Specific criteria —

(1) परिस्थिति की अनुकूलता — (appropriateness to the situation) सामान्य व्यक्ति वह है जो परिस्थिति के अनुकूल व्यवहार मात्रा तथा गुण के दृष्टिकोण से करता हो। असामान्य व्यक्ति वह है जो परिस्थिति के प्रतिकूल व्यवहार करता है।

(2) आंतरिक मांगों तथा बाह्य मांगों के बीच समायोजन → (adjustment between inner demand & external demand) सामान्य व्यक्ति वह है जो अपनी आंतरिक मांगों (इच्छाओं) तथा बाहरी मांगों (दबाव) के बीच संतुलन या समायोजन स्थापित करने में सफल हो। और असामान्य व्यक्ति वह है जिसमें इस गुण का अभाव हो।

(3) बदलते हुए वातावरण के साथ समायोजन करना (coping with changing environment) सामान्य व्यक्ति वह है जो बदलते हुए हालात के साथ प्रत्यक्ष या अप्रत्यक्ष रूप से समायोजन स्थापित करता है और असामान्य व्यक्ति वह है जो इसमें सफल नहीं होता है। coping - direct तथा indirect होता है।

(4) अपनी सीमाओं तथा गुणों के साथ-साथ दूसरों के गुणों का तटस्थ मूल्यांकन — (Evaluation of self limitation & qualities as well as qualities of other) — सामान्य व्यक्ति वह है जो अपनी सीमाओं तथा गुणों के साथ-साथ दूसरों के गुणों पर भी ध्यान रखता है।

असामान्य व्यक्ति वह है जिसमें यह क्षमता नहीं होती है।

(5) दूसरों की कठिनाइयों को समझना → understanding the difficulties of others

सामान्य व्यक्ति वह है जो दूसरों की कठिनाइयों को भी ध्यान में रखता है लेकिन असामान्य व्यक्ति ऐसा नहीं करता है।

(6) मानसिक स्वास्थ्य (Mental health)

संक्षेप में जो व्यक्ति मानसिक रूप से स्वस्थ्य हो वही सामान्य है और जो व्यक्ति मानसिक रूप से अस्वस्थ्य हो वही असामान्य है।

मानसिक रूप से स्वस्थ्य व्यक्ति की पहचान करें कि वह मानसिक रोगों से मुक्त हो। पक्षपातों से मुक्त हो, पूर्व धारणाओं से मुक्त हो और तटस्थता का भाव रखता हो।