



# İssız Adam Filminin Çift Terapisi Bağlamında İncelenmesi

**Birgöl Ekinci**

Orcid: <https://orcid.org/0009-0008-0240-2579>

E-mail: [birgulekinci5@gmail.com](mailto:birgulekinci5@gmail.com)

**Doç. Dr. Meryem Karaaziz**

Yakın Doğu Üniversitesi, Fen ve Edebiyat Fakültesi, Psikoloji Bölümü,

<https://orcid.org/0009-0001-6902-5156>

## Özet

Bu çalışma, "İssız Adam" filmini çift terapisi bağlamında ele alarak modern ilişkilerde bağlanma korkusu, iletişim kopukluğu ve duygusal yalnızlık gibi temaları psikoterapötik bir bakışla incelemektedir. Filmde Alper ve Ada arasındaki ilişki, bir yandan tutku ve yakınlık arayışını temsil ederken, diğer yandan bireysel özgürlük ve bağlanma kaygısı arasındaki çatışmayı gözler önüne serer. Çift terapisi kuramları açısından değerlendirildiğinde, karakterlerin yaşadığı duygusal dalgalanmalar; güvenli bağlanma eksikliği, iletişim problemleri ve geçmiş deneyimlerin ilişkiler üzerindeki etkisini açıkça ortaya koymaktadır. Bu analiz, sinemanın yalnızca bir sanat dalı değil, aynı zamanda insan ilişkilerini anlamaya ve yeniden yorumlamaya imkân tanıyan terapötik bir alan olduğunu göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** İssız Adam, Çift Terapisi, Bağlanma Kuramı, İletişim, Duygusal Yalnızlık.

## An Analysis of The Movie "İssız Adam" in The Context of Couple Th

## Abstract

This study analyzes the film İssız Adam (The Lonely Man) within the context of couples therapy, exploring themes such as attachment anxiety, communication breakdown, and emotional loneliness in modern relationships. The relationship between Alper and Ada represents not only a search for passion and intimacy but also a deep conflict between individual freedom and the fear of commitment. From the perspective of couples therapy theories, the emotional fluctuations experienced by the characters reveal the effects of insecure attachment, communication problems, and past experiences on relationships. This analysis demonstrates that cinema is not merely an art form but also a therapeutic medium that enables a deeper understanding and reinterpretation of human relationships.

**Keywords:** İssız Adam, Couples Therapy, Attachment Theory, Communication, Emotional Loneliness.

## GİRİŞ

Sinema, yalnızca bir sanat formu değil, aynı zamanda insanın iç dünyasını, duygusal çatışmalarını ve ilişki dinamiklerini anlamaya yarayan güçlü bir psikolojik aynadır. Özellikle romantik ilişkileri konu alan filmler, bireylerin bağlanma biçimlerini, sevgiyi yaşama tarzlarını ve iletişim örüntülerini derinlemesine yansıtır. Çağan Irmak'ın yönetmenliğini yaptığı İssız

Adam filmi de bu anlamda, modern bireyin sevmeye, bağlanma ve kaçış arasında sıkışmış duygusal dünyasını gözler önüne serer. Film, yüzeyde bir aşk hikâyesi gibi görünse de aslında modern insanın yalnızlaşma sürecini, geçmişle yüzleşemeyişini ve duygusal bağ kurmadaki yetersizliğini psikolojik düzlemde ele alır (Karaaziz, 2024). Bu bağlamda film, çift terapisi perspektifiyle incelendiğinde hem bireysel hem de ilişkisel düzeyde birçok terapötik kavramı içinde barındırmaktadır.

Günümüz ilişkilerinde bireyler, bir yandan sevgi ve yakınlık arayışındayken diğer yandan özgürlük ve bağımsızlık ihtiyaçları arasında çatışma yaşamaktadırlar. Bu durum, özellikle “bağlanma korkusu” ve “yakınlıktan kaçınma” gibi psikolojik süreçlerle yakından ilişkilidir (Aslan, 2020). *Issız Adam* filminde Alper karakteri, geçmişten gelen duygusal kırılmalar ve bireysel özgürlük arayışı nedeniyle sağlıklı bir bağ kurmakta zorlanırken; Ada karakteri, sevgiye, aidiyete ve duygusal paylaşıma duyduğu ihtiyaçla bu ilişkiyi sürdürmeye çalışır. Bu ikilik, çift terapisi yaklaşımlarında sıklıkla görülen “bağlanma stilleri arasındaki çatışma”yı temsil eder (Sargın ve Karaaziz, 2024). Filmin ilerleyen sahnelerinde karakterlerin birbirlerine yaklaşma ve uzaklaşma döngüleri, duyu odaklı terapi ve Gottman yaklaşımı gibi çift terapisi modelleri açısından anlamlı örnekler sunmaktadır (Tuna ve Karaaziz, 2024).

