

VERENA TITZE



BIOGRAFIE

Verena Titze wurde in Stockerau geboren und wuchs in Hongkong und im Weinviertel auf. Nach einem Studium der Publizistik und Theaterwissenschaften in Wien und Berlin arbeitete sie jahrelang erfolgreich als Journalistin und PR-Managerin.

Die tagtägliche Überlastung in Stress-Jobs und das vermeintliche Wiederaufladen der Batterien bei einem „guten Gläschen“ fordern ihren Tribut: Bei Verena Titze wird ein akutes Burnout diagnostiziert – verbunden mit Alkoholabhängigkeit.

Es folgen Monate der Depression und Verzweiflung.

2020 setzt sie dann den entscheidenden Schritt: Sie macht einen Alkoholentzug in stationärer Behandlung und geht in Therapie.

Nach dieser harten Zeit beginnt für Verena ein neues Leben: Sie verarbeitet ihre Krise literarisch: 2022 erscheint ihr Buch „Burnt.Out“.

Ihre offene Behandlung der Tabuthemen Alkoholmissbrauch und Burnout führt zu einer ganzen Reihe positiver Reaktionen:

Ihr darauf basierendes erstes Programm hatte im November 2022 Premiere in der ausverkauften Wiener Kulisse.

Ihr Buch wird inzwischen an mehreren Universitäten als Fallbeispiel genutzt.

VERENA TITZE



Foto: Dominik Geiger

BIOGRAFIE

Gemeinsam mit dem bekannten Psychiater und Suchtexperten Professor Dr. Michael Musalek betreibt sie seit April 2023 den erfolgreichen Podcast „Musalek und Titze – Im Rausch des Lebens“, der beim Ö3 Podcast-Award im März 2024 unter 1300 Nominierungen den sensationellen 5. Platz erreichte.

Seit Mai 2024 gibt es darin auch eine neue Rubrik, den „Bademantel-Talk“, bei dem einmal im Monat ein prominenter Gast im persönlichen Gespräch hinter seine Kulissen blicken lässt.

Im vergangenen Jahr und auch heuer war Verena Titze Gast in mehreren TV-Talkshows im ORF und bei privaten Sendern.

Ihr eigener TikTok Kanal, den sie im November 2023 startete, hatte binnen kürzester Zeit an die 10.000 Follower. Mit ihren Videos hat sie mittlerweile über 1 Million-Views und mehr als 100.000 Likes generiert.

Sie hat regelmäßige Talkrunden an der Wiener Sigmund-Freud-Universität mit Studenten und Studentinnen über Burnout, Alkoholismus und mentale Gesundheit, und im Februar 2024 war sie dort beim Symposium „Burnout – Modeerscheinung oder Volkskrankheit“ als Podiumsgast eingeladen.

Am 4. November 2024 findet die Premiere ihres neuen Kabarettprogramms „Erfolgreich ins Burnout“ statt.

Ko-Autor und Regisseur ist Fritz Schindlacker, der u.a. für Lukas Resetarits, Erwin Steinhauer sowie TV-Serien wie Die Lottosieger geschrieben hat.