EBP的概念起源于临床医学，美国心理学学会（APA）在2006年发表了关于EBP的正式说明与政策，后续EBP的概念被教育学等学科体系所借鉴使用，它指的是有研究支持的，有效的治疗/干预/教学策略方式。进一步来说，EBP的目的就是系统地给实践者提供临床研究的证据，以帮助一线工作人员做出合适的决策。

这个决策可能是教学，也可能是评估，可能是单一的方法，也包括一套模式。总而言之，不管这个决定是什么，都不应该是“无中生有”，都不应该是“我说有效就有效”。“你说有效，那你拿出证据来啊！”就是EBP对实践工作者最大的功能和贡献。