



FİLM ÖNERİLERİ

Genç psikolojik danışman adaylarının film önerileri

Psikolojik
Danışma
ve
Rehberlik
Uygulama
ve
Araştırma
Merkezi

14.08.2023

THE MACHINIST

+Kimsin sen?

-Kim olduğumu biliyorum...

Sadriye Duygu ERAL

Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Lisans Öğrencisi

YAPIM YILI : 2004

ÜLKESİ : İspanya, İngiltere, Fransa ve ABD ortak yapımı

SÜRESİ : 101 Dakika

YÖNETMENİ : Brad Anderson

IMDB PUANI : 7,6



KİMLER İZLEMELİ?

Türü itibariyle dram ve psikolojik gerilimin buluşturulduğu bu filmi gerek psikoloji meraklıları gerekse gerilim severlerin izleyebilirler. Ayrıca uyku konusunda araştırıp okumayı sevenler de insomniayı konu alıyor olması dolayısıyla bu filmi sevebilirler. 13 yaş sınırına sahip film, bazı olumsuz sahneler dolayısıyla olumsuz örnek teşkil edebilir.

FİLMİN VERDİĞİ MESAJ

Yapılan araştırmalara göre beynimizin içinde suprakiazmatik çekirdek bulunur ve bu biyolojik saat yirmi dört saat on beş dakikalık bir sirkadiyen ritim oluşturur. Bu sayaç sayesinde tüm gün vücudumuz adozin (Uyku Baskısı) salgılayarak gece belli saatlerde uykumuzun gelmesini sağlar. Uyanık kaldığımız süre boyunca bu baskı birikir ve ne kadar süre uyanık kalırsak bu durum uyuma arzumuzu o kadar artırır. Bir borcun ödenmemiş kısmı gibi, ertesi sabah uyandığınızda önceki günün adozininin bir kısmı hala durmaktadır. O açık kalan uyku bakiyesini gün boyu üzerinizde taşırsınız. Ayrıca ödemesi geciken borç gibi bu uyku borcunda birikmeye devam eder. İnsomnia hastalığı da kişinin kendine yeterli uyuma imkanı tanınmasına rağmen uyku üretmede yetersiz beceriye sahip olmasıdır. The Machinist filmi de bize sanayide torna ustası olarak çalışan Trevor Reznik'in gözünden insomniayı tanıtmaktadır. Bir yıldır hiç

uyuyamayan baş karakterimiz gitgide hem fiziksel anlamda hem de psikolojik anlamda zayıflamaktadır. Ki bunlar birbiriyle oldukça yakından ilişkilidir. Kronik bir insomninin zaten iki tetikleyicisi de psikolojiktir. Bunlar duygusal endişeler ve kaygı ya da diğer adıyla duygusal sıkıntı ve anksiyetedir. The machinist filmi de bize insomniayı çokta komplike olmayan bir şekilde 101 dakikaya sığdırarak sunmaktadır.

FİLMİN KONUSU

Film analizinden önce filmin hazırlığından söz etmek gerekiyor. Çünkü başkarakterimiz Trevor Reznik rolü için Christian Bale film senaryosunu ilk eline aldığı anda gayet formda (82 kilo) bir aktördü ancak film gereği neredeyse mevcut kilosunun yarısına kadarını kaybetmesi gerekiyordu. Film için planlanan 45 kiloya kadar düşmesi gerekiyordu fakat Bale'in sağlık şartlarının el vermemesinden dolayı bu kiloya yakın 54 kiloya kadar düşerek sinema tarihinin, bir film için en fazla kilo veren oyuncu unvanına erişti.

Film ilk sahnesinden itibaren dikkatleri üzerine toplamayı başarıyor. Siyah beyaz görsel atmosferi filmin genel havasına kasvet katarak başkarakterin ruh haline uyumlu bir hava katıyor. İç mekânlar siyah beyaz ve kimi zaman neon tasarlanmışken dış sahnesi genellikle karanlık ve yağmurlu olarak yansıtılmış. Bu sebeple izleyiciye bir rahatsızlık ve sıkıntı veriyor. Konusu ve gerilim türü itibarıyla yapılan bu dekorun genel anlamda uyumlu olduğunu söyleyebiliriz.

Karşınıza öncelikle zayıf, gözleri oldukça çökük, genç ama yaşlı görümlü yorgun bir adam çıkıyor. Başta karşılaştığınız sahnenin rüya mı yoksa gerçek mi olduğunu anlamamakla birlikte bu sahneyi rafa kaldırıp başkarakterimiz Reznik'in içinde yaşadığı hayatla tanışıyoruz. Bir yıldır uyumadığını söyleyen Reznik Trevor dikkat gerektiren bir mesleğe sahip olmasına rağmen yaşadığı insomnia yüzünden bir süre sonra gerçek ile hayali birbirine karıştırmaya başlar. Başta dalgınlığı yüzünden yaptığı hatalar bir süre sonra çığ gibi büyümeye başlayınca iş arkadaşları da ürkmeye başlar ve onu işten atmak için iyi bir sebepleri olur.

Trevor evinde bir süre sonra notlar bulmaya başlar bu notların intikam için yazıldığını düşünerek çevresindeki herkesten şüphe etmeye başlar. Bu durum onu hem ruhen hem de fiziken daha da yaralar. Hayali olarak gördüğü sanrıların peşine düşmeye başlar. Film boyu bize bazı imgeler sunulur. Ve final sahnesinde anlıyoruz ki bütün imgeler aslında Trevor için anlamlıdır. Bu imgeler tıpkı bir yapboz parçaları gibi bir araya getirildiğinde bizi ta en başa yani ilk sahneye götürür.

Bitiş noktasının aslında başlangıç noktası olması fikri çok hoşuma gitti. Filmin geneli aslında bir hasarı anlatıyor. Bu hasar Trevor'un zihninde takılıp kaldığı ve bu yüzden yıllardır acı çekerek insomniaya tutulduğu duygusal bir sorundur.

OYUNCULAR



Trevor Reznik
Christian Bale



Stevie
Jennifer Jason Leigh



Marie
Aitana Sánchez-Gijón



Ivan
John Sharian



Miller
Michael İronside

KAYNAKÇA

1. [https://tr.wikipedia.org/wiki/Makinist_\(film\)](https://tr.wikipedia.org/wiki/Makinist_(film))

2. <https://www.bagimsizsinema.com/agir-bir-suc-uykusuz-geceler-makina-dislileri-arasinda-yasam-savasi-the-machinist-estirisi.html>
3. <https://kultfilmler.com/the-machinist-makinist-izle/>
4. Matthew Walker (2018). Niçin Uyuruz, Pegasus Yayınları.