

Máy tính xách tay Apple: Bảo mật và quyền riêng tư

Giữ an toàn và an ninh hơn khi sử dụng macOS Catalina.

macOS Catalina có các tính năng an toàn và bảo mật mạnh mẽ. Màn hình **Đăng nhập (Sign-in)** bảo vệ máy tính của quý vị và ngăn chặn những người khác truy cập thông tin của quý vị mà không được phép của quý vị, trong khi đó các tính năng khác hoạt động ở bên trong để ngăn chặn vi-rút và các mối đe dọa khác.

Quý vị sẽ cần những gì

Trước khi quý vị bắt đầu khóa học này, máy tính Apple của quý vị phải có phần mềm điều hành bản mới nhất, đó là macOS Catalina. Để biết thêm thông tin về **macOS Catalina**, hãy tham khảo **trang 6** Quý vị cần kiểm tra xem máy tính của quý vị có được kết nối với nguồn điện, được bật lên và hiển thị màn hình **Đăng nhập (Sign-in)** không. Quý vị cũng cần kiểm tra xem chuột và bàn phím có kết nối đúng cách không, và máy tính của quý vị có kết nối với internet và Wi-Fi nhà quý vị hay không.

Quý vị cũng sẽ cần mật khẩu mà quý vị đã tạo ra khi quý vị lần đầu cài đặt máy tính của mình.

Những bước đầu tiên

Khi máy tính của quý vị hiển thị màn hình **Đăng nhập (Sign-in)** có nghĩa là nó đang khóa và bảo mật. Để đăng nhập, quý vị sẽ cần mật khẩu của tài khoản quý vị sử dụng trên chiếc máy tính này.

Để đăng nhập:

- 1.** Kiểm tra xem màn hình Đăng nhập (Sign-in) có hiển thị tên tài khoản và hình ảnh của quý vị hay không.
- 2.** Trong hộp trống bên dưới tên tài khoản của quý vị, nhập **Mật khẩu (Password)** tài khoản của quý vị rồi sau đó nhấn **Enter** trên bàn phím.
- 3.** Màn hình Đăng nhập (Sign-in) biến mất và **Màn hình nền (Desktop)** xuất hiện.



Quý vị đăng nhập vào máy tính bằng mật khẩu

Máy tính xách tay Apple: Bảo mật và quyền riêng tư

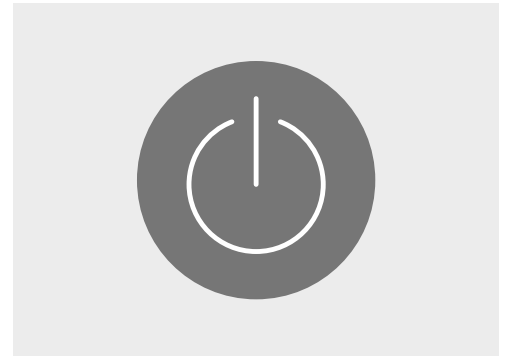
Bảo mật máy tính của quý vị như thế nào

Điều quan trọng là quý vị phải bảo mật máy tính của mình bất cứ khi nào quý vị không sử dụng nó để bảo vệ thông tin của quý vị. Một trong các cách là tắt nó đi. Trước khi tắt máy tính, trước tiên quý vị nên lưu công việc của mình và đóng mọi ứng dụng đang mở.

Sau đó giữ nút nguồn trong khoảng năm giây. (Cẩn thận tránh giữ nút nguồn quá năm giây, nếu không máy tính của quý vị sẽ tắt và sau đó tự động bật trở lại.) Tiếp theo, quý vị sẽ thấy một hộp có ghi **Quý vị có chắc chắn muốn tắt máy không máy tính của quý vị bây giờ không? (Are you sure you want to shut down your computer now?)**

Hộp cung cấp bốn sự lựa chọn:

- 1. Khởi động lại (Restart)** tắt máy tính của quý vị sau đó tự động bật trở lại, sẵn sàng để quý vị đăng nhập bằng mật khẩu của mình.
- 2. Ngủ (Sleep)** cho phép quý vị bảo mật máy tính của mình mà không cần tắt máy.
- 3. Hủy bỏ (Cancel)** cho phép quý vị dừng việc tắt máy tính của mình.
- 4. Tắt Hoàn toàn (Shut Down)** tắt hoàn toàn máy tính của quý vị. Để sử dụng lại máy tính của mình, quý vị sẽ cần nhấn nút **Nguồn (Power)** để bật lại, sau đó đăng nhập bằng mật khẩu của quý vị.



