

يمكن تعريف علم النفس السلوكي بأنه العلم الذي يُعنى بدراسة العلاقة بين العقل والسلوك، وفي هذا المجال يحاول الباحثون والعلماء فهم سبب التصرفات والسلوكيات البشرية، واكتشاف أنماط السلوك والأفعال، وهو يساعد الأفراد على بناء عادات أفضل، كما يساعد الشركات على إنشاء منتجات أفضل، كما أنه يمكن للمجتمعات من خلاله تطوير مساحات معيشية أفضل. ويفترض علماء هذه النظرية أن الأفراد يكتسبون جميع السلوكيات من خلال التفاعل مع البيئة الخارجية، لذلك فهم يعتقدون أن الأفعال تتشكل فقط من خلال المحفزات الخارجية كالقوانين والتعليم، والقوى الاجتماعية والاقتصادية وما إلى ذلك من الأمور، وليس بسبب المنبهات الداخلية مثل الأفكار والعواطف والشخصية، فعلى سبيل المثال، يمكن تفسير القلق وفقاً للسلوكية على أنه سلوك مكتسب من البيئة الخارجية، مثل التواجد حول أشخاص آخرين يشعرون بالقلق، وليس أنه قد ينتج بسبب التجربة الداخلية أو الميول الجينية. يمكن استخدام علم النفس السلوكي في العديد من المجالات، ومن أبرز هذه المجالات ما يأتي: 1- التعليم : يمكن استخدام علم النفس السلوكي لمساعدة المعلمين في وضع خطط العلاج لبعض الطلاب المحددين، كما يمكن للمعلمين أيضاً استخدام مبادئ علم النفس السلوكي للعثور على طرق تساعد في الحفاظ على تفاعل طلابهم وتحفيزهم، كما يمكن للآباء والمختصين في رعاية الأطفال استخدامه لتدريب الأطفال على تعلم السلوكيات الصحيحة عبر المكافأة لتعزيز السلوك الإيجابي.