

7

401(k) UND RÜCKKEHR NACH DEUTSCHLAND

Seit 2025 besteuert Deutschland den vollen Betrag, nicht mehr nur die Gewinne. Was bleibt, sind vier Stellschrauben.

- 01 Kernaussage** Das Besteuerungsrecht folgt der Ansässigkeit bei der Auszahlung, nicht dem Land, in dem du das Geld verdient hast. Wer als Deutschland-Ansässiger auszahlt, versteuert dort. Bis Ende 2024 nur die Gewinne, teils nur die Hälfte davon. Seit dem 1. Januar 2025 den vollen Betrag, mit dem persönlichen Steuersatz, bis zu 42 und in der Spitze 45 Prozent.

02 Die Zahlen

STICHTAG DER GESETZESÄNDERUNG	01.01.2025
JAHRESSTEUERGESETZ 2024, VERKÜNDET	02.12.2024
SPITZENSTEUERSATZ DEUTSCHLAND	42 %
REICHENSTEUERSATZ	45 %
US-STRAFSTEUER BEI AUSZAHLUNG VOR 59½	10 %
BEISPIEL: AUSZAHLUNG	400.000 \$
BEISPIEL: EIGENE BEITRÄGE	150.000 \$
ALTE WELT, STEUERPFLICHTIG	250.000 \$
ALTE WELT, GÜNSTIGSTE KONSTELLATION	125.000 \$
NEUE WELT, STEUERPFLICHTIG	400.000 \$

03 VIER STELLSCHRAUBEN

1	TIMING	Ansässigkeit
Wer auszahlt, solange er US-ansässig ist, hat ein amerikanisches Steuerthema. Achtung: vor 59½ kostet das 10 % Strafsteuer plus Einkommensteuer. Ein Hebel für Menschen nahe am Ruhestand.		
2	RATEN STATT EINMALBETRAG	Progression
Wer nach der Rückkehr auszahlt, muss nicht alles auf einmal nehmen. Verteilte Auszahlungen verteilen die Progression, im Ruhestand womöglich deutlich unter 42 Prozent.		
3	ROTH CONVERSION VOR DEM UMZUG	offen
Manche wandeln vor der Rückkehr um und zahlen die US-Steuer jetzt. Ob das aufgeht, hängt an der deutschen Roth-Behandlung, und die ist nicht geklärt.		
4	DIE PRAKTISCHEN BAUSTELLEN	vorher
Broker und Auslandsadresse klären, Rollover in eine IRA prüfen, US-Bankkonto behalten. Das regelst du vor dem Rückflug, danach wird alles zäher.		

● Die Weichen stellst du, bevor du ins Flugzeug steigst.

04 ALTE UND NEUE WELT

	AUSZAHLUNG BIS 31.12.2024	AUSZAHLUNG AB 01.01.2025
WAS DEUTSCHLAND BESTEUERT	Nur den Unterschiedsbetrag, also die Gewinne.	Den vollen Betrag. Beiträge spielen keine Rolle mehr.
BEI LAUFZEIT ÜBER 12 JAHRE UND AUSZAHLUNG NACH 60	Sogar nur die Hälfte der Gewinne.	Keine Milderung aus dieser Regel.
IM BEISPIEL, 400.000 \$ AUSZAHLUNG	250.000 \$, günstigstenfalls 125.000 \$.	400.000 \$.

Grundlage der alten Welt war, dass die Beiträge nie nach deutschen Vorschriften gefördert wurden. Das Jahressteuergesetz 2024 lässt seit 2025 auch eine Förderung im Ausland genügen. Für dieselbe Auszahlung entscheidet damit allein das Kalenderjahr.