Bu çalışmanın amacı, *Issız Adam* filmini çift terapisi bağlamında inceleyerek modern ilişkilerde görülen duygusal kopukluk, iletişim eksikliği ve bağlanma problemlerine ışık tutmaktır. Araştırma, filmdeki karakterlerin davranış örüntülerini psikoterapötik yaklaşımlar aracılığıyla yorumlamayı, böylece sinemanın terapötik bir araç olarak nasıl kullanılabileceğini göstermeyi hedeflemektedir. Sinema terapisi, bireylerin kendi duygularını fark etmelerine, empati geliştirmelerine ve ilişkisel farkındalık kazanmalarına yardımcı olabilecek bir yöntem olarak son yıllarda giderek daha fazla ilgi görmektedir (Bayram ve Özkamalı, 2020). Bu yönüyle *Issız Adam* filmi, yalnızca bir aşk hikâyesi değil, aynı zamanda bir içsel yüzleşme ve duygusal terapi süreci olarak değerlendirilebilecek güçlü bir örnektir.

### **Çift Terapisinin Tanımı ve Amaçları**

Çift terapisi, iki bireyin arasındaki ilişkiyi sağlıklı bir yapıya kavuşturmayı, iletişim becerilerini geliştirmeyi ve duygusal yakınlığı güçlendirmeyi amaçlayan bir psikoterapi türüdür. Terapinin temel hedefi, çiftlerin birbirlerini daha iyi anlamalarına, empati kurmalarına ve ilişkideki işlevsel olmayan davranış kalıplarını değiştirmelerine yardımcı olmaktır (Doğan ve Karaaziz, 2025). Bu yaklaşımda terapist, tarafsız bir gözlemci olarak çiftlerin etkileşim örüntülerini analiz

eder ve onları sağlıklı bir iletişim zemini oluşturmaya yönlendirir. Çift terapisi, yalnızca çatışma çözümüne odaklanmaz; aynı zamanda ilişkinin duygusal derinliğini yeniden keşfetmeyi, geçmişten gelen olumsuz inançları dönüştürmeyi ve bağlanma güvenliğini güçlendirmeyi amaçlar (Bayram ve Özkamalı, 2020). Bu yönüyle çift terapisi hem bireysel farkındalığı artıran hem de duygusal bağları onaran bir süreç olarak görülmektedir.

## **Başlıca Çift Terapisi Yaklaşımları**

### **Bilişsel-Davranışçı Çift Terapisi**

Bilişsel-davranışçı çift terapisi (BDÇT), ilişkilerdeki sorunların büyük ölçüde bireylerin düşünce kalıpları ve öğrenilmiş davranış biçimlerinden kaynaklandığı varsayımına dayanır. Bu yaklaşımda, çiftlerin birbirlerine yönelik olumsuz inançları, genellemeleri ve önyargıları terapinin merkezindedir. Terapist, bireylerin bu düşünce kalıplarını fark etmelerini ve daha işlevsel bilişsel yapılar geliştirmelerini sağlar (Yıldız, 2017). BDÇT'nin temel hedefi, iletişimi iyileştirmek, çatışma çözme becerilerini artırmak ve duygusal tepkileri düzenlemektir. Çiftler, yanlış anlamaları azaltmak ve olumlu davranışları pekiştirmek için bilişsel yeniden yapılandırma teknikleriyle desteklenir. Bu yaklaşım, film analizlerinde de sıkça kullanılmış; özellikle karakterlerin düşünce-davranış döngülerinin ilişkisel sonuçları üzerinde durulmuştur (Arslan vd., 2024).