Quý vị nhớ đóng các ứng dụng và lưu công việc của mình lại trước khi tắt máy tính của quý vị

Sử dụng chức năng Ngủ

Khi quý vị chọn tùy chọn **Ngủ (Sleep)** màn hình sẽ chuyển sang màu đen. Bây giờ máy tính của quý vị đã bị khóa và không ai có thể truy cập mà không có mật khẩu của quý vị.

Để đánh thức máy tính của quý vị dậy, hãy nhấn bất kỳ phím nào trên bàn phím.

Để bảo mật, máy tính Apple của quý vị cũng sẽ tự động chuyển sang chế độ ngủ nếu quý vị không sử dụng nó trong một khoảng thời gian.

Nếu máy tính của quý vị tự động đi ngủ chưa được năm phút, quý vị có thể đánh thức nó dậy để sử dụng mà không cần phải đăng nhập lại. Sau năm phút, quý vị sẽ cần phải đăng nhập bằng tên người dùng và mật khẩu của quý vị.

Máy tính xách tay Apple: Bảo mật và quyền riêng tư

Thay đổi ngưỡng thời gian Yêu cầu mật khẩu

Mặc dù ngưỡng thời gian năm phút có thể thuận tiện, nhưng sẽ an toàn hơn nếu có ngưỡng thời gian ngắn hơn. Quý vị có thể thay đổi ngưỡng thời gian này để máy tính Apple của quý vị khóa lại sau một phút ở chế độ Ngủ tự động.

1. Nhấp vào biểu tượng **Apple** ở bên trái trên cùng màn hình.
2. Từ menu xuất hiện, nhấp vào **Tùy chọn Hệ thống (System Preferences)**
3. Trên bảng này, nhấp vào **Bảo mật & Quyền riêng tư (Security & Privacy)**. Một bảng điều khiển mới mở ra, và tùy chọn **Chung (General)** được tô sáng.
4. Nhấp vào hộp bên phải của tùy chọn **Yêu cầu mật khẩu (Require password)** để xem danh sách các tùy chọn về thời gian.
5. Chọn tùy chọn **1 phút (1 minute)**.
6. Một hộp sẽ xuất hiện và quý vị sẽ cần nhập mật khẩu của mình để xác nhận thay đổi. Nhập mật khẩu của quý vị và nhấp **OK**.
7. Nhấp vào nút nhỏ màu đỏ ở trên cùng bên trái để đóng **Bảo mật & Quyền riêng tư (Security & Privacy)**.



Biểu tượng Bảo mật và Quyền riêng tư (Security and Privacy) mở các tùy chọn để giữ an toàn cho máy tính và thông tin cá nhân của quý vị

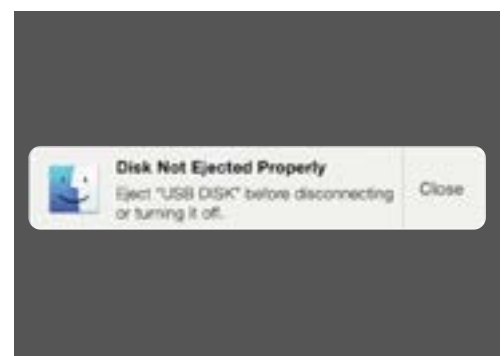
macOS Catalina sử dụng thông báo ra sao

macOS Catalina thực hiện rất nhiều thao tác bên trong để giữ cho máy tính của quý vị được cập nhật và bảo mật. Đôi khi nó sẽ cho quý vị biết nó đang làm gì bằng cách hiển thị một **thông báo**.

Thông báo xuất hiện ở trên cùng bên phải màn hình, và các ứng dụng và trang mạng khác cũng có thể gửi thông báo.

Hầu hết các thông báo đều biến mất sau một khoảng thời gian, nghĩa là chúng không khẩn cấp hoặc quan trọng.

