هناك معايير لتحديد السواء واللاسواء

اولاً : المعيار الذاتي :

إذ يرى من يتخذ هذا المعيار في تحديد السواء واللاسواء أن الفرد يتخذ من ذاته اطارا مرجعيا يرجع إليه فى الحكم على السلوك السوي أو الشذوذ، والبديهي أن هذا المعيار يتضمن الاطار الاجتماعي استنادا إلى عملية التطبيع الاجتماعي، والمحل العام في هذا المعيار هو ما يشعر به الشخص و كيف يرى في نفسه الاتزان أو السعادة أي إن السوية هي احساس داخلي.

ثانياً : المعيار الاجتماعي:

وفق هذا المعيار أن الشخص السوي هو الذي يتوافق سلوكه مع قيم وعادات وتقاليد المجتمع الذي يعيش فيه، وأن السوي هو المتوافق اجتماعيا، أى أن العرف والثقافة السائدة هي التي تعد المعيار للحكم على السواء ،واللاسواء، وأن السلوك الغير سوي أو الشاذ هو من خالف سلوكه هذه القيم والنظم في مجتمعه وغير متوافق اجتماعياً.

ثالثاً : المعيار الاحصائي:

يعتمد المعيار الإحصائي على درجة تكرار السلوك وشيوعه بين الناس أو بين أفراد الجماعة الواحدة فالسلوك الذي يصدر عن الأغلبية في إطار الجماعة سلوك سوي أما السلوك الذي يصدر عن أقلية في إطار هذه الجماعة فهو غير سوي.

تقوم فكرة المعيار الإحصائي إننا قمنا بقياس صفة لدى مجموعة من الأفراد سواء كانت هذه الصفة جسمية أو عقلية أو انفعالية ورسمنا العلاقة بين درجات تمثل توزيعا معينا يطلق عليه المنحنى الاعتدالي ويستمد هذا الإحصاء من فكرة التوزيع الطبيعي إن الطبيعة تميل بصورة عامة إلى الاعتدال والتوسط إذ تقع أكثر الحالات

عادة حول المتوسط ويعتبر السواء والاعتدال بينما لا تقع في حقل التطرف إلا القليل منها ويعتبر على أنه الشذوذ (مثال عمر الأشخاص).

وفي كل الأحوال يبقى هذا التحديد الإحصائي للشذوذ صحيحا في الاستعمال ما دمنا نأخذ الأرقام المجردة فإذا انتقلنا إلى الظواهر النفسية مثل الذكاء فيبدو الاهتمام عندئذ منصبا على الضعف فلا نسمي العبقري شاذا عادة كما لا نسمي المتكيف ايجابيا شاذا بل نسمي من يقع فى الطرف الآخر من هذه الناحية بأنه شاذ كذلك الحل الحاصلين على درجات مرتفعة أو درجات منخفضة على مقياس القلق فلا يمكن لـ نسمي كليهما شاذا.

ربعاً : المعيار المثالي:

يقصد بالمعيار المثالى حالة من الكمال، مجموعة من الشروط الواجبة المستقلة عن الواقع والزمان، يعتبر الوصول إليها والسعي نحو تحقيقها أمراً جديراً الطموح، ونصف المعايير المثالية الإمكانات التي تستحق السعي للإنسان المفيدة لنموذج، كقدوة للطموح، كمثل أعلى والسلوك الإنساني، ويتم تقييم "السواء" أو " الشذوذ في هذا المعيار من وجهة نظر أخلاقية أو دينية أو إيديولوجية أو من خلال قيم أخرى. وكل إخلال في هذه المعايير يعد انحرافاً وبالتالي شذوذاً.

خامساً: المعيار الطبي:

إذ يؤكد أصحاب هذا المعيار أن السواء يمثل الخلو من الامراض والاضطرابات النفسية، ولا يوجد خلل، بينما اللاسواء هي الشخصية التي تتضمن الصراعات النفسية والاحباطات وعدم التوافق وتلف في أحد أعضاء الجسم.