### **Duygu Odaklı Çift Terapisi**

Duygu odaklı çift terapisi (EFT), ilişkisel problemlerin temelinde bastırılmış ya da yanlış ifade edilen duyguların yattığını savunur. Bu yaklaşıma göre, her birey sevgi, güven, korku veya reddedilme gibi temel duygusal ihtiyaçlarını karşılayamadığında ilişkisel çatışmalar ortaya çıkar (Aslan, 2020). Terapist, çiftin duygularını fark etmesine, ifade etmesine ve yeniden yapılandırmasına rehberlik eder. Issız Adam filmi gibi duygusal yoğunluğu yüksek yapımlar, bu terapi türüyle analiz edildiğinde karakterlerin duygusal kaçışlarını ve bağlanma korkularını anlamada güçlü örnekler sunmaktadır (Karaaziz, 2024). Duygu odaklı yaklaşım, bireylerin ilişkilerinde “duygu güvenliği” inşa etmelerine olanak tanır; böylece sevgi yeniden tanımlanır, kırgınlıklar duygusal empatiyle onarılır (Sargın ve Karaaziz, 2024).

## **Psikanalitik Çift Terapisi**

Psikanalitik çift terapisi, bireylerin bilinçdışı çatışmalarının ve çocukluk döneminden taşınan ilişki modellerinin mevcut ilişkiler üzerindeki etkilerini incelemeye dayanır. Bu terapi türünde, geçmişte yaşanan sevgi, reddedilme, ihmal veya travma deneyimleri, partnerle kurulan ilişkide yeniden sahnelenir. Terapist, çiftin farkında olmadan tekrarladığı bu döngüleri açığa çıkarır ve içgörü kazandırarak duygusal iyileşme sürecini başlatır (Yıldırım ve Kumcağız, 2022). Bu yaklaşımda amaç, bireylerin birbirlerini “geçmişin gölgesinden” görmeyi bırakıp, mevcut ilişki bağlamında yeniden tanımalarını sağlamaktır. *Issız Adam* filmindeki Alper karakterinin bağlanmaktan kaçınma eğilimi ve geçmişteki duygusal deneyimlerle yüzleşememesi, psikanalitik perspektiften anlamlı bir çözümleme sunmaktadır (Doğan ve Karaaziz, 2025).

## **Sistemik ve İletişim Odaklı Yaklaşımlar**

Sistemik çift terapisi, ilişkiyi yalnızca iki bireyin etkileşimi olarak değil, daha geniş bir sosyal ve kültürel sistemin parçası olarak değerlendirir. Bu yaklaşıma göre, iletişim biçimleri, roller ve beklentiler toplumsal normlar ve aile geçmişi tarafından şekillenir (Çiçek vd., 2025). İletişim odaklı terapilerde ise çiftin sözel ve sözel olmayan iletişim tarzları analiz edilir; yanlış anlamalar, savunma mekanizmaları ve güç dengeleri üzerinde durulur (Karçkay vd., 2024). Bu tür yaklaşımlar, çiftlerin birbirlerini suçlamadan, daha yapıcı bir dil kullanarak iletişim kurmalarını hedefler. *Issız Adam* gibi filmler, özellikle bireyler arası iletişimin eksikliği ve yanlış anlamaların ilişkisel yıkıma nasıl yol açtığını göstermek açısından sistemik bakış açısı için önemli bir kaynak sunmaktadır (Ünüvar ve Karaaziz, 2024).

## **Romantik İlişkilerde Bağlanma Kuramı**

Bağlanma kuramı, bireylerin erken dönem bakım verenleriyle kurdukları ilişkilerin ilerleyen yaşamlarındaki romantik bağlarını derinden etkilediğini savunur. Güvenli, kaygılı ve kaçınan bağlanma stilleri, bireylerin sevgiyi yaşama biçimlerini ve partnerlerine yaklaşım tarzlarını belirler. Güvenli bağlanmaya sahip bireyler duygusal yakınlıktan beslenirken, kaçınan bağlanma eğilimindekiler bağımsızlıklarını korumak için duygusal mesafeyi tercih ederler (Uçar ve Gedik, 2023). *Issız Adam* filminde Alper karakteri tipik bir kaçınan bağlanma örneği sergilerken, Ada karakteri kaygılı bağlanmanın duygusal yoğunluğunu taşır (Karaaziz, 2024). Çift terapisi açısından bu farklı bağlanma biçimleri, ilişkisel çatışmaların anlaşılması ve

çözülmesinde temel bir referans noktasıdır. Terapist, çiftin bu bağlanma kalıplarını fark etmesini sağlayarak daha güvenli bir ilişki modeli geliştirmelerine yardımcı olur (Sargın ve Karaaziz, 2024).