Nếu thông báo đến từ một ứng dụng hoặc trang mạng quý vị tin tưởng, quý vị có thể nhấp vào nó để biết thêm thông tin về những gì cần làm tiếp theo.



Các thông báo xuất hiện ở trên cùng bên phải màn hình máy tính

Máy tính xách tay Apple: Bảo mật và quyền riêng tư

macOS Catalina gửi một thông báo khẩn cấp ra sao

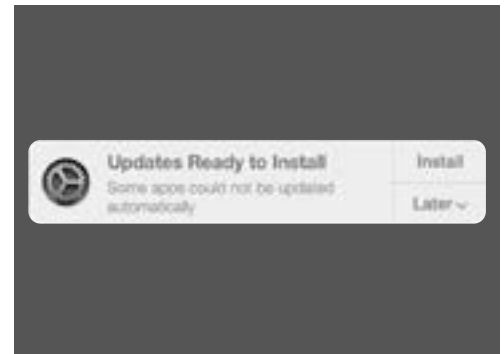
Đôi khi, máy tính của quý vị sẽ gửi cho quý vị một thông báo tự bật lên và ở lại trên màn hình của quý vị. Điều này có nghĩa là nó muốn nói với quý vị một điều gì đó quan trọng.

Ví dụ 1: Cập nhật cơ bản

Một bản cập nhật hệ thống cơ bản xuất hiện dưới dạng một thông báo ở trên cùng bên phải màn hình. Quý vị có thể nhấp **Cài đặt (Install)** để nhận bản cập nhật ngay bây giờ hoặc **Đề sau (Later)** để chọn thời điểm quý vị muốn được nhắc nhở việc này từ danh sách các tùy chọn.

Chọn **Bật Cập nhật Phần mềm Tự động (Turn on Automatic Software Updates)** để máy tính Apple của quý vị sẽ tự động xử lý một số cập nhật, và quý vị sẽ thấy ít thông báo hơn.

Nếu nhấp **Cài đặt (Install)**, quý vị có thể phải chờ vài phút để bản cập nhật được tải xuống trước khi được cài đặt. Điều này sẽ diễn ra ở bên trong, và quý vị sẽ không phải khởi động lại máy tính của mình.



Một thông báo cập nhật sẽ cho phép quý vị chọn thời điểm cài đặt bản cập nhật

Ví dụ 2: Cập nhật quan trọng

Một số cập nhật yêu cầu khởi động lại máy tính của quý vị. Quý vị có thể nhấp **Khởi động lại (Restart)** trên thông báo để khởi động lại máy tính của mình và cài đặt các bản cập nhật ngay bây giờ, hoặc **Đề sau (Later)** để chọn khi nào quý vị muốn bắt đầu việc cập nhật.

Nếu quý vị đã sẵn sàng để cài đặt ngay bản cập nhật, hãy đảm bảo là quý vị đã lưu lại công việc của mình và đóng mọi ứng dụng.

Khi nhấp **Cài đặt (Install)**, quý vị có thể phải chờ vài phút để bản cập nhật được tải xuống trước khi cài đặt.

Khi máy tính của quý vị đã sẵn sàng, một hộp sẽ xuất hiện và hỏi **Quý vị có chắc chắn muốn khởi động lại máy tính của mình bây giờ không?** Quý vị có thể:

1. Nhấp **Hủy (Cancel)** để ngăn máy tính của quý vị khởi động lại.
2. Nhấp **Khởi động lại (Restart)** để khởi động lại máy tính của quý vị ngay lập tức.
3. Không làm gì cả, trong trường hợp đó máy tính của quý vị sẽ tự khởi động lại sau 60 giây.

Sau khi máy tính của quý vị khởi động lại, quý vị sẽ thấy màn hình **Đăng nhập (Sign-in)** và quý vị sẽ cần nhập **mật khẩu (password)** của quý vị và nhấn **Enter**.

Máy tính xách tay Apple: Bảo mật và quyền riêng tư

macOS Catalina bảo vệ quý vị chống lại vi-rút ra sao

Máy tính của quý vị có chứa bảo mật tích hợp, hoạt động ở bên trong để bảo vệ máy tính của quý vị. Điều này bao gồm giúp bảo vệ máy tính của quý vị khỏi bị vi-rút, giữ an toàn các mật khẩu tài khoản của quý vị, và nhiều thứ hơn thế nữa.

