土不服”。风险控制方面,劳动安全的专业保障、数据脱敏的技术手段、极端天气的备选方案等都需要持续投入,初创期的项目可能难以面面俱到。关于闲置资源共享中的权属管理问题和风险分摊机制的研究也为项目完善风控提供了参照。

## 4 优化策略与建议

### 4.1 强化双疗循环闭环,提升供需匹配精准度与可持续性

城市端应进一步优化劳动解压的课程体系,在保持标准化的基础上推出个性化定制服务,建立客群体验反馈机制,持续优化内容供给。农村端应与村民签订长期合作协议,探索“保底收益+按股分红”的利益联结机制,使村民从短期资源提供者转变为长期事业合伙人。闭环环节

应打通线上线下销售渠道,借鉴“日照绿茶”品牌建设经验,强化“减压农产”的品牌溢价,形成“需求—供给—收益—升级”的良性循环。

### 4.2 补齐运营模式短板,实现轻资产与社群化的提质升级

通过政企合作、社会资本引入等方式,争取政府乡村振兴专项资金或社会企业投资,逐步完善农疗体验基础设施。聚焦“稻田心理医生”IP,打造低成本、高传播的品牌内容体系。组建专业社群运营团队,开发农事研学、乡村文化体验、节气主题活动等多样化互动形式,培育社群自组织能力。在公共活动与私密空间之间寻求平衡,满足不同用户的多元需求。

### 4.3 深化双轮驱动协同,推动政策落地与商业变现双向赋能

项目应主动对接地方农业农村、卫生健康等主管部门,可聘请专业政策咨询团队协助申报,争取纳入广东省“百县千镇万村高质量发展工程”试点,加快疗愈经济团体标准的申请与落地。商业端应丰富农疗产品的变现路径,开发劳动解压课程套餐、农产礼盒、企业团建、亲子研学等多层次产品体系,设计低门槛体验产品引导用户从体验逐步转化为消费。强化情感化品牌叙事,借助用户案例、农产品生长日记等内容持续积累品牌信任。

### 4.4 提升模式发展韧性,实现标准化可复制与本土化适配平衡

升级“耕心工具包”,在原有基础上增加本土化适配模块,如针对不同区域制定的资源评估指南、客群需求分析模板、地方文化融入建议等,实现“核心统一、局部灵活”的设计目标。风险防控方面,应与专业安全机构合作开展培训演练,借助专业数据服务商升级数据脱敏技术,开发室内农事体验、线上云认养等极端天气备选方案,构建更为完善的风险防控体系。

“耕心处方”项目以劳动解压为纽带,将城市人群的心理疗愈需求与农村闲置土地资源活化需求精准对接,探索出“劳动解压驱动双疗循环”的农疗经济新范式。该项目在模式内核、运营机制、发展动力与发展韧性四个维度的创新,为城乡共生理念在农业领域的落地提供了新的经验证据。未来研究可进一步拓展案例样本,开展跨区域比较分析,并探索农疗效果的量化评估方法,以推动该模式的理论深化与实践推广。

### 参考文献:

[1] 夏玄,李宏宇,于涵.“共享+农业”模式创新:

- 共享农场如何重塑农业经济生态 [J]. 农场经济管理, 2025, (04): 61-2.
- [2] 赵怡. 共享经济对乡村振兴战略实施的影响研究 [J]. 现代商贸工业, 2019, 40(08): 4-5.
- [3] 胡永盛, 费汉华. 农业共享经济发展探讨 [J]. 天津农业科学, 2019, 25(01): 53-7.
- [4] 朱文韬, 栾敬东, 朱礼龙. 共享经济视角下农村闲置资源利用问题研究 [J]. 西昌学院学报(社会科学版), 2018, 30(04): 52-7+71.
- [5] 郑涵茜. 共享经济助推农业供给侧结构性改革——以共享农场为例 [J]. 沿海企业与科技, 2018, (04): 7-10.
- [6] 张尔升, 崔春于, 曹长芳. 要素市场化配置新途径: 共享农庄的视角 [J]. 山东农业大学学报(社会科学版), 2024, 26(01): 68-77+191-2.
- [7] 曾安逸, 张慧坚, 李晓娜等. 国内外共享农庄发展实践经验对海南的启示 [J]. 热带农业科学, 2019, 39(12): 127-31.
- [8] 张鑫, 辛霁虹, 曾祥亮. 国内外共享农庄模式对我国农业旅游发展的影响 [J]. 农场经济管理, 2019, (05): 5-9.
- [9] 王东, 王木森. 新时代乡村振兴战略实施的共享理路 [J]. 西北农林科技大学学报(社会科学版), 2019, 19(03): 1-9.
- [10] 袭雅楠. 基于共享经济的农业产业链构建分析 [J]. 农业开发与装备, 2025, (01): 85-7.
- [11] 邱新泉, 马丽, 商丽翠. 数字经济赋能视角下农业产业链中的共享经济模式探究 [J]. 数字农业与智能农机, 2023, (07): 101-3.
- [12] 黄嘉妮, 周永明, 蒋满霖. 共享经济下农业经济规模化发展的内在困境与路径选择 [J]. 农业经济, 2024, (04): 7-9.
- [13] 吴业苗. 乡村业态演变与共享新业态建构 [J]. 天府新论, 2019, (03): 98-105.
- [14] 王文昭. 共享经济视角下吉林省乡村振兴的现状和问题分析 [J]. 长春金融高等专科学校学报, 2022, (01): 79-83.
- 作者简介: 第一作者: 余珊(2006.01-), 女, 汉族, 广东江门人, 本科生, 研究方向: 农产品营销、乡村振兴。
- \* 通讯作者: 程海龙(1981.02-), 男, 汉族, 河南三门峡人, 硕士研究生, 讲师, 研究方向: 农产品电商, 产业经济。