### **Duygusal İletişim, Empati ve Bağ Kurma Sorunları**

Sağlıklı bir ilişkinin temelinde duygusal iletişim, karşılıklı empati ve güvenli bağ kurma becerisi yatar. Ancak modern ilişkilerde hız, yüzeysellik ve bireysellik, duygusal paylaşımı zayıflatmakta ve empatik bağların kurulmasını zorlaştırmaktadır (Bayram ve Özkamalı, 2020). *Issız Adam* filminde karakterlerin birbirlerine duygusal olarak yaklaşma çabaları, iletişimdeki eksiklikler nedeniyle sürekli sekteye uğrar. Ada, duygularını açıkça ifade eden bir figürken; Alper, duygusal teması bir tehdit olarak algılar ve içe kapanır (Tümlü ve Acar, 2014). Bu durum, terapötik açıdan “duygusal kopukluk” olarak tanımlanabilir ve çift terapilerinde sıkça karşılaşılan bir olgudur. Empati eksikliği, yanlış anlamalar ve duygusal duyarsızlık, ilişkiyel doyumunu düşürürken; empatik dinleme ve duygusal paylaşım, çiftin yeniden bağ kurabilmesini mümkün kılar (Doğan ve Karaaziz, 2025). Bu bağlamda duygusal iletişim, yalnızca bir beceri değil, aynı zamanda ilişkiyel iyileşmenin en güçlü aracıdır.

### **Issız Adam Filminin Genel Özellikleri**

“Issız Adam”, modern kent yaşamının yalnızlık duygusunu ve bireylerin ilişkilerdeki varoluşsal çatışmalarını derinlemesine işleyen bir film olarak Türk sinemasında önemli bir yere sahiptir. Film, 2008 yılında Çağan Irmak yönetmenliğinde çekilmiş olup, şehirli bireyin iç dünyasındaki boşluğu, aşkın geçiciliğini ve bağlanmanın ağırlığını sembolik bir dille anlatır. Sinematografik olarak nostaljik öğeler, müzik seçimleri ve sade diyaloglar, karakterlerin duygusal kırılma noktalarını daha görünür hâle getirir. Bu yönüyle film yalnızca bir aşk hikâyesi değil, aynı zamanda bireyin kendisiyle olan hesaplaşmasını ve modernitenin getirdiği duygusal yalıtımı da gözler önüne serer (Karaaziz, 2024). “Issız Adam”ın başarısı, sıradan bir ilişki hikâyesini psikolojik derinliği yüksek bir drama dönüştürebilmesindedir; film boyunca hem seyirci hem de karakterler bir içsel yüzleşmeye davet edilir (Tümlü & Acar, 2014).

## **Filmin Konusu ve Tematik Özeti**

Film, gurme restoran sahibi Alper ile sahaf dükkânında çalışan Ada'nın tesadüfi karşılaşmasıyla başlayan tutkulu bir ilişkinin, zamanla duygusal bir yıkıma dönüşmesini konu alır. Başlangıçta fiziksel çekim ve özgürlük hissi üzerine kurulu olan ilişki, giderek bağlanma, korku, geçmiş travmalar ve beklentilerin çarpıştığı bir duygusal savaşa dönüşür. Alper'in içsel yalnızlığı ve bağlanma korkusu, Ada'nın sevgi ve güven ihtiyacıyla çatıştığında, film romantik bir dramdan psikolojik bir çözümlmeye evrilir (Doğan & Karaaziz, 2025). Film, iki karakterin birbirini sevmesine rağmen kendi duygusal bagajlarını aşamayışlarının sembolüdür; bu durum çift terapisi bağlamında ilişkilerdeki duygusal ihtiyaçların fark edilmediğinde kaçınılmaz olan uzaklaşma ve kopuş süreçlerini yansıtır (Bayram & Özkamalı, 2020).