Luôn cập nhật phần mềm của quý vị là một phần quan trọng trong việc duy trì bảo mật máy tính của quý vị.

Quý vị cũng có thể muốn mua phần mềm chống vi-rút để tăng thêm sự bảo vệ. Quý vị có thể mua nó từ một cửa hàng hoặc trang mạng. Lưu ý rằng phần mềm chống vi-rút thường phải trả phí duy trì đăng ký, vì vậy quý vị hãy chắc chắn đọc kỹ tất cả các chi tiết trước khi đăng ký.

Chặn webcam máy tính của quý vị

Hầu hết các máy tính đều có sẵn một camera nhỏ gọi là webcam. Để kiểm tra xem máy tính của quý vị có webcam hay không, hãy tìm một vòng tròn nhỏ ở trên cùng màn hình.

Camera này hữu ích khi thực hiện các cuộc gọi có hình, và máy tính của quý vị sẽ tự động bật nó lên khi quý vị cần dùng.

Mặc dù điều này khó xảy ra, nhưng có thể ai đó truy cập được vào camera của quý vị và bật nó lên mà không được quý vị cho phép.

Để đề phòng việc này, quý vị chỉ cần đơn giản lấy một miếng băng keo nhỏ và dán nó lên camera!

Tất cả mọi thứ về macOS Catalina

Mọi thứ quý vị cần biết về phần mềm điều hành của Apple, macOS Catalina, bao gồm nó là gì, cách thức kiểm tra xem liệu quý vị có nó hay không, và cách cài đặt nó trên máy tính của quý vị nếu quý vị không có.

macOS Catalina là gì và tại sao tôi cần nó?

Tất cả các máy tính đều cần một loại phần mềm đặc biệt để hoạt động gọi là hệ điều hành. Catalina là một phần mềm điều hành được thiết kế bởi Apple.

Catalina giúp máy tính của quý vị có thể mở tài liệu, chơi nhạc, xem phim, gửi email, lướt internet và nhiều thứ nữa.



Phần mềm điều hành máy tính của quý vị kiểm soát cách thức nó hoạt động và cung cấp các tính năng bảo mật mới nhất

Máy tính xách tay Apple: Bảo mật và quyền riêng tư

Nó cũng cung cấp cho máy tính của quý vị các tính năng bảo mật mới nhất và bảo vệ nó chống lại vi-rút và các mối đe dọa khác.

Để làm các khóa học của chúng tôi, quý vị sẽ cần phiên bản macOS Catalina mới nhất.

Làm thế nào để tôi biết liệu tôi có macOS Catalina hay không?

Hầu hết các máy tính Apple mới đều có macOS Catalina. Cách tốt nhất để chắc chắn máy tính của quý vị có macOS Catalina hay không là nhấn nút nguồn để bật máy tính lên.

Sau khi quý vị đã đăng nhập và nhìn vào **Màn hình nền (Desktop)**, nhấp vào **biểu tượng Apple** ở trên cùng bên trái màn hình nền. Sau đó, nhấp vào **Giới thiệu về Máy Mac Đây (About This Mac)** trong menu thả xuống.

Bảng **Tổng quan (Overview)** sẽ mở ra, nó cho thấy macOS Catalina ở trên cùng, với số phiên bản bắt đầu bằng 10.15.

Nếu quý vị thấy một tên khác, ví dụ như macOS Mojave phiên bản 10.14.6, thì quý vị đang không chạy macOS Catalina, nhưng quý vị có thể cập nhật lên phiên bản mới nhất miễn phí. Hướng dẫn này sẽ chỉ cho quý vị cách thực hiện.

Nếu máy tính của tôi là máy cũ thì sao?

Nếu quý vị vừa được tặng vĩnh viễn, hoặc mua, một máy tính đã qua sử dụng, và nó vẫn còn thông tin của chủ sở hữu trước, tốt nhất quý vị hãy cài đặt lại toàn bộ trước khi tiếp tục sử dụng.