- 05** **DIE REIHENFOLGE**
- Erst auszahlen, dann umziehen: ein rein amerikanisches Steuerthema.
 - Erst umziehen, dann auszahlen: das deutsche Finanzamt sitzt mit am Tisch.
 - Ansässigkeit ist kein Gefühl, sondern ein Steuerbegriff. Wohnung, Lebensmittelpunkt, 183 Tage. Wer im Juli umzieht und im August auszahlt, steht anders da als jemand, der im Dezember auszahlt und im Januar fliegt.
- 06** **ALTFÄLLE BIS 2024**
- Der Bundesfinanzhof hat am 25. Juni 2025 entschieden, X R 23/22, veröffentlicht am 18. Dezember 2025: Der 401(k) fällt wegen seiner Vergleichbarkeit mit der deutschen Betriebsrente unter die günstigere Variante des § 22 Nr. 5.
 - Das Finanzamt kann bei Auszahlungen bis Ende 2024 nicht mehr auf die ungünstigere Auffangregel ausweichen.
 - Das dicke Aber: Die Beweislast liegt komplett bei dir. Vertragsdatum, Laufzeit, Beitragshistorie. Was du nicht lückenlos belegen kannst, geht zu deinen Lasten.
- 07** **SOFORT ERLEDIGEN**
- Sichere dir die Unterlagen deines Plans, solange du noch Online-Zugriff hast. Vertragsdatum, Laufzeit, Beitragshistorie, Kontoauszüge. In zehn Jahren rekonstruiert das niemand mehr, und genau daran hängt die Einordnung deines Altfalls.
- 08** **DIE US-SEITE**
- Der Plan-Verwalter weiss von deinem Umzug erst einmal nichts und behält bei Auszahlungen ins Ausland oft trotzdem Quellensteuer ein.
 - Zurückholen geht über die US-Steuererklärung, ganz oder teilweise. Stichwort Formular W-8BEN.
 - Viele US-Broker mögen keine Auslandsadressen, manche kündigen Konten. Das gehört vor den Umzug geklärt.

09

CHECKLISTE

- ☐ Plan-Unterlagen sichern, solange Online-Zugriff besteht
- ☐ Vertragsdatum und Laufzeit dokumentieren
- ☐ Beitragshistorie vollständig sichern, Jahr für Jahr
- ☐ Klären, ob der Plan beim alten Arbeitgeber bleiben kann
- ☐ Rollover in eine IRA bei einem auslandsfreundlichen Broker prüfen
- ☐ US-Bankkonto für spätere Auszahlungen behalten
- ☐ Auszahlungsplan mit einem Steuerberater für beide Länder durchgehen

10

FRAGEN AN DEN
BERATER

Zum Ausdrucken und Mitnehmen. Antworten daneben notieren.

- 1 Fällt meine Auszahlung noch unter die alte oder schon unter die neue Regelung?

- 2 Welche Unterlagen brauche ich, um meinen Altfall zu belegen?

- 3 Greift bei mir die Fünftelregelung nach § 34 EStG?

- 4 Was spricht in meinem Fall für Raten statt Einmalauszahlung?

- 5 Wie würde eine Roth Conversion vor dem Umzug in Deutschland behandelt?

11

**WER
WEITERHILFT****Steuerberater für Deutschland und die USA**

Bei diesem Thema keine Floskel, sondern die halbe Miete.
Frage nach konkreter Erfahrung mit 401(k)-Auszahlungen an
Rückkehrer, nicht nur nach allgemeiner US-Erfahrung.

Dein Plan-Verwalter in den USA

Zuständig für Unterlagen, Rollover und Auslandsadressen.
 Klären, bevor die US-Adresse wegfällt.

IRS, in den USA

Telefon: 1-800-829-1040

Formular W-8BEN: irs.gov/forms-pubs/about-form-w-8-ben

12

FORMULARE**W-8BEN**

Erklärung der Nicht-US-Ansässigkeit gegenüber dem Plan

Form 1040-NR

US-Steuererklärung für Nicht-Ansässige

Anlage R

Renten und andere Leistungen, Deutschland

Anlage AUS

Ausländische Einkünfte, Deutschland

13

QUELLEN

§ 22 Nr. 5 EStG, Satz 2 in der Fassung des Jahressteuergesetzes 2024

Jahressteuergesetz 2024, BGBl. 2024 I Nr. 387, vom 02.12.2024

§ 20 Abs. 1 Nr. 6 EStG, Unterschiedsbetrag, bis 31.12.2024

BFH, Urteil vom 25.06.2025, X R 23/22, veröffentlicht 18.12.2025

§ 90 Abs. 2 AO, erhöhte Mitwirkungspflicht

§ 34 EStG, Fünftelregelung

DBA Deutschland USA, Fassung 2008, Art. 18A

Alle Quellen sind auf der Artikelseite direkt verlinkt. Adresse siehe Fußzeile.

Ich bin kein Steuerberater und kein Anwalt. Dieses Merkblatt ist keine Steuer-, Rechts- oder Anlageberatung, sondern eine Zusammenfassung allgemeiner Regeln mit Quellenangabe. Rechtslage und Beträge ändern sich. Bitte prüfe vor jeder Entscheidung, ob dieses Merkblatt noch die aktuelle Fassung ist.

NOTIZEN