## **Yöntem**

Bu çalışma, nitel araştırma desenlerinden biri olan doküman incelemesi ve betimsel film analizi yöntemi kullanılarak yürütülmüştür. Araştırmanın temel materyalini, Çağan Irmak'ın yönetmenliğini yaptığı *Issız Adam* filmi oluşturmaktadır. Film, çift terapisi alanında yaygın olarak kullanılan kuramsal yaklaşımlar (bağlanma kuramı, duygu odaklı çift terapisi, bilişsel davranışçı çift terapisi, psikanalitik ve sistemik yaklaşımlar) çerçevesinde sahne sahne incelenmiştir. Analiz sürecinde, Alper ve Ada karakterlerinin duygusal tepkileri, iletişim biçimleri, yakınlık ve uzaklaşma davranışları ile ilişki içindeki etkileşim örüntüleri dikkatle gözlemlenmiş; bu davranışlar çift terapisi literatüründeki kavramlarla ilişkilendirilerek yorumlanmıştır. Filmde yer alan diyaloglar, sessizlikler, beden dili, mekânsal tercihler ve sembolik anlatımlar, karakterlerin bağlanma stillerini ve duygusal ihtiyaçlarını anlamaya yönelik veri kaynağı olarak ele alınmıştır. Çalışmada herhangi bir nicel ölçüm aracı kullanılmamış, analiz süreci araştırmacıların klinik ve kuramsal bilgi birikimi doğrultusunda derinlemesine ve yorumlayıcı bir bakış açısıyla gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgular, mevcut çift terapisi kuramları ve daha önce yapılmış film analizi çalışmalarlarıyla karşılaştırılarak tartışılmış, böylece filmin psikoterapötik açıdan sunduğu anlam katmanlarının bütüncül bir biçimde ortaya konulması amaçlanmıştır. Bu yöntem sayesinde sinemanın, insan ilişkilerini ve duygusal süreçleri anlamada terapötik bir araç olarak nasıl kullanılabileceği nitel bir perspektifle ele alınmıştır.

## **Karakter Analizleri**

### **Alper Karakteri: Bağımsızlık ve Kaçış Arzusu**

Alper karakteri, dışarıdan başarılı ve özgür bir yaşam süren biri gibi görünse de, iç dünyasında yoğun bir bağlanma korkusu ve yalnızlık hissi taşır. Bu durum, geçmişte yaşadığı sevgi eksikliğinin ve duygusal reddedilmenin bir yansımasıdır. Alper'in özgürlük arayışı, aslında yakınlık kurmaktan duyduğu korkunun bir savunma mekanizmasıdır (Karaaziz, 2024). Film boyunca Alper'in kendini ilişkiye tam olarak teslim edememesi, kaçış davranışları ve duygusal mesafe yaratması, duygu odaklı terapi açısından "kaçınan bağlanma" stiline tipik örneklerinden biri olarak değerlendirilebilir (Sargın & Karaaziz, 2024). Bu yönüyle Alper, modern erkeğin içsel çatışmasını temsil eder: sevgiye muhtaç ama aynı zamanda ondan korkan bir figürdür.

### **Ada Karakteri: Sevgi, Güven ve Bağlanma İhtiyacı**

Ada karakteri ise duygusal olarak daha açık, sevgiye ve paylaşmaya yatkın bir kişilik yapısına sahiptir. Onun için ilişki, güven ve aidiyet duygularının inşa edildiği bir alandır. Alper'in soğuk ve mesafeli tutumları karşısında kırılan, ancak sevgisinden vazgeçemeyen Ada, "kaygılı bağlanma" stiline yansımalarını taşır (Ünüvar & Karaaziz, 2024). Çift terapisi literatüründe Ada'nın bu tutumu, sevgiye aşırı yatırım yapma ve partnerin duygusal geri çekilmesine karşı aşırı duyarlılık olarak yorumlanır (Aslan, 2020). Ada'nın karakteri, duygusal açıdan incindiğinde bile ilişkiden umudunu tamamen kesmeyen, sevginin iyileştirici yönüne inanan bir kadının içsel gücünü temsil eder.