Việc cài đặt lại sẽ xóa chi tiết cá nhân, các tệp và chương trình của chủ sở hữu trước, và sẽ giúp máy tính của quý vị sẵn sàng cho việc cài đặt. Khóa học *Máy tính xách tay Apple: Chuẩn bị cài đặt (Apple laptop: Prepare to set up)* sẽ chỉ cho quý vị cách làm điều này. Quý vị có thể bắt đầu khóa học này khi quý vị đã sẵn sàng hoặc tiếp tục đọc hướng dẫn này để biết một số thông tin về việc giữ cho macOS Catalina luôn cập nhật và bảo mật.

Làm cách nào để tôi kiểm tra xem máy tính của tôi có được cập nhật với macOS Catalina hay không?

Máy tính của quý vị thường xuyên kiểm tra xem có các bản cập nhật và phiên bản phần mềm vận hành mới hay không. Khi tìm thấy một bản mới, một tin nhắn sẽ bật lên trên máy tính của quý vị để cho quý vị biết rằng quý vị cần tải xuống và cài đặt nó.

Hầu như tất cả các máy tính Apple được sản xuất sau năm 2012 đều chạy macOS Catalina. Quý vị có thể tìm hiểu thêm và kiểm tra tại:

<https://www.apple.com/au/macOS/how-to-upgrade/#hardware-requirements>

Nếu máy tính của quý vị không được bật lên trong một thời gian, hoặc quý vị vừa mới mua nó, quý vị có thể kiểm tra xem có bản cập nhật nào trong thời gian máy tính của quý vị không được sử dụng hay không.

Trước khi bắt đầu, hãy đảm bảo là máy tính của quý vị kết nối với Wi-Fi nhà quý vị.

Máy tính xách tay Apple: Bảo mật và quyền riêng tư

Khi máy tính của quý vị hiển thị **Màn hình nền (Desktop)**, nhấp vào **menu Apple (Apple menu)** ở trên cùng bên trái màn hình nền. Nhấp vào **Giới thiệu về Mac này (About This Mac)** trong menu thả xuống. Bảng **Tổng quan (Overview)** sẽ mở ra.

Nhấp nút **Cập nhật Phần mềm (Software Update)** ở phía dưới. Tùy thuộc vào máy tính của quý vị, hoặc **bảng tùy chọn Cập nhật Phần mềm (Software Update preferences panel)** hoặc ứng dụng **Cửa hàng App (App Store)** sẽ mở ra.

Nếu **Cửa hàng App (App Store)** mở ra, máy tính của quý vị sẽ tự động kiểm tra các bản cập nhật. Nó cũng sẽ cho quý vị biết liệu có sẵn phiên bản mới hơn của phần mềm điều hành cho máy tính của quý vị hay không. Nếu có, nó sẽ nhắc quý vị bằng nút **Cài đặt (Install)**.

Nếu **bảng tùy chọn Cập nhật Phần mềm (Software Update preferences panel)** mở ra, hãy tìm **Cập nhật & Bảo mật (Update & Security)** và nhấp vào nó. Máy tính của quý vị sẽ tìm kiếm mọi bản cập nhật hay phiên bản mới của phần mềm vận hành và nếu nó tìm thấy, quý vị sẽ nhìn thấy tin nhắn **Một bản cập nhật có sẵn cho Mac của quý vị (An update is available for your Mac)** cùng với nút **Cập nhật Bây giờ (Update Now)**.

Dù máy tính của quý vị hoạt động cách nào chẳng nữa, có thể nó cần phải khởi động lại trong khi cài đặt các bản cập nhật hoặc phiên bản mới hơn của phần mềm vận hành.

Trước mỗi lần khởi động lại, điều quan trọng là phải lưu tất cả các tệp và đóng các ứng dụng của quý vị lại. Nếu quý vị đang nâng cấp lên phiên bản phần mềm vận hành mới, quý vị cũng nên sao lưu các tệp của mình vào một thẻ USB hoặc ổ cứng USB. Quý vị có thể tìm hiểu cách làm điều này trong khoá học *máy tính xách tay Apple: Quản lý lưu trữ (Apple laptop: Managing storage)*.

Khi đã xong, nhấp nút **Cập nhật Bây giờ (Update Now)** hoặc **Cài đặt (Install)** để bắt đầu cập nhật.



Quý vị cần kết nối với internet để nâng cấp phần mềm điều hành máy tính của mình