## **Filmin Sosyo-Psikolojik Arka Planı**

"Issız Adam", modern kent yaşamının birey üzerinde yarattığı yabancılaşmayı, yalnızlığı ve kimlik arayışını merkeze alır. Şehirdeki hızlı tempo, yüzeysel ilişkiler ve sürekli tüketim kültürü, bireylerin duygusal bağ kurma becerilerini zayıflatır (Yıldırım & Kumcağız, 2022). Filmde Alper'in restoran ortamında lüks ve tatmin dolu bir yaşam sürmesine rağmen içsel olarak boşlukta hissetmesi, modern toplumun sahte doyumlarını eleştiren bir duruştur. Bu bağlamda film, toplumsal olarak "bağımsız" görünmenin aslında duygusal bir kopuşu temsil ettiğini vurgular. Sosyo-psikolojik açıdan, ilişkilerin sürdürülebilirliği bireylerin geçmiş travmalarını, bağlanma stillerini ve toplumsal normların baskılarını fark etmesiyle mümkündür (Bayram & Özkamalı, 2020).

## **Modern Kent Yaşamı, Yalnızlık ve Bağlanma Sorunları**

Film, modern kentte yaşayan bireylerin görünmez bir yalnızlık içinde olduklarını güçlü bir biçimde anlatır. İnsanların birbirine dokunmaktan, duygularını göstermekten çekindiği bir dünyada, Alper ve Ada'nın ilişkisi bir "yaklaşma ve kaçış" döngüsüne sıkışmıştır (Karaaziz, 2024). Kentin kaotik yapısı, bireyin içsel huzurunu zedelerken, ilişkiler de geçicilik ve belirsizlikle şekillenir. Alper'in duygusal izolasyonu ve Ada'nın bağlanma ihtiyacı, bu yeni kentli birey modelinin birer yansımasıdır. Çift terapisi açısından değerlendirildiğinde, film modern ilişkilerde bireysel özgürlükle duygusal bağlılık arasındaki dengenin ne kadar kırılgan olduğunu göstermektedir (Doğan & Karaaziz, 2025).

## **Çift Terapisi Bağlamında Filmin Analizi**

### **Alper ve Ada İlişkisinin Dinamikleri**

Alper ve Ada'nın ilişkisi, başlangıçta tutku ve heyecanla şekillenmiş olsa da zamanla derinleşen duygusal çatışmalarla sarsılır. Bu çatışmaların temelinde, tarafların geçmiş deneyimlerinden kaynaklanan farklı bağlanma stilleri ve iletişim biçimleri yer alır (Ünüvar & Karaaziz, 2024). Alper duygusal mesafe yaratırken, Ada yakınlık kurmaya çalışır. Bu zıtlık ilişkide bir denge yaratmak yerine, duygusal gerilim üretir. Çift terapisi perspektifinden bu ilişki, "birbirine ulaşamayan iki paralel çizgi" metaforuyla açıklanabilir. Duyguların açıkça paylaşılmadığı bir ilişkide, sevgi zamanla sessiz bir yabancılaşmaya dönüşür (Aslan, 2020).

### **İletişim Engelleri ve Duygusal Uzaklık**

Filmdeki en belirgin sorunlardan biri, çiftin duygularını doğrudan ifade edememesidir. Alper'in içe kapanıklığı ve Ada'nın sürekli onay arayışı, iletişimin sağlıklı bir döngüye girmesine neden olur. Çift terapisi açısından bakıldığında, iletişimdeki bu tıkanıklık, ilişkilerin sürdürülebilirliğini tehdit eden en kritik faktörlerden biridir (Karçkay vd., 2022). Alper'in duygusal uzaklığı, Ada'nın artan kaygısıyla birleştiğinde, ilişkide bir güç mücadelesi başlar. Bu durum, duygusal ihtiyaçların karşılanmadığı her ilişkide olduğu gibi, zamanla sevgiyi yorgunluğa dönüştürür (Tuna & Karaaziz, 2024).

### **Bağlanma Stilleri Açısından İlişki Çözümlemesi**

Bağlanma kuramı açısından bakıldığında Alper “kaçınan bağlanma”, Ada ise “kaygılı bağlanma” stiline sahiptir. Bu iki stilin bir arada bulunduğu ilişkiler, genellikle duygusal dengesizlik ve karşılıklı anlaşmazlıklarla karakterizedir (Karaaziz, 2024). Alper, yakınlık kurdukça kaygı hisseder ve uzaklaşır; Ada ise uzaklaştıkça daha fazla yaklaşılmaya çalışır. Bu döngü, “yaklaş-kaç” dinamiği olarak çift terapisi literatüründe sıkça tanımlanır (Sargın & Karaaziz, 2024). Filmde bu süreç öylesine doğal ve içten anlatılır ki seyirci, kendi ilişki dinamiklerini sorgulamaya başlar.

### **Çatışma ve Ayrılık Süreçlerinin Terapötik Değerlendirmesi**

Alper ve Ada'nın ayrılığı, yüzeyde bir bitiş gibi görünse de aslında iki bireyin kendini yeniden tanıma sürecine işaret eder. Çift terapisi açısından bu tür ayrılıklar, duygusal farkındalığın artması ve kişisel gelişim açısından değerlidir (Doğan & Karaaziz, 2025). Alper'in yalnız kalmayı seçmesi, Ada'nın ise kendine dönmesi, ilişkinin içsel olarak tamamlanmamış olsa da ruhsal bir anlam kazandığını gösterir. Bu açıdan film, ayrılığın yalnızca bir son değil, aynı zamanda bir içsel terapi süreci olduğunu anlatır (Bayram & Özkamalı, 2020).

### **Terapi Perspektifinden İlişkinin Yeniden İnşası Olasılığı**

Filmin sonunda karakterlerin tekrar bir araya gelmemesi, klasik romantik anlatılardan farklı olarak “iyileşme”nin birlikte değil, bireysel bir süreç olduğunu ima eder. Çift terapisi bakış açısından bu durum, bireylerin önce kendi duygusal yaralarını fark etmesi gerektiğini vurgular (Aslan, 2020). Alper'in sessizliği ve Ada'nın kabullenışı, ilişkideki farkındalığın artık sevgiyle değil, olgunlukla yer değiştirdiğini gösterir. Bu yönüyle film, izleyicisine “her aşk mutlu sonla bitmez, ama her ilişki bir ders bırakır” mesajını verir (Karaaziz, 2024).

### **Sonuç**

“Issız Adam” filmi, modern ilişkilerdeki bağlanma korkusu, iletişim eksikliği ve duygusal yalnızlık temalarını derin bir içgörüle yansıtan bir yapım olarak öne çıkmaktadır. Film, Alper ve Ada'nın ilişkisi üzerinden bireylerin içsel çatışmalarını, geçmişten gelen duygusal yaralarını ve yakınlık kurmaktan duydukları korkuyu çarpıcı bir şekilde gözler önüne serer. Bu açıdan

bakıldığında, “İssız Adam” yalnızca bir aşk hikâyesi değil, aynı zamanda çağımız insanının duygusal karmaşasını temsil eden bir psikolojik çözümlerdir. Karakterlerin yaşadığı içsel çelişkiler, günümüz toplumunda sıkça karşılaşılan duygusal uzaklaşma, özgürlük arayışı ve bağlanamama sorunlarını sembolik biçimde anlatır.

Çift terapisi açısından film, bir ilişkide yaşanan sorunların yalnızca iki kişi arasındaki iletişimle sınırlı olmadığını, bireyin kendi geçmiş deneyimleri, korkuları ve kendilik algısıyla da yakından ilişkili olduğunu göstermektedir. Alper’in duygusal kaçışı ve Ada’nın sevgiye tutunma çabası, terapötik açıdan iki farklı bağlanma stiline çarpışması olarak okunabilir. Film boyunca bu dinamiklerin değişmeden sürmesi, ilişkilerde farkındalık geliştirilmediğinde sevginin bile yıpranabileceğini vurgular. Bu bağlamda film, çift terapisi yaklaşımıyla değerlendirildiğinde, bireylerin kendi duygusal süreçlerini anlamadan sağlıklı bir birliktelik sürdürmeyeceklerini hatırlatır.

“İssız Adam”, modern bireyin duygusal dünyasına ayna tutan hem sinemasal hem de psikolojik derinliği yüksek bir eserdir. Film, aşkın yalnızca bir duygudan ibaret olmadığını, aynı zamanda bir yüzleşme, bir farkındalık ve bir dönüşüm süreci olduğunu anlatır. Her iki karakterin yaşadığı deneyimler, ilişkilerdeki gerçek iyileşmenin birlikte kalmaktan çok, bireyin kendini tanımasıyla mümkün olduğunu ortaya koyar. Bu yönüyle film, seyirciye yalnızca bir hikâye değil, kendi ilişkilerine ve duygusal yaşamına dair düşündürücü bir içsel yolculuk da sunar.

## **Kaynakça**

Arslan, A., Adam, F., & Zeynep, Y. L. Ö. (2024, October). Aşk Ve Gurur Filminin Yapısal Aile Kuramı Çerçevesinde İncelenmesi An Analysis Of Pride And Love Movie Within The Framework Of Structural Family Theory. In Conference Id (P. 95).

Aslan, A. G. (2020). Duygu odaklı terapi: duyguların dili ve sinematerapi. Türkiye Bütüncül Psikoterapi Dergisi, 3(5), 1-16.

Bayram, F., & Özkamalı, E. (2020). Sinema terapi: Aile danışmanlığı alanında sinema terapi çalışmalarının incelenmesi. OPUS International Journal of Society Researches, 16(28), 1319-1341.

## *İssız Adam Filminin Çift Terapisi Bağlamında İncelenmesi*

Çiçek, Ş., Aşıkuzunoğlu, B., & Adam, F. F. (2025). Virginia Satir Aile Terapisi Yaklaşımı ile “Fences”(Çitler) Filminin İncelenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 9(1), 122-140.

Doğan, M., & Karaaziz, M. (2025). “Kader”Filminin Varoluşsal Terapi Ve Çift Terapisi Bağlamında İncelenmesi. *ASES INTERNATIONAL JOURNAL OF CULTURE, ART AND LITERATURE* (ISSN: 3023-5480), 4(1), 246-251.

Karaaziz, M. (2024). İssız Adam Filminde Romantik İlişkiler ve Bağlanamama Sorununu Duygu Odaklı Terapi Yöntemi ile İncelenme: İssız Adam ve Duygu Odaklı Terapi. *ASES INTERNATIONAL JOURNAL OF CULTURE, ART AND LITERATURE* (ISSN: 3023-5480), 3(2), 49-57.

Karçkay, A. T., Toprak, B., & Alkan, D. Yaşantısal ve Çözüm Odaklı Aile Terapisi Bakış Açısıyla “Bizi Hatırla” Film Analizi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(1), 223-243.

Örnek, S. N., & Karaaziz, M. (2024). Müstakbel Damat Filminin Kabul ve Kararlılık Terapisi Bağlamında İncelenmesi. *IJSS*, 8(36), 287-295.

Sargın, H. N., & Karaaziz, M. (2024). Duygu Odaklı Çift Terapisi Yöntemi İle Bergen Filminin İncelenmesi. *New Era International Journal Of Interdisciplinary Social Researches*, 9(26), 101-106.

Teyyar, B., & Karaaziz, M. (2024). Film Analizi Yöntemi İle Gestalt Terapi Yöntemine Bir Bakış: Film Analizi. *Ases Ulusal Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 254-261.

Tuna, N. B., & Karaaziz, M. (2024). Kırık Çember’Filminin Gottman Çift Terapisi Yöntemi ile İncelenmesi. *Ases Ulusal Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(2), 221-227.

Tümlü, G. Ü., & Acar, N. V. (2014). “İssız Adam” Filminin Gerçeklik Terapisine Dayalı İncelenmesi. *İnsan ve İnsan*, 1(2).

Uçar, E., & Gedik, M. (2023). Transaksiyonel analiz ve sosyal hizmet bağlamında bir film analizi: Evlilik Hikâyesi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 4(2), 108-130.

Ünüvar, I., & Karaaziz, M. (2024). İssız Adam Filminin Gottman Çift Terapisine Göre Analizi: Film Analizi. *ASES INTERNATIONAL JOURNAL OF CULTURE, ART AND LITERATURE* (ISSN: 3023-5480), 3(2), 65-71.

Yıldırım, O., & Kumcağız, H. (2022). Kısa Süreli Dinamik Psikoterapi Yaklaşımının Film Analizi Yöntemiyle İncelenmesi. Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi, 12(1), 601-618.

Yıldız, M. (2017). Yapısal aile terapisi'nin temel kavramlarıyla gelin filminin incelenmesi. Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi, 7(12), 157